

Pillole Naturopatiche

A cura di:
Patrizia Pellegrini
Naturopata Bioterapia
Nutrizionale®
Presidente Associazione
Culturale Tone
www.associazione-tone.it
associazione.tone@gmail.com



Permettetemi in questo week-end di Carnevale di parlarvi dei Fiori di Bach che contrastano la tristezza ...Augurando a tutti una sana Allegria!

Gentian (gentiana amarella-ganzianella)

La sua qualità è la fede. Depressione esogena dovuta a perdita di persone care o lunghe malattie, perdita di lavoro, si tratta di tristezza per cause conosciute. Guardano in basso, cenestesici, chiusi, lenti in tutto, non hanno progettualità né prospettive. Si addormentano presto perché la vita è noiosa, ma si svegliano durante il sonno notturno, si alzano tardi. Non hanno né voglia né desiderio di divertirsi. Spesso si associa a Star of B, per tristezza dovuta a traumi subiti. Perdita di coraggio, di fede e sfiducia nella vita. Di fronte ad un insuccesso si pensa subito al fallimento. Se c'è una ricaduta nella malattia, il paziente si deprime e non vuole più curarsi. I bambini sono ansiosi e scoraggiati per insuccessi scolastici; musoni e tristi. Soffrono d'insonnia, niente sessualità, poca libido. Con Gentian si acquisisce la fede e la fiducia che le difficoltà si possono dominare, si assume coraggio nel vivere conflitti.

Mustard (sinapis arvensis-senape)

La sua qualità è la gioia luminosa. La sua frequenza è la depressione endogena. La persona non sa perché è triste. Depressione momentanea, oppure si tratta di un depresso cronico. Ciclicità della depressione. Si separa dal mondo. A volte può accadere prima di passi evolutivi decisivi. I sintomi sono: calo delle funzioni fisiche ed intellettuali, calo delle percezioni degli stimoli, cefalea cronica, senso di costrizione alla gola, perdita di capelli, nevralgie facciali. Con Mustard ci si risveglia da un sonno pesante, dal buio, non ci si lascia più opprimere dalla nube, si trascorrono con gioia e stabilità i giorni scuri e quelli luminosi, si riesce a resistere agli attacchi di malinconia per un equilibrio interno e per allergia.

Gorse (ulex europaeus-ginestrone)

La sua qualità è la speranza. Sofferenza, disperazione, rassegnazione. Perdono la speranza di guarire. Non combattono più perché non ci credono più, ma provano ancora per amore o insistenza dei parenti. Sono persone che hanno provato tante terapie e ormai non ne hanno più voglia. Si arrestano e aspettano che arrivi qualcosa dall'esterno. Si tratta di una disperazione silenziosa. Si nota in questi soggetti pallore, occhiaie e un'espressione d'indifferenza. Con Gorse si ristabilisce la speranza, torna il desiderio di lottare. Si ritrovano le forze di auto-guarigione interiore. Si sblocca una notevole quantità di energia, prima repressa, rassegnazione positiva, si capisce che la guarigione può arrivare soltanto dal proprio interno. Niente è sicuro, neanche l'esito di una malattia.

Pine (pinus sylvestris-pino silvestre)

La sua qualità è il perdono. Senso di disperazione, sensi di colpa, è triste perché si dispiace, la sua tipica frase è:

"mi dispiace!". Forte senso di autocritica, ipercoscienza.

Si sente in colpa per il fatto di essere nato, per il fatto di esistere, si sente in colpa per tutto, anche se a sbagliare sono gli altri la colpa se la fa sua. Rimargina sul passato, è un masochista, si autoflagella. Per lui anche fare l'amore è peccato e deve essere punito. Non sono mai contenti di sé. Profondo senso di corresponsabilità, chiedono sempre scusa, sono i capri espiatori delle situazioni. Spesso pensano di non meritare niente. Narcisismo in senso negativo, auto-deprezzamento. Si concedono poche cose belle, perché pensano appunto di non meritare niente. Si ammalano appena vanno in vacanza, etc.. Soffrono di malattie auto-immuni, sclerodermia, tiroide, artrite reumatoide.

Con l'utilizzo di Pine ci si rende consapevoli che il senso di colpa non serve a niente, solo a sprecare e a bloccare le energie. Gli errori passati servono per imparare, anzi a crescere; si assume una giusta visione delle responsabilità;

liberazione delle energie bloccate, profonda comprensione dell'uomo e dei suoi limiti, si aiutano gli altri ad accettare le circostanze e sé stessi.

Honey Suckle (lonicera caprifolium- caprifoglio)

La sua qualità è la trasformazione. È il fiore della nostalgia, del pensiero rivolto al passato, del rimpianto; vive dei pensieri legati a qualcosa che non c'è più. Nostalgia di un amore perduto, per una persona cara deceduta; nostalgia della propria città, della propria casa lasciata per un lavoro lontano; sono i bambini che vanno all'asilo, le persone che stanno per morire, etc. Sono possessivi con tutti gli oggetti e i vestiti, non gettano mai niente, amano la storia, i mobili e gli oggetti antichi. Non si adattano al presente perché psicologicamente vivono nel passato. Rimpianto di occasioni perdute, di partite non giocate. Non si comprende che tutta la vita è un'evoluzione e ciò che è stato è l'impulso per il presente. I bambini non vogliono andare a scuola, sono legati alle gonne della mamma. I sintomi sono la distrazione e il senso di lontananza. Con l'assunzione di questo fiore, si avrà la capacità di lavorare con il passato, tenendo conto in modo giusto di ciò che è stato per sfruttarlo nel presente.



Professioni che fanno rivivere il passato. **Sguardo sereno al presente. Il rapporto con il passato non immobilizza quello con il presente.**

Sweet Chestnut (castanea sativa-castagno dolce)

La sua qualità è: liberazione. La frequenza di questo fiore è un'angoscia insopportabile, il sentirsi senza salvezza. Non c'è più speranza, si hanno le spalle al muro, lo stato di disperazione resta a livello inconscio molto spesso.

C'è solo vuoto, sentono che non possono essere aiutati. Ci si sente perduti. Questo stato si sente spesso in corrispondenza di grosse evoluzioni, grandi avvenimenti che trasformano la vita. Consapevolezza di dover morire per ricominciare da capo. Consapevolezza della propria solitudine. Anche nelle fasi più disperate non pensa di farla finita. È alquanto difficile diagnosticarlo, i riferimenti sono le sue frasi "Non so più che fare", "sono alla fine!", etc. Si tratta spesso di fasi transitorie. I sintomi sono angoscia e oppressione al petto.

Con Sweet Chestnut si avrà fiducia nel proprio destino, nonostante le avversità... fiducia in Dio; si accorgono che c'è sempre la possibilità di ricominciare, anzi spesso è necessario morire per rinascere. Si accorgono di avere la possibilità di nuove chance, di ritrovarsi. **Vivere il buio, il vuoto, ma sentirsi interi.**