Il mondo dei fiori

notiziario online febbraio 2012

IL DOLORE SI È TRASFORMATO IN FORZA

E' molto difficile mettere insieme un discorso sulla perdita dell'uomo amato. Perdita senza rimedio come è quella della morte. Ci voglio provare perché mi sono accorta che ascoltare quello che è accaduto ad altri mi è stato di conforto nel momento del dolore più grande. Come mi sono stati di grande aiuto i fiori che mi hanno permesso di non cadere nel trabocchetto dei tranquillanti che riescono solo a sedare senza aiutare nel percorso di elaborazione del lutto. Michele era il mio secondo marito e mi aveva riempito la vita in modo totale. L'inverno scorso, una mattina come tutte le altre mi sono avvicinata per svegliarlo e mi sono accorta che si era addormentato per sempre. Inutile descrivere quello che ho provato posso solo dire che per fortuna ho pensato al Rescue che ho preso e continuato a prendere e che ha aiutato me e tutti gli altri a vivere un evento così improvviso e imprevedibile. Sentivamo però una gran pace aleggiare intorno a Michele ed era l'unico spiraglio di luce nel grande dolore.
Ho continuato poi ad affidarmi ai fiori con una combinazione di Star of Bethlehem, Sweet Chestnut, White Chestnut, Walnut e anche Pine perché non si sa bene come, mi facevo mille rimproveri e mi accusavo di trascuratezze inesistenti nonostante il parere dei medici che sostenevano non ci sarebbe stato nulla da fare per evitare la disgrazia. Intanto cominciava il lungo percorso di elaborazione del lutto. E mi stupivo di essere anche serena, a volte di ricominciare a cantare e a sorridere. Ma anche con l'aiuto dei fiori era faticoso vivere il dolore che mi aveva alterato la pressione e il battito cardiaco, la mia amica dottoressa mi consigliò anche di usare una "stampella" alla quale appoggiarti per poco tempo". Me lo disse con tale affetto che non osai rifiutare l'antidepressivo che mi proponeva, ma poi, non ne feci nulla. Qualcosa dentro di me si ribellava mentre pensavo che se credevo nelle essenze floreali e soprattutto in me stessa , dovevo farcela da sola, anzi con quel dolce aiuto avrei continuato a vivere fino in fondo il mio dolore, a superare consapevolmente lo choc di quel traumatico distacco senza addii, senza una

carezza, senza un' ultima volontà. Non volevo "anestetizzarmi" per superare la prova alla quale ero sottoposta che poteva farmi intraprendere un cammino di crescita interiore. Mi aiutò anche un caro amico medico "sei forte, ce la farai, ne sono sicuro."
E' stato allora che un'amica mi ha consigliato anche "Waratah" un fiore australiano bellissimo a vedersi e fortissimo ad assumersi. Un'altra amica mi ha preparato la miscela e anche questo gesto di affetto mi ha aiutato. Sin dalle prime gocce ho sentito una gran forza dentro di me e ho capito che potevo andare avanti. E man mano che i giorni passavano, mi aiutavo ad abituarmi a quel vuoto così grande, così grande che non era neanche un vuoto ma una voragine senza fine e senza confini. Pian piano è nata dentro di me la consapevolezza che quello che era accaduto a Michele era stata una buona fine accanto a me, e il miglior modo di concludere la vita come lui si augurava. Nel dolore della perdita si affacciavano tutte le ore belle trascorse insieme ma non per farmi soffrire e rimpiangere come sarebbe stato prevedibile, ma con la consapevolezza che la nostra vita è un percorso che ci porta a quel passaggio e che bisogna arrivarci nel modo migliore. Incredibilmente invece di inveire contro il destino, ero grata per quel tratto lungo e felice che avevo percorso insieme a un uomo che mi aveva dato tutto quello che una donna può desiderare e che mi lasciava ricca di quel vissuto. Un patrimonio che non tutti hanno la fortuna di avere e che mi darà serenità e forza per sempre. Chi abbiamo amato non ci lascia soli, perché dentro di noi resta tutto quello che ci ha dato, quello che abbiamo costruito insieme, che giorno dopo giorno, ci ha fatto diventare quello che siamo ora e diventa una parte di noi, è dentro di noi e non ce lo toglierà nessuno. Resta la tristezza di non essere più fisicamente insieme ma quando un rapporto è così profondo, è l'anima di chi se n'è andato che comunica con la nostra a livelli superiori. Aprendomi a questo mi sono sentita presa per mano e accompagnata nella vita di ogni giorno. Sono sola e non mi sento povera, ma più ricca di esperienza e più consapevole dei veri valori della vita che apprezzo forse più di prima. Non credo che sarei arrivata a questo se non mi fossi affidata ai fiori.

Luciana Alagna
Giornalista, esperta in floriterapia
lucianala@libero.it

**immagine: Star of Bethlehem*

"Ci sono due modi di vivere la tua vita. Una e' pensare che niente e' un miracolo. L'altra e' pensare che ogni cosa e' un miracolo." ***Albert Einstein***

UN NUOVO SPAZIO NEL CUORE

15 settembre 2010 ore 2.30: lo squillo del telefono mi fa precipitosamente tornare allo stato di veglia. È mio suocero, si sente male. Accorriamo preoccupati e lo facciamo ricoverare in ospedale dove, dopo una serie di accertamenti scopriamo che il piccolo tumore alla vescica, finora assolutamente sotto controllo, ha deciso dopo anni di immobilità di incamminarsi

silenziosamente e subdolamente verso il rene ostruendo il condotto urinario. Il suo corpo è fortemente intaccato e le funzioni vitali ne stanno risentendo in blocco. Iniziano così cinque mesi di sofferenza fisica ma soprattutto emotiva sia per Carlo sia per noi che gli siamo molto affezionati. In questi mesi abbiamo tutti la grande opportunità di stare vicini in modo più profondo e di dirci tutto quello che finora non ci eravamo detti: così a volte ridendo a volte quasi con rabbia scopriamo le nostre carte. Impariamo a mostrare il nostro affetto, soprattutto lui verso di noi che, persona molto buona solerte e silenziosamente disponibile ad aiutarci in ogni situazione, prima considerava quasi superfluo dirci a parole che ci voleva bene. Impariamo che un gesto una carezza, qualche lacrima versata insieme possono aiutarci a rafforzare il nostro legame. Lui accetta di prendere i fiori che gli propongo e penso che Oak (il suo fiore), Walnut e soprattutto Rock Rose lo aiutino ad avvicinarsi alla fine con serenità. La sua dipartita lascia in noi un vuoto direi un cratere che ognuno cerca di gestire come meglio può. Durante l'ultimo mese di vita di Carlo ho inserito nella mia composizione Bleeding Heart e Yerba Santa per curare il tipo di

dolore che sentivo dentro di me ed accade una cosa particolarmente bella: permettendo a me stessa di vivere questa sofferenza fino in fondo, senza bloccarla affiorano tutti i sentimenti non ancora elaborati dalla morte di mia madre avvenuta da ormai 20 anni. Allora non ero riuscita a permettermi di soffrire, avevo rinchiuso accuratamente il dolore in un angolino molto nascosto del mio inconscio. Da quando conosco i fiori e da quando ho iniziato ad intraprendere un lavoro su me stessa ho cercato di dare spazio anche a questa parte, ma solo rivivendo lo stesso tipo di dolore riesco a comprendere la matrice della sofferenza ed a integrarla. Mi riconcilio con alcuni sensi di colpa che giacevano in me inosservati poiché mi trovo a vivere oggettivamente situazioni analoghe e comprendo, non solo razionalmente, che sto facendo tutto quello che posso con gli strumenti che ho a disposizione; alla fine di questo processo complicato sento dentro di me un'apertura di cuore per me assolutamente nuova, quasi una morbidezza.

I fiori che mi hanno accompagnata durante tutto l'anno, insieme ad altri scelti "a tema", sono stati Walnut e Star of Bethlehem (preparata da un amico molto speciale).

Perché proprio questi fiori? Perché, anche se all'inizio naturalmente non lo sapevo, la scomparsa di Carlo è stato solo il primo di una lunga serie di cambiamenti che nel corso di questo travagliato 2011 ci trasformano da famiglia allargata a coppietta confusa e solitaria: infatti in maggio io e Mario decidiamo di formalizzare la nostra unione, che dura da 25 anni, con il matrimonio (scegliamo i nostri figli come testimoni); Giulia si diploma ed inizia il suo percorso universitario a Verona; Mattia si laurea e naturalmente sceglie di continuare il suo percorso formativo che si svolgerà in parte a Trento in parte a Trieste. Quando all'inizio di ottobre inaspettatamente anche mio padre decide di lasciarci, nonostante sia una cosa improvvisa che ci lascia profondamente sconcertati, il tipo di dolore che provo per la sua scomparsa è diverso; forse con lui mi sentivo completamente riconciliata, ma forse i fiori mi hanno preparata a questo nuovo colpo del destino, così ho vissuto tutto con una serenità molto maggiore. Non so se si possa parlare di dolore sereno o forse pulito…...è difficile spiegare questa sensazione di lasciar andare qualcuno sentendo si il

dolore della perdita ma attenuato dalla capacità di capire che la nostra relazione continuerà ad esistere, solo ad un livello diverso.
Ed ora sono qui all'inizio di questo nuovo anno che non so cosa mi porterà, desiderosa e determinata a mantenere aperto il nuovo spazio che si è creato nel mio cuore, anche se non è sempre facile.
Sento dentro di me fortissima la gratitudine verso tutte le esperienze che mi hanno permesso di avvicinarmi un po' più a me stessa, alla mia essenza ma soprattutto verso i fiori per l'aiuto incomparabile che mi hanno generosamente offerto per affrontarle senza soccombere soprattutto nei momenti di maggior intensità.
GRAZIE!

Camilla Vidoli
Floriterapeuta
camilla.v@alice.it

**immagine: Yerba Santa Bleeding Heart*

"La vita è fatta di rarissimi momenti di grande intensità e di innumerevoli intervalli. La maggior parte degli uomini però, non conoscendo i momenti magici, finisce col vivere solo gli intervalli." ***Friedrich Nietzsche***

IL BASILICO, L'ERBA ANTISTRESS

Non ci rendiamo conto che abbiamo una piccola farmacia nella nostra cucina, con la quale possiamo affrontare tanti nostri piccoli fastidi e malesseri.
Una delle molte specie che usiamo è il Basilico. L'erba aromatica è originaria dell'India, dell'Africa e dell'Asia ma oggi è coltivata in tutto il mondo. In Cina il suo uso curativo è documentato da 3000 anni. Se ne conosce l'effetto digestivo ma è da ricordare che il basilico appartiene alla famiglia della menta e ha ancora altre proprietà medicinali.
L'erba agisce come calmante non solo degli spasmi intestinali ma anche del sistema nervoso. Possiamo berne una tisana per calmare il nervosismo e l'ansia.
È' un ottimo rimedio per l'inverno quando siamo stanchi e indeboliti dallo stress o dai problemi che dobbiamo giornalmente affrontare. In questo stato siamo facilmente disponibili ad ammalarci. Il Basilico ha un'ottima qualità "antistress" e nello stesso tempo è battericida e tonificante, ci aiuta nel caso di un'eventuale influenza dopo aver preso freddo. L'infuso di basilico inoltre, ci disinfiamma la gola e la sua qualità espettorante ci aiuta a liberarci del catarro se siamo raffreddati ed è anche un ottimo calmante per la tosse convulsiva.
Infuso di Basilico: mettere in infusione per circa 10 minuti un cucchiaio di Basilico (5 grammi) in 250 ml di acqua bollente e poi filtrare. Da bere tre tazze al giorno (adulti).

Gabi Krause
Medico – Esperta in Floriterapia
vocefiori@tiscali.it

BASIL - IL FIORE CALIFORNIANO

Il rimedio floreale lavora sull'integrazione dei poli opposti, unisce la parte inferiore, il nostro istinto, la nostra sessualità con la parte superiore, la nostra spiritualità. Aiuta così a trovare la nostra identità sessuale che si sviluppa in particolare nella fase dell'adolescenza. Agisce inoltre all'integrazione dei poli in generale: destra-sinistra, sopra-sotto, dietro-avanti, come per esempio nei problemi di coordinazione.

Gabi Krause
Medico – Esperta in Floriterapia
vocefiori@tiscali.it

"Dai diamanti non nasce niente, dal letame nascono i fior..."
Fabrizio de André

RED GRAVILLEA HA VINTO L'INERZIA

Giovanni stava attraversando un periodo cupo. Il lavoro ormai era diventato per lui un macigno insostenibile, d'altra parte all'orizzonte non si profilava nessuna possibilità di cambiamento: "alla mia età (40 anni) chi vuoi che mi prenda", una frase che negli ultimi anni mi sento ripetere troppo frequentemente.
I guadagni scarseggiavano e la sua autostima era ridotta al minimo storico gli unici dati in crescita erano i centilitri di aperitivo a cui si aggrappava durante il fine settimana e i centimetri di grasso intorno al suo girovita.
Per il floriterapeuta era una situazione che cominciava ad essere sconfortante: Giovanni si presentava diligentemente agli appuntamenti per descrivere ogni volta una situazione di desolante ristagno. L'unico elemento chiaro che era emerso era il rapporto con il padre che lui stimava molto, ma dal quale si sentiva disprezzato. " Quando ti deciderai a crescere, io alla tua età avevo già tre figli", questa era la frase con cui il genitore chiudeva i loro frequenti alterchi.
Giovanni viveva una storia trascinata senza impegno, con una ragazza di cui tuttavia non poteva negare i pregi. Anche in questo caso però sembrava che lui nella relazione non fosse presente, " mi sento altrove" aveva detto a proposito del suo rapporto. Decisi di preparargli una boccetta con Red Gravillea, una delle essenze del Bush australiano scoperte da Ian White, una pianta che produce vistosi fiori rossi simili a fuochi di artificio.

Ero particolarmente fiera di aver pensato a questa essenza, e mi aspettavo che desse un bello scossone alla situazione ristagnante in cui si trovava impantanato il mio cliente. Quando dopo tre settimane lo rividi, gli chiesi speranzosa se " fosse cambiata qualche cosa". Le mie aspettative furono immediatamente deluse, Giovanni riprese a snocciolarmi le solite cose che non andavano,che capiva benissimo dipendessero da lui, ma che proprio non sapeva come fare a modificare. Insomma, disse " La solita solfa, in più... lei forse è anche incinta."
Mi bloccai su questa frase e gli feci alcune domande sull'"incidente". Rispose che anche in quel caso era dipeso da lui, era ovviamente bastato un suo attimo di esitazione "strano, eppure ho sempre praticato il Coitus Interruptus senza problemi. ma ora che ci penso ho avuto una frazione di secondo per pensarci, ma poi..., ..poi ho deciso di fare diversamente"
Su questa ultima riflessione Giovanni cambiò espressione esplodendo in una grande risata liberatoria. Io non ebbi bisogno di aggiungere altro, fu lui a concludere:" Bé devo ammettere che si, qualche cosa sta veramente cambiando".
In seguito ho avuto occasione di osservare come la paternità avesse davvero mutato diverse cose nella vita di Giovanni, sia nel rapporto col padre, felice di essere nonno, che sotto l'aspetto lavorativo dove si è trovato a compiere quelle scelte molto impegnative, ma anche necessarie, che lui procrastinava da anni.

Marisa Raggio
Floriterapeuta
marisa.raggio@tiscali.it

**immagine: Red Gravillea*

"La giovinezza sarebbe un periodo più bello se solo arrivasse un po' più tardi nella vita. La nostra gloria maggiore non consiste nel non sbagliare, ma nel risollevarsi ogni volta che cadiamo." ***Charlie Chaplin***

STORIA DI ANTONELLA ORA MAMMA SERENA

Antonella è una ragazza che si avvicina dapprima al Reiki per risolvere gli attacchi di panico che le impediscono di vivere serenamente, e poi ai fiori di Bach. Lavoriamo sull'abbandono (suo padre è morto che lei aveva 4 anni di un incidente sul lavoro) utilizzando Star of Bethlehem, Red Chestnut, Walnut e Rock Rose , piano piano gli attacchi diminuiscono, lavora, si sposa … intanto utilizzo i fiori australiani del Bush Grey Spider Flower per il panico e Red Helmet Orchid per risolvere il problema con il padre e Dagger Hakea per la rabbia che ha dentro…. Poi Antonella decide di avere un bimbo… ma il bimbo non arriva e allora iniziamo a lavorare e non essendoci cause organiche di alcun tipo, con i fiori australiani del Bush She Oak insieme a Dog Rose. She Oak permette di risolvere il blocco

emotivo e la disidratazione dell'utero e Dog Rose la paura. Dopo circa tre mesi Antonella rimane incinta e, anche se l'aveva disperatamente desiderato, al momento della conferma della gravidanza è letteralmente scioccata, e allora uso Fringed Violet sempre insieme a Dog Rose per la paura. Cominciano le nausee mattutine che risolviamo con Crowea, Dog Rose, Paw Paw e Dagger Hakea .Tutto procede bene, ma quando si avvicina la nascita la futura mamma si sente molto appesantita e allora uso Wild Potato Bush per questa sensazione e lo applichiamo anche sulla pancia per aiutare il bambino sottoposto a una

costrizione fisica all'interno dell'utero. Antonella ha poi paura di non riuscire ad essere una buona madre e Bush Fuchsia l'aiuta a fidarsi del proprio intuito e le infonde sicurezza. Il parto avviene naturalmente con il boccettino del Rescue Remedy a portata di mano e appena nasce il bambino gli spruzziamo sulla fontanella Fringed Violet e Boab per aiutarlo nel passaggio e per liberarlo dai condizionamenti famigliari. Riccardo è uno splendido bambino, dorme è sereno, Antonella riesce a gestirlo in modo splendido non è una mamma ansiosa (come temeva) e Bottlebrush per entrambi stabilisce il legame tra madre e figlio e permette al bimbo di crescere fisicamente e sano ed emozionalmente stabile.

Daniela Soligon
Floriterapeuta
danielasoligon@tin.it

**immagine: Grey Spider Flower*
Fringet Violet

" Da quando ho imparato a camminare mi piace correre."
Friedrich Nietzsche

IL BLOCCO DI GIGINO

Gigino (nome fittizio) era un bel bambino moro di circa tre anni e mezzo, vivace, simpatico, ma che non riusciva ad andare di corpo normalmente. Me lo portò la mamma disperata, perché il bimbo trascorreva giorni senza scaricarsi e passava ore senza nessun esito sul suo vasino giallo. Il bambino parlava di tutto con me e quando gli chiesi "ma perché non fai la cacca, che poi la mamma è contenta?", mi rispose "perché non mi scappa". Non venivo a capo di niente, perché per il resto i Gigino era vivace e rispondeva bene agli stimoli. Preciso che ormai il bimbo era stato visitato da non so quanti specialisti, ma l'esito era sempre lo stesso: non risultava nulla di organico. Così viveva a purghe sempre più forti, tanto che lui diceva che sentiva il pancino. Chiesi allora alla mamma di portarmi i disegni e gli scarabocchi di Gigino. Con mio grande stupore tutte le immagini erano cerchi o ruote supportate da una linea in alto diritta. Chiesi allora alla mamma se il bimbo avesse avuto un forte spavento

legato a un'auto o se avesse vissuto un incidente d'auto. In un primo momento la donna negò decisamente, poi in un secondo tempo ricordò "ah sì, è accaduto con il tagliaerba". Mi spiegò che l'anno precedente, poco prima della terribile stitichezza Gigino era stato fatto salire a forza su un tagliaerba a motore appena acquistato dallo zio. Il mezzo era molto rumoroso e il bimbo si era spaventato moltissimo. Naturalmente diedi a Gigino Star of Bethlehem per il trauma che aveva vissuto, Rock rose per la paura che ne era derivata, Cherry Plum per l'angoscia profonda che gli era rimasta nell'anima, Chamomile per calmarlo e Borage per rincuorarlo. Oltre ai fiori diedi un rimedio fitoterapico molto dolce e blando: un estratto di Altea da prendere a cucchiai.
Era un lunedì pomeriggio; giovedì mi telefonò la mamma allarmata, chiedendomi che cosa avessi dato al bambino, perché erano due giorni che Gigino faceva continuamente la cacca. La tranquillizzai, precisando che quello poteva essere un effetto momentaneo e che la situazione si sarebbe presto normalizzata. E così fu.
Gigino finì di prendere il flaconcino dei fiori e quello di Altea. Poi non ce ne fu più bisogno, si regolarizzò spontaneamente.
L'ho incontrato poco tempo fa, adesso è un adolescente e …. tutto va bene.

Giovanna Saviolo **immagine: Borage*
Fitoterapeuta e floriterapeuta in Ierago

"La vita è sostanzialmente tragica: ma qualche volta riesce ad essere meravigliosa."
Woody Allen

Libri consigliati

Così è la vita - *Imparare a dirsi addio* - Concita De Gregorio. Editore Einaudi

Un'appassionante inchiesta su un argomento tabù, la morte. L'autrice, firma di Repubblica ed ex direttore dell'Unità, porta il lettore a riappropriarsi del senso della vita. Il falso mito della giovinezza ad ogni costo, la demonizzazione della vecchiaia, la vergogna della malattia, il distacco, vengono sdrammatizzati e affrontati nella giusta visione e, a volte, anche con il sorriso. L'autrice ci regala la poesia dell'esistenza che è fatta di ombre e di luci, di gioia e dolore da vivere sino in fondo restando in piedi.

Il giardiniere dell'anima - Clarissa Pinkola Estés. Editore Frassinelli

L'autrice di "Donne che corrono coi lupi", questa volta ci propone in forma di fiaba tante storie che come matrioske stanno una dentro l'altra e appartengono ai suoi ricordi di bambina. Protagonista e narratore è lo zio della scrittrice e i temi sono quelli fondamentali dell'esistenza, la perdita, la rinascita e la potenza insopprimibile della vita.

Appuntamenti 2012

- **Corso Triennale di Formazione e Ricerca in Floriterapia**
  Parte il 21 gennaio 2012 il Primo Anno del corso triennale di 8 Week end: I primi due week end sono aperti a chi desidera approfondire la conoscenza dei 38 Fiori di Bach senza proseguire nella formazione triennale. per ulteriori informazioni tel 338 6067653 o 02 4699442Gabi
  http://www.unionedifloriterapia.it/

- **Il Fiore Tipo e i fiori Californiani: incontri domenicali con Gabi Krause**
  Dalle ore 10.00 alle 13.00
  Domenica 26 febbraio 2012: polarità Cerato – Agrimony; in relazione all'asse zodiacale Gemelli – Sagittario.
  Domenica 25 marzo 2012: polarità Clematis – Mimulus; in relazione all'asse zodiacale Cancro – Capricorno.
  Luogo: Via Washington 98 per ulteriori informazioni tel 338 6067653 o 02 4699442Gabi http://www.unionedifloriterapia.it/

- **Le Problematiche relazionali con il cliente:**
  La Dott.ssa Marisa Raggio introduce la tematica del TRANSFERT e CONTROTRANSFERT. Sabato 17 marzo dalle 9.30 alle 18.00
  Luogo: Via Washington 98 – Milano - per ulteriori informazioni tel 338 6067653 o 02 4699442Gabi http://www.unionedifloriterapia.it/

- **Le problematiche femminili e la menopausa:**
  La tematica è presentata dalla Dott.ssa Angela Maio insieme alla Dott.ssa Gabi Krause. Domenica 18 marzo 2012 dalle 9.30 alle 18.00
  Luogo: Via Washington 98 – Milano - per ulteriori informazioni tel 338 6067653 o 02 4699442Gabi http://www.unionedifloriterapia.it/

- **CICLO DI CONFERENZE "CONDIVIDENDO"** presso ChiAma Milano

  8 marzo 2012: 7 ACQUE DEI CHAKRA FONS ANIMI
  Giovanna Tolio condivide la sua conoscenza delle acque legato ai chakra
  ore 18.30 a 20.00 tel.02 76398628 - Negozio Civico, ChiAmaMilano
  Largo Corsia dei Servi – MM1 S. Babila

Per maggiori informazioni sui corsi e seminari, consulta il sito:
http://www.unionedifloriterapia.it/

UNIONE DI FLORITERAPIA

Via Fausto Coppi 1 – 20081 Abbiategrasso/MI
Tel/fax 02 4699442
www.unionedifloriterapia.it

info@unionedifloriterapia.it

Se vuoi ricevere il notiziario, iscriviti a**:** redazione@vocefiori.com