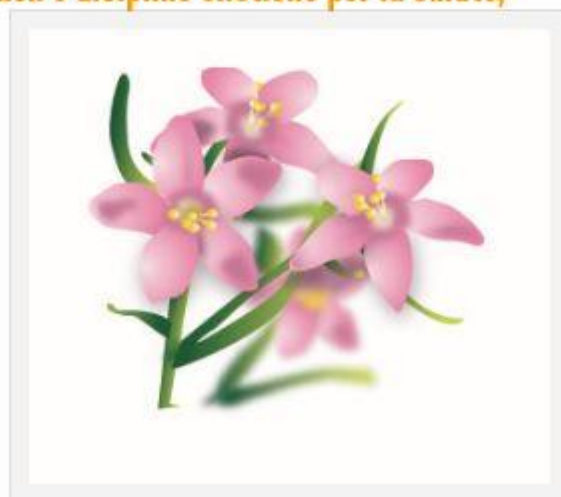


## Conoscere i fiori di Bach

Published by [carlab](#) on | [Leave a response](#)

### Intervista a Sergio Laricchia, esperto di fiori di Bach e discipline olistiche per la salute, Guna

*Affascinanti, delicati, i fiori di Bach non sono farmaci, ma preparati completamente naturali che hanno potenzialità particolarmente indicate per la sensibilità femminile e possono aiutarci ad armonizzare le emozioni. Ecco alcune informazioni per conoscerli meglio.*



### Chi ha ideato i fiori di Bach?

Sono stati messi a punto dal medico inglese di origine gallese Edward Bach, che agli inizi del Novecento cercava una medicina più rispettosa della natura umana e dei suoi aspetti emotivi e psichici. Interessato in un primo tempo all'omeopatia, Edward Bach individuò successivamente un metodo diverso, basato sull'osservazione dei fiori, delle loro caratteristiche e delle loro analogie con la natura umana.

Autonomo e appassionato alla ricerca, grazie alla sua specializzazione in batteriologia il dottor Bach precorse i tempi della medicina moderna studiando i legami fra intestino e psiche. Individuò, così, sette ceppi di batteri intestinali, che mise in relazione ad altrettante tipologie di personalità. Anticipò quindi gli attuali studi scientifici sull'influenza reciproca tra microbiota intestinale, cervello e psiche.

Bach fu inoltre uno dei precursori della PNEI (Psico-Neuro-Endocrino-Immunologia) e nel suo approccio alla malattia e alla salute, non privilegiò tanto i sintomi in sé, quanto gli aspetti psichici che si riflettono sul corpo.



### Su quali presupposti si basano?

Il presupposto dei fiori di Bach è il legame fra la psiche e il soma e l'identificazione di un conflitto fra il sé superiore e la personalità, la maschera che talvolta indossiamo per adeguarci ai rapporti, alle credenze e alle convenzioni sociali, rischiando di tradire la nostra indole e i nostri orientamenti naturali.

Un conflitto, che secondo Bach favorisce la malattia e si manifesta con i sintomi.

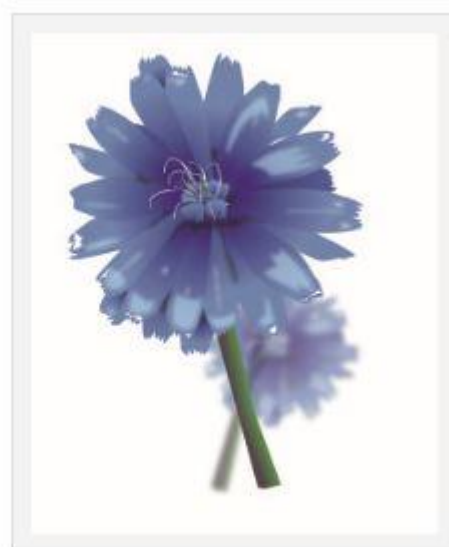
I fiori di Bach rappresentano archetipi di specifici stati d'animo, sia nell'aspetto funzionale, sia in condizioni di squilibrio. La forma e la funzione delle piante da cui derivano, possiedono analogie con alcuni aspetti psichici della nostra personalità.

Impatiens, per esempio, è una pianta con una crescita molto rapida, che le permette di dominare su altre specie. I suoi baccelli espellono i semi a "molla" non appena sfiorati, tanto da essersi guadagnata l'appellativo "non mi toccare" nel linguaggio popolare. I tipi Impatiens sono irritabili, impazienti, aspettano malvolentieri, faticano a sopportare le persone lente. L'essenza che corrisponde a queste caratteristiche è Impatiens.

### Come vengono preparati?

Le essenze vengono preparate esclusivamente a partire dai fiori spontanei, raccolti nell'ambiente dove crescono naturalmente.

Esistono due tipi di procedura. Il metodo del sole, prevede l'infusione in acqua sorgiva, in prossimità del luogo di crescita del fiore e l'esposizione diretta alla luce solare per un periodo di 3-4 ore. Quest'ultima non deve essere interrotta da nubi, altrimenti il preparato va eliminato. Di conseguenza, prima di procedere, è necessaria un'accurata osservazione



delle condizioni meteorologiche.

Il metodo della bollitura consiste nella decozione e si usa soprattutto per estrarre l'essenza dalle piante più dure.

In entrambi i casi l'acqua viene poi filtrata e il ricavato rappresenta l'essenza floreale. Quest'ultima, miscelata con pari quantità di Brandy, che funge da conservante, origina l'essenza madre. Due gocce di questo preparato vengono poi aggiunte ogni 30 ml di brandy per ottenere il concentrato stock, che si trova in vendita come base per la preparazione delle miscele, e va a sua volta diluito.



### Ci sono accorgimenti per riconoscere la qualità?

I fiori di Bach non sono farmaci, seguono quindi la regolamentazione legislativa degli alimenti, anche riguardo all'etichettatura. Le garanzie vengono date dal produttore. Meglio quindi non scegliere a caso, ma privilegiare aziende che seguono procedure di preparazione documentate e certificate, assicurando un percorso di produzione fedele alle indicazioni del dottor Bach e la massima qualità delle materie prime.

I fiori di Bach Guna, sono ottenuti da essenze madri prodotte in Inghilterra e certificate dalla BAFEP (società britannica dei produttori di essenze floreali). Persino gli addetti alla preparazione vengono monitorati, affinché non si creino interferenze negative con l'efficacia del prodotto finale. Si utilizzano, inoltre, brandy proveniente da coltivazioni biologiche e acqua trattata con il metodo WHITE Holographic Bioresonance® finalizzato a renderne la struttura maggiormente coerente, con proprietà omologhe a quelle dei fluidi biologici all'interno dei sistemi viventi.

### Sono sicuri?

Se prodotti in modo corretto i fiori di Bach non hanno, normalmente, controindicazioni. Tuttavia, in caso di assunzione di farmaci, è opportuno verificare col medico che il contenuto alcolico non interferisca con questi ultimi.

Si tratta, comunque, di una concentrazione contenuta in rapporto alle dosi consigliate per l'uso. Se vi fossero preoccupazioni per l'utilizzo da parte di bambini, è possibile diluirla ulteriormente, aggiungendole gocce a estratti di frutta oppure a bevande calde, che fanno evaporare l'alcol.

## Chi li può consigliare?

Occorre ricordare che i fiori di Bach non sono farmaci, ma archetipi di stati d'animo a cui ispirarsi, mentre se ne assume l'essenza, per risvegliare le proprie risorse innate e le capacità di adattamento. Di conseguenza possono essere consigliati da diversi professionisti nell'ambito della salute e del benessere psicofisico, che li integrano nella loro attività.

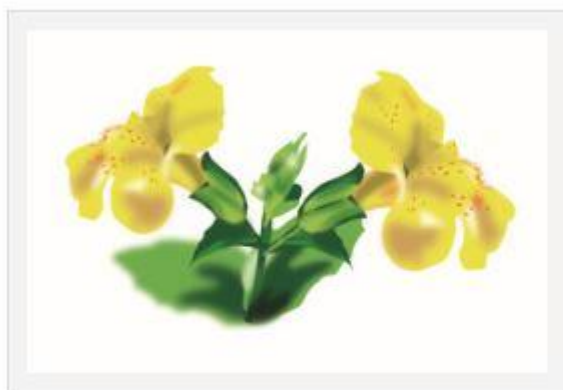
C'è anche la possibilità di sceglierli da soli, ma questo è un percorso più difficile perché richiede una certa conoscenza dei 38 fiori, peraltro auspicata dallo stesso dottor Bach. Senza contare che non è semplice essere neutrali e imparziali verso se stessi.



## In che modo è raccomandabile assumerli?

Generalmente vengono preparati in forma di miscela personalizzata, che può essere composta da un massimo di sette fiori (meno sono, meglio è), mettendo due gocce di ciascun fiore in un flacone di vetro ambrato da 30 ml al quale si aggiungono 2 cucchiaini (circa 10ml) di brandy e acqua naturale fino al riempimento del flacone.

Possono essere utilizzati in qualsiasi momento, senza preclusioni. Quattro gocce, quattro volte al giorno, è il dosaggio consigliato.



## Per quanto tempo si possono prendere?

Non ci sono limiti, ma è preferibile attualizzare la composizione delle miscele un paio di volte al mese, in sintonia con l'evoluzione degli stati d'animo. Inoltre, è consigliabile sospendere periodicamente l'utilizzo, quando ci si accorge che si sta prendendo co-

scienza delle proprie risorse e si riescono a elaborare virtuosamente le disarmonie.

## Possono creare dipendenza?

Vista la loro composizione i fiori di Bach non creano di per sé dipendenze. Nel caso di persone che hanno problemi di dipendenza dall'alcol è comunque preferibile preparare miscele con conservanti base analcolici, come la glicerina vegetale o l'aceto di mele. L'unico raro rischio, specialmente per chi è molto fragile, è quello delle dipendenze psicologiche, che potrebbero spingere a illudersi di risolvere tutti i problemi con i fiori di Bach. È quindi importante che chi li usa impari a valutarli come un percorso di auto consapevolezza, senza trasformarli in un surrogato di altro.

## Ci sono accorgimenti per migliorarne la loro funzione?

Una volta scelti prodotti di qualità adeguati alle proprie esigenze, il rafforzamento della loro efficacia è nelle mani di chi li consuma.

Il dottor Bach dava grande importanza allo stile di vita e raccomandava di seguire una dieta ricca di cibi vitali, accompagnata da regolare attività fisica e da un'attenta cura del corpo. Sono accorgimenti sempre validi.



**TESTATA:** Letrasformazionidelladonna.it

**DATA:** 31 luglio 2018

**PAGINA:**

<http://www.lettrasformazionidelladonna.it/wordpress/?p=2924>

**Glebb & Metzger**  
l'impresa di comunicazione

### Note

- Per approfondire le analogie tra aspetti botanici e personalità corrispondenti è d'aiuto il libro di Irene Valeriani "[Incontri con le Piante dei fiori di Bach](#)".
- Per preparare le miscele personalizzate, Guna fornisce il [Flower Power](#), la base già pronta, in flacone da 30 ml con Acqua WHITE HB® e Brandy da coltivazioni biologiche, a cui basta aggiungere le 2 gocce di ciascun fiore scelto.

