

Edward Bach
M.B., B.S., M.R.C.S., L.R.C.P., D.P.H.

I dodici guaritori e altri rimedi

Edizione definitiva



PRIMA PUBBLICAZIONE INGLESE: 1933

NUOVA EDIZIONE RIVEDUTA: 1934

NUOVA EDIZIONE AMPLIATA: 1936

SECONDA EDIZIONE AMPLIATA: 1941

EDIZIONE DEFINITIVA 1941, CON INTRODUZIONE BIBLIOGRAFICA E NOTE: 2011

TRADUZIONE DALL' INGLESE DI GIUSEPPINA MORETTA BFRP

© 2011 The Bach Centre

Riproduzione e distribuzione della presente pubblicazione sono consentite solo ed esclusivamente a scopo non commerciale purché nulla venga alterato. Tutti gli altri diritti sono riservati.

1.1

The Dr Edward Bach Centre
Mount Vernon
Bakers Lane
Brightwell-cum-Sotwell
Oxon OX10 0PZ
United Kingdom

Questo lavoro dedicato alla guarigione è stato fatto, pubblicato e dato senza vincoli così che chiunque possa aiutare se stesso, nella malattia o a mantenersi sano e forte.

- Edward Bach, in un discorso nel giorno del suo
50° compleanno, 24 Settembre 1936

INTRODUZIONE DEGLI EDITORI

Le origini de *I dodici guaritori e altri rimedi* si trovano nel giornale *Homoeopathic World* del febbraio 1930 dove, in un articolo dal titolo “Some New Remedies and New Uses” (Alcuni nuovi rimedi e nuovi usi), Edward Bach, medico divenuto anche omeopata, pubblicò una relazione su cinque rimedi a base vegetale, di cui tre – *Impatiens*, *Mimulus* e *Clematis* – costituiranno la base del metodo dei rimedi floreali di Bach. Tali rimedi erano delle preparazioni omeopatiche ottenute per triturazione e succussione. I rimedi floreali come noi ora li conosciamo ebbero origine successivamente lo stesso anno, con la scoperta della preparazione attraverso il metodo del sole.

Nel 1932 il numero dei rimedi era salito a dodici e Bach ne incluse una relazione in un libretto intitolato *Free Thyself* (Libera te stesso). La primavera successiva, nel 1933, Bach era già alla ricerca di altri rimedi, riuscendo tuttavia a trovare il tempo di scrivere e fare ulteriori pubblicazioni, fra cui due articoli, “Twelve Great Remedies” (Dodici Grandi Rimedi) e “Twelve Healers” (Dodici Guaritori), quest’ ultimo stampato a Epsom a sud di Londra, e un piccolo libro, *The Twelve Healers* (I Dodici Guaritori), stampato a

Marlow, nei pressi di Wallingford. Molti anni dopo, Nora Weeks ricordò come quest'ultimo manoscritto

...venne stampato nelle vicinanze in forma di opuscolo, ed egli [Bach] decise di venderlo a due penny la copia, così che tutti potessero permettersi di comprarlo e trarre beneficio dai rimedi a base d'erbe. Bach sperava così di coprire le spese di stampa dell'opuscolo, perchè, come sempre, non aveva molto denaro d'avanzo; ma non fu così: egli mandava copie a tutti quelli che le chiedevano, dimenticando sempre di domandare i due penny in cambio.¹

Nell'agosto del 1933 Bach scrisse alla casa editrice The CW Daniel Company, che aveva pubblicato il suo libro *Heal Thyself* (Guarisci te stesso) un paio d'anni prima. Mandò loro una copia del suo opuscolo *The Twelve Healers*, e dell'altro materiale dattiloscritto intitolato "The Four Helpers" (I Quattro Aiutanti), in cui venivano introdotti i nuovi rimedi trovati in quell'anno. Daniels pubblicò *The Twelve Healers and Four Helpers* (I Dodici Guaritori e Quattro Aiutanti) quell'autunno stesso; e un anno più tardi, nel luglio del 1934, diede alle stampe una seconda edizione che includeva tre ulteriori rimedi: *The Twelve Healers and Seven Helpers* (I Dodici Guaritori e Sette Aiutanti).

Entro l'autunno del 1935 Bach aveva scoperto altri diciannove rimedi, insieme alla preparazione attraverso il metodo della bollitura. Con un totale di 38 rimedi Bach annunciò che il

1 Nora Weeks, *The Medical Discoveries of Edward Bach*, capitolo XVI.

metodo era completo. Scrisse alla The CW Daniel Company chiedendo, come soluzione provvisoria, di stampare un foglietto informativo di due pagine sui nuovi rimedi e di inserirlo nelle copie invendute di *The Twelve Healers and Seven Helpers*. Presto si mise a lavorare a una nuova versione del libro, quella definitiva.

Quest'ultima edizione vide un cambiamento totale nella presentazione dei rimedi. Fin dalla prima edizione della CW Daniel, Bach aveva tracciato una distinzione tra *guaritori* (dodici rimedi fondamentali) e *aiutanti* (sette rimedi per stati a lungo-termine, usati quando la scelta del guaritore non fosse chiara). Ora che si rendeva necessario incorporare gli altri diciannove rimedi nel metodo, Bach teorizzò che ciascun nuovo rimedio potesse corrispondere ad uno dei guaritori o ad uno degli aiutanti.

Egli passò qualche tempo a lavorare su questa idea, che però non venne mai sviluppata fino in fondo. Forse non combaciava con la perfetta semplicità che sentiva essere così fondamentale. Forse alcuni rimedi non trovavano una naturale collocazione. Quasi certamente, Bach venne colto dal dubbio che tale struttura non avesse alcun uso pratico: i “trentotto diversi stati... semplicemente descritti” erano sufficienti “a trovare lo stato o l’insieme di stati presenti, e quindi per poter dare i rimedi necessari.”² Aveva poi davvero importanza che le persone finissero con l’usare guaritori o aiutanti, o nessuno di essi o entrambi?

Alla fine, Bach eliminò completamente la distinzione guaritori/aiutanti, classificando invece i 38 rimedi in sette generali

2 Dall’ Introduzione di Bach a *The Twelve Healers and Other Remedies*; vedere pag. 14.

categorie. Era stato così radicale nella sua revisione, che gli editori erano preoccupati dell'effetto che un tale cambiamento potesse generare sui lettori e pertanto risposero all'autore come segue:

Notiamo che il titolo, *The Twelve Healers* (I Dodici Guaritori), è stato mantenuto, tuttavia il testo, nella sua attuale forma non dà indicazione alcuna di quali siano i Dodici Guaritori. Il nostro suggerimento sarebbe di indicare i Dodici Guaritori con un asterisco e di aggiungere all'Introduzione una nota di chiarimento.³

Bach ignorò la richiesta di mettere in evidenza i primi dodici, tuttavia aggiunse un paio di righe al termine dell'Introduzione per motivare il titolo. Al momento della prova di stampa, gli editori presero l'iniziativa di inserire gli asterischi ed aggiunsero una frase finale di proprio pugno:

Ci siamo [...] concessi la libertà di aggiungere alla vostra nota aggiuntiva all'Introduzione le seguenti parole: "Gli asterischi indicano i dodici originali." Abbiamo aggiunto gli asterischi ai nomi nella Sezione dei rimedi e nella lista dei nomi.⁴

Il libro *The Twelve Healers and Other Remedies* (I dodici guaritori e altri rimedi), nella sua stesura finale, fu pubblicato il giorno del 50° compleanno di Bach, il 24 settembre 1936. Secondo le istruzioni dell'autore, gli editori ritirarono e distrussero le copie invendute della precedente edizione. Come Nora Weeks ricorda:

3 Lettera da The CW Daniel Co Ltd a Edward Bach datata 27 luglio 1936.

4 Lettera da The CW Daniel Co Ltd a Edward Bach datata 31 luglio 1936.

Era sempre stata sua abitudine distruggere qualunque annotazione fatta nel corso delle sue ricerche non appena raggiunta la conclusione definitiva e pubblicati i risultati. Era convinto che in questo modo si sarebbero evitate versioni contraddittorie che avrebbero confuso chi stava imparando; il suo fine era far diventare la guarigione dalla malattia una questione semplice, così da rimuovere la paura che pervade la mente di molti al pensiero della malattia.⁵

L'edizione del 1936 fu l'ultima ad essere elaborata durante la vita del dottor Bach. Tuttavia, dopo sole poche settimane dalla sua pubblicazione, egli scriveva a proposito dell'esigenza di modificarla, di fare il possibile per difendere la semplicità del metodo completato. "Quando si renderà necessaria la prossima edizione de *I dodici guaritori*," scrisse al suo amico Victor Bullen, "dovremo scrivere un'introduzione più lunga, a fermo sostegno della natura innocua, della semplicità e delle miracolose virtù curative dei Rimedi."⁶

Bach dettò questa più lunga introduzione alla sua assistente Nora Weeks, il 30 ottobre 1936. Fu uno degli ultimi atti della sua vita. Un mese dopo, il 27 novembre, egli morì nel sonno.

Come gli aveva promesso, Nora Weeks mandò il nuovo materiale alla The CW Daniel Company ai primi di dicembre del 1936. Questo fu il solo cambiamento significativo apportato quando venne stampata l'edizione del 1941, così che tale testo,

5 Nora Weeks, *The Medical Discoveries of Edward Bach*, capitolo XX.

6 Lettera a Victor Bullen datata 26 ottobre 1936.

scritto interamente con le parole del dottor Bach⁷, può essere considerato la versione definitiva del libro.

The Twelve Healers and Other Remedies continua fin da allora ad essere ristampato. Il libro è stato tradotto nella maggior parte delle lingue principali – non sempre con successo – passando attraverso innumerevoli edizioni. Nel corso degli anni, le descrizioni originali dei rimedi sono rimaste sacrosante⁸. Altre parti del testo, invece, furono soggette a revisioni e aggiornamenti. Fedeli al dottor Bach, i custodi del Bach Centre hanno sempre trattato *The Twelve Healers* come un testo vivo il cui scopo è quello di presentare e preservare la semplicità del metodo.

Il mondo, tuttavia, è cambiato e non sembra più così importante mantenere *The Twelve Healers* aggiornato proprio allo stesso modo. Esistono altre vie per offrire informazioni dettagliate riguardo a dosaggio, uso dei rimedi per gli animali e così via: siti web, social network, corsi di formazione e libri specializzati su tutto, dalla selezione dei rimedi per i cavalli alla preparazione dei propri.

La sfida, oggi, riguarda più in particolare il rendere omaggio all'opera originale di Edward Bach e ai desideri che egli aveva per il suo futuro. Il dottor Bach non avrebbe affatto gradito che le edizioni precedenti al 1936 venissero ripubblicate e utilizzate per reinterpretare e complicare il metodo completato. Sentiamo

7 A parte alcune modifiche di scarsa entità ad un passaggio apportate da Nora Weeks per l'edizione del 1941: vedere nota a pag. 36.

8 Un'eccezione fu la rimozione di una frase dalla descrizione di Rock Rose di Bach: vedere nota nel testo principale.

pertanto che sia giunto il momento di dare nuovamente rilievo all'edizione definitiva del 1941, senza alterarne una sola parola e con l'ausilio di note che guidino il lettore oltre il testo.

Al tempo stesso, stiamo lavorando con alcuni Bach Foundation Registered Practitioners di tutto il mondo per produrre nuove traduzioni di quest'opera fondamentale, nel maggior numero possibile di lingue. Molte delle traduzioni esistenti contengono gravi errori, e la preparazione di un'edizione definitiva in lingua straniera è ormai da tempo dovuta.

L'autunno del 2011 segna il 75° anniversario della morte del dottor Bach e il 125° anniversario della sua nascita, e sembra il momento ideale per offrire questo dono.

Judy Ramsell Howard

Stefan Ball

*THE
TWELVE HEALERS*

and Other Remedies

By

Edward Bach

M.B., B.S., M.R.C.S., L.R.C.P., D.P.H.



INTRODUZIONE

Questo metodo di cura è il più perfetto che sia stato dato all'umanità a memoria d'uomo.⁹ Ha il potere di curare la malattia; e, nella sua semplicità, può essere usato in ogni casa.

È la sua semplicità, unita ai suoi effetti benefici, ad essere tanto meravigliosa.

Nessuna scienza, nessuna conoscenza è necessaria, a parte i semplici metodi qui descritti; e trarranno i maggiori benefici da questo Dono di Dio coloro che lo manterranno puro com'è; libero da scienza, libero da teorie, perchè in Natura tutto è semplice.

Questo metodo di cura, che ci è stato divinamente rivelato, mostra che sono le nostre paure, le nostre preoccupazioni, le nostre ansie e quanto di simile ad aprire la via all'invasione della malattia. Quindi trattando le nostre paure, le nostre preoccupazioni, le nostre inquietudini e così via, non solo ci liberiamo dalla malattia, ma le Erbe donateci per Grazia del Creatore di tutte le cose, in più, porteranno via le nostre paure e preoccupazioni, e ci renderanno migliori e più felici.

⁹ I primi sette paragrafi dell' Introduzione furono dettati dal dottor Bach dopo la pubblicazione dell'edizione del 1936. Vedere l' Introduzione degli editori per maggiori informazioni.

Poiché le Erbe curano le nostre paure, le nostre ansie, le nostre preoccupazioni, le nostre debolezze e le nostre mancanze, sono queste che dobbiamo cercare, e allora la malattia, non importa quale, ci lascerà.

Non c'è molto da aggiungere, poiché una mente aperta sa cogliere tutto ciò, e forse ci sono sufficienti menti aperte, svincolate dalle tendenze della scienza, che useranno questi doni del cielo per il conforto ed il bene di chi sta loro accanto.

Così, dietro tutte le malattie si celano le nostre paure, le nostre ansie, la nostra avidità, le nostre simpatie ed antipatie. Cerchiamole e curiamole, e curandole se ne andrà la malattia che ci affligge.

Da tempo immemorabile è noto che la Provvidenza ha posto in Natura la prevenzione e la cura della malattia, per mezzo di erbe e piante e alberi arricchiti da mano divina.¹⁰ I rimedi della Natura presentati in questo libro hanno dato prova di esser benedetti al di sopra degli altri nella loro opera misericordiosa; e che è stato loro donato il potere di guarire ogni forma di sofferenza e di malattia.

Nei casi trattati con questi rimedi non si considera la natura della malattia. Si tratta l'individuo, e man mano che questi si rafforza la malattia se ne va, dissolta dal migliorare della salute.

Tutti sanno che la stessa malattia può avere effetti diversi su persone diverse; sono gli effetti che vanno trattati, perché guidano alla vera causa.

La mente, parte più delicata e sensibile del corpo, accusa

¹⁰ Questa frase segna l'inizio dell' introduzione più breve apparsa nell'edizione del 1936.

l'inizio e il decorso della malattia in modo molto più definito che non il corpo fisico, perciò è l'atteggiamento della mente ad essere scelto come guida al rimedio o ai rimedi necessari.

Nella malattia avviene un cambiamento di umore rispetto a quello della vita normale, e coloro che sanno osservare possono notare questo cambiamento spesso con anticipo, e talvolta con largo anticipo, rispetto alla comparsa della malattia, e con il trattamento possono addirittura evitare che essa si manifesti. Quando la malattia è presente da qualche tempo, è ancora lo stato d'animo di chi ne soffre che guiderà al corretto rimedio.

Non badate alla malattia, pensate solo all'atteggiamento che ha verso la vita la persona che ne è afflitta.

Trentotto stati differenti sono semplicemente descritti, e non si dovrebbe avere difficoltà alcuna né per se stessi né per qualcun altro, a trovare lo stato o l'insieme di stati che sono presenti, e quindi poter dare i rimedi necessari per una cura efficace.

Il titolo del libro, *I dodici guaritori*, è stato mantenuto perchè noto a molti lettori.¹¹

Il sollievo dalla sofferenza era così certo e benefico, persino quando c'erano soltanto dodici rimedi, che si era giudicato necessario portarli subito a conoscenza del pubblico, senza attendere di scoprire i rimanenti ventisei che completano la serie. I dodici originali sono indicati da un asterisco.

11 Questo paragrafo e quello successivo vennero aggiunti al testo dattiloscritto dell'edizione del 1936 al momento della prova di stampa. Vedere l'Introduzione degli editori.

I RIMEDI

E le ragioni date per ciascuno¹²

12 Nell'edizione originale inglese del 1936 la dicitura è leggermente diversa e la traduzione è: 'I Rimedi e le ragioni per dare ciascuno di essi'. La variazione nella presente edizione del 1941 è dovuta probabilmente ad un errore di stampa.

I 38 RIMEDI
sono posti sotto le seguenti
7 CATEGORIE¹³

	<i>Page</i>
1. PER LA PAURA	17
2. PER L'INCERTEZZA	19
3. PER L'INSUFFICIENTE INTERESSE NELLE CIRCOSTANZE PRESENTI	22
4. PER LA SOLITUDINE	25
5. PER QUELLI IPERSENSIBILI ALLE INFLUENZE E ALLE IDEE	27
6. PER LO SCORAGGIAMENTO O LA DISPERAZIONE	29
7. PER L'ECESSIVA PREOCCUPAZIONE PER IL BENESSERE DEGLI ALTRI	33

13 I nomi dei gruppi sono basati sulle caratteristiche emotive generali che Bach identificò per ciascuno dei sette nosodi di Bach. I nosodi di Bach erano un set di rimedi omeopatici preparati a base di batteri su cui Bach aveva lavorato tra il 1919 e il 1928. Vedere *The Medical Discoveries of Edward Bach* di Nora Weeks, capitoli V e VI.

PER QUELLI CHE HANNO PAURA

**ROCK ROSE*

Il rimedio di soccorso.¹⁴ Il rimedio di emergenza persino per i casi che appaiono senza speranza. Per incidenti o malattie improvvise, o quando il paziente è molto spaventato o terrorizzato, oppure se le condizioni sono gravi al punto da causare grande paura in chi è vicino. Se il paziente non è cosciente gli si possono inumidire le labbra con il rimedio. Potrebbero anche rendersi necessari altri rimedi in aggiunta, ad esempio, Clematis in caso di incoscienza, che è uno stato di profondo assopimento; Agrimony, se c'è tormento e così via.

**MIMULUS*

Paura delle cose del mondo: malattie, dolore, incidenti, povertà; paura del buio, di essere soli, della fortuna avversa. Le paure della vita quotidiana. Queste persone sopportano i propri timori silenziosamente e in segreto, non ne parlano liberamente ad altri.

¹⁴ Questa prima frase è stata tralasciata in gran parte delle edizioni successive del libro. Il dr. Bach aveva miscelato cinque rimedi e chiamato tale combinazione 'rimedio di soccorso' e alcuni lettori erano confusi dal fatto che il medesimo nome fosse usato anche per descrivere Rock Rose.

CHERRY PLUM

Paura che la mente si sovraccarichi, di perdere la ragione, di fare cose spaventose di cui si temono le conseguenze, cose non volute e che si sanno sbagliate, eppure assale il pensiero e l'impulso di farle.

ASPEN

Paure vaghe, sconosciute, per le quali non si sa dare alcuna spiegazione, né una ragione.

Eppure il paziente può essere spaventato dalla sensazione che stia per accadere qualcosa di terribile, ma non sa che cosa.

Queste paure vaghe, inspiegabili possono tormentare di notte o di giorno.

Chi ne soffre spesso prova timore a parlare agli altri del proprio turbamento.

RED CHESTNUT

Per quelli che trovano difficile non stare in ansia per altre persone.

Molte volte arrivano a non preoccuparsi più per se stessi, ma possono soffrire molto per le persone a cui tengono, spesso aspettandosi che possano loro accadere eventi spiacevoli.

PER QUELLI CHE SOFFRONO DI INCERTEZZA

***CERATO**

Quelli che non hanno sufficiente fiducia in se stessi per prendere le proprie decisioni.

Chiedono costantemente consiglio agli altri, e spesso vengono fuorviati.

***SCLERANTHUS**

Quelli che soffrono molto perché non riescono a decidere tra due cose, in quanto ora pare giusta l'una ora l'altra.

Generalmente sono persone quiete, e sopportano la propria difficoltà da sole, in quanto non inclini a discuterne con gli altri.

*GENTIAN

Quelli che si scoraggiano facilmente. Possono fare buoni progressi nella malattia o negli affari della vita quotidiana, ma qualsiasi lieve ritardo o il più piccolo ostacolo causano loro dubbi e subito li demoralizzano.

GORSE

Profonda perdita di speranza, queste persone non credono sia possibile fare ancora qualcosa per loro.

O perché si lasciano convincere o per compiacere gli altri possono provare diverse cure, al tempo stesso affermando convinti a coloro che sono vicini che non vi è molta speranza di trarne beneficio.

HORNBEAM

Per quelli che sentono di non avere sufficiente forza, mentale o fisica, per portare il peso della vita posto su di loro; le attività quotidiane sembrano troppo pesanti da affrontare, benché generalmente essi riescano a portare a termine i propri compiti.

Per quelli che credono che alcune parti, del corpo o della mente, necessitino di essere rafforzate prima di poter agevolmente compiere il proprio lavoro.

WILD OAT

Quelli che hanno l'ambizione di realizzare qualcosa di importante nella vita, che desiderano fare molte esperienze, trarre piacere da tutto quanto sia loro possibile e vivere pienamente la vita.

La loro difficoltà sta nel determinare quale occupazione seguire; poiché sebbene abbiano grandi ambizioni, non hanno alcuna particolare vocazione che li attragga al di sopra di tutte le altre.

Ciò può causare indugio e insoddisfazione.

*NON SUFFICIENTE INTERESSE NELLE CIRCOSTANZE
PRESENTI*

**CLEMATIS*

Quelli che sognano ad occhi aperti, sono assopiti, non completamente svegli, non hanno grande interesse nella vita. Persone tranquille, non realmente felici delle circostanze in cui si trovano, vivono più nel futuro che nel presente; nella speranza di tempi più felici, quando i loro ideali potranno realizzarsi. Nella malattia alcuni non si sforzano molto, o per nulla, di migliorare, e in certi casi possono persino anelare alla morte, nella speranza di tempi migliori; o forse, di incontrare di nuovo una persona amata da loro perduta.

HONEYSUCKLE

Quelli che vivono molto nel passato, tempo forse di grande gioia, o di memorie di un amico perduto, o di ambizioni mai realizzate. Non si aspettano altra felicità simile a quella già conosciuta.

WILD ROSE

Quelli che, apparentemente, senza una ragione sufficiente si rassegnano a tutto ciò che accade, e si lasciano scivolare attraverso la vita, prendendola come viene, senza minimamente sforzarsi di migliorare le cose e trovare un po' di gioia. Si sono arresi alla lotta della vita senza lamentele.

OLIVE

Quelli che hanno sofferto molto mentalmente o fisicamente e sono tanto stanchi e affaticati da sentirsi allo stremo delle forze, incapaci di compiere il minimo sforzo. La vita quotidiana per loro è un duro lavoro, senza piacere.

WHITE CHESTNUT

Per quelli che non riescono ad evitare che pensieri, idee, argomentazioni indesiderate si insinuino nella loro mente. Generalmente nei periodi in cui l'interesse del momento non ha forza sufficiente a mantenere la mente occupata.

Pensieri che preoccupano e non se ne vanno, o se cacciati per un momento, poi ritornano. Sembrano girare e rigirare e causano tortura mentale.

La presenza di pensieri tanto spiacevoli allontana la tranquillità ed interferisce con la capacità di pensare al lavoro o al piacere quotidiani.

MUSTARD

Quelli che sono soggetti a periodi di tristezza o persino di disperazione, come se una nube fredda e oscura li offuscasse nascondendo loro la luce e la gioia della vita. Potrebbe non essere possibile fornire alcuna ragione o spiegazione di tali attacchi.

Tali condizioni rendono quasi impossibile apparire felici o allegri.

CHESTNUT BUD

Per quelli che non si avvantaggiano fino in fondo dell'osservazione e dell'esperienza, e impiegano più tempo di altri ad apprendere le lezioni della vita quotidiana.

Mentre per qualcuno un'esperienza sola è sufficiente, a tali persone è necessario farne di più, talvolta molte di più, prima di imparare la lezione.

Di conseguenza, con loro dispiacere, si trovano a ripetere il medesimo errore in diverse occasioni, quando una sola volta avrebbe potuto essere sufficiente, oppure, osservando gli altri, avrebbero potuto evitare persino quell'unico sbaglio.

SOLITUDINE

***WATER VIOLET**

Per quelli che in salute o in malattia amano star soli. Persone molto quiete, che si muovono senza far rumore, parlano poco, e in modo sommesso. Molto indipendenti, capaci e sicure di sé. Non danno grande importanza alle opinioni altrui. Sono riservate, lasciano in pace le persone e vanno per la propria strada. Spesso acute e di talento. La calma e la tranquillità che le contraddistinguono sono una benedizione per chi sta loro intorno.

***IMPATIENS**

Quelli che sono veloci in pensieri e azioni e desiderano che tutto sia fatto senza esitazione o ritardo. Quando malati desiderano ansiosamente una rapida guarigione.

Trovano molto difficile essere pazienti con le persone lente, considerandolo un difetto e una perdita di tempo, e si adoperano in tutti i modi per rendere tali persone più sollecite.

Spesso preferiscono lavorare e pensare da soli, per poter fare tutto secondo i propri ritmi.

HEATHER

Quelli che sono sempre alla ricerca della compagnia di chiunque possa mostrarsi disponibile, trovando necessario discutere i propri affari con altri, non importa di chi si tratti. Sono molto infelici se debbono star soli per qualche tempo, breve o lungo che sia.

IPERSENSIBILI AD INFLUENZE E IDEE

**AGRIMONY*

Persone gioviali, allegre, piene di buonumore che amano la tranquillità e sono disturbate da litigi o contrasti, onde evitare i quali sono disposte a grandi rinunce.

Benché generalmente tormentate da problemi, irrequiete e preoccupate nel corpo o nello spirito, nascondono tali croci dietro il proprio buonumore e il loro essere burlone e sono considerate ottimi amici da conoscere. Sovente fanno uso eccessivo di alcool o droghe, per stimolare ed aiutare se stesse a portare le proprie croci con leggerezza.

**CENTAURY*

Persone gentili, quiete, miti, estremamente ansiose di servire gli altri. Chiedono troppo alle proprie energie nel loro intento.

Il loro desiderio cresce al punto da rendersi più servitori che non volenterosi aiutanti. La loro natura gentile li conduce a compiere più di quanto non competa loro, e ciò facendo rischiano di trascurare la propria particolare missione di vita.

WALNUT

Per quelli che posseggono ideali e ambizioni di vita ben definiti e ai quali stanno adempiendo, tuttavia in rare occasioni sono tentati dall'altrui entusiasmo, convinzioni o forti opinioni, di allontanarsi dalle proprie idee, dai propri fini e dal proprio lavoro.

Il rimedio conferisce costanza e offre protezione dalle influenze esterne.

HOLLY

Per quelli che talvolta vengono assaliti da pensieri di gelosia, invidia, vendetta, sospetto.

Per le diverse forme di contrarietà e corruccio.

Possono soffrire molto nel proprio intimo, benché spesso non vi sia una reale causa a giustificare tale infelicità.

PER SCORAGGIAMENTO O DISPERAZIONE

LARCH

Per quelli che non considerano se stessi abili o capaci quanto chi sta loro intorno, sono convinti di fallire, di non avere mai successo, e così non fanno neppure un tentativo, o non lo fanno con sufficiente convinzione.

PINE

Per quelli che biasimano se stessi. Persino quando hanno successo pensano che avrebbero potuto fare meglio, e non si accontentano mai dei propri sforzi o risultati. Sono lavoratori instancabili e soffrono molto per gli errori che attribuiscono a se stessi.

Talvolta, in presenza di un errore compiuto da qualcun altro, se ne assumono essi stessi la responsabilità.

ELM

Quelli che stanno facendo un buon lavoro, seguendo la loro vocazione e sperando di fare qualcosa di importante, magari a beneficio dell'umanità.

A volte possono avere periodi di depressione, quando sentono che il compito che si sono assunti è troppo impegnativo e al di là delle umane possibilità.

SWEET CHESTNUT

Per quei momenti che accadono a certe persone in cui l'angoscia è tanto grande da sembrare insopportabile.

Quando la mente o il corpo sentono di aver raggiunto il limite della sopportazione, e che sia giunto il momento di cedere il passo.

Quando sembra non rimanere altro che distruzione e annientamento da affrontare.

STAR OF BETHLEHEM

Per quelli che soffrono molto in condizioni che, per un certo tempo, causano grande infelicità.

Lo shock in seguito a gravi notizie, la perdita di una persona cara, lo spavento dopo un incidente o altro.

A coloro che per un certo periodo rifiutano di essere consolati, questo rimedio porta conforto.

WILLOW

Per quelli che hanno sofferto avversità o sventure e trovano difficile accettarle senza lamentele o risentimento, poiché giudicano la vita soprattutto in funzione del successo.

Sentono di non aver meritato una prova tanto grande, che è stato ingiusto, e ne sono amareggiati.

Spesso provano minor interesse e sono meno attivi in ciò da cui un tempo traevano piacere.

OAK

Per quelli che lottano, si battono con forza per guarire, o per adempiere ai compiti della vita quotidiana. Non si stancano di provare una cosa dopo l'altra, persino quando il loro caso appare senza speranza.

Continuano a combattere. Sono insoddisfatti di se stessi se la malattia interferisce con i loro doveri o con la possibilità di aiutare gli altri.

Sono persone coraggiose, lottano contro grandi difficoltà, senza perdersi d'animo né risparmiarsi.

CRAB APPLE

Questo è il rimedio depurativo.

Per quelli che hanno la sensazione di avere in se stessi qualcosa di poco pulito.

Spesso si tratta di qualcosa apparentemente insignificante;

in altri casi può trattarsi di un disturbo più serio, pressoché trascurato rispetto alla sola cosa su cui la persona concentra la propria attenzione.

Entrambi i tipi sono ansiosi di sbarazzarsi di quell'unica cosa che riveste la maggiore importanza nella mente e che sembra loro essenziale curare.

Si deprimono se la cura fallisce.

Trattandosi di un depurativo, questo rimedio ripulisce le ferite se il paziente avesse motivo di pensare che sia penetrato un veleno da eliminare.

*PREOCCUPAZIONE ECCESSIVA PER IL BENESSERE DEGLI
ALTRI*

**CHICORY*

Quelli che si preoccupano molto delle necessità altrui; tendono ad essere stracolmi di attenzioni verso figli, familiari, amici, trovando sempre qualcosa da rimettere in ordine. Correggono in continuazione ciò che ritengono sbagliato, e traggono piacere nel farlo. Vorrebbero sempre avere vicino coloro che amano.

**VERVAIN*

Quelli che hanno principi e idee fisse, che sono convinti essere giuste, e che molto di rado cambiano.

Hanno grande desiderio di convertire tutti quelli che li circondano alla propria visione della vita.

Posseggono una grande forza di volontà e molto coraggio quando sono convinti di quelle cose che desiderano insegnare.

Nella malattia continuano a lottare a lungo dopo che molti avrebbero già rinunciato ad adempiere ai propri doveri.

VINE

Persone molto capaci, certe della propria abilità, sicure di ottenere successo.

Essendo così sicure, pensano che sarebbe un bene per gli altri se questi potessero essere persuasi a fare le cose come le fanno loro, o come sono certe essere giusto. Persino nella malattia danno ordini a chi le assiste.

Possono essere di grande valore nell'emergenza.

BEECH

Per quelli che sentono il bisogno di vedere di più il buono e il bello in tutto ciò che li circonda e, benché molto appaia sbagliato, di avere la capacità di vedere il buono crescere dentro. Possono così essere più tolleranti, indulgenti e comprensivi rispetto ai diversi modi in cui ciascun individuo e tutte le cose si impegnano per raggiungere la propria perfezione finale.

ROCK WATER

Quelli che sono molto rigorosi nel proprio modo di vivere; negano a se stessi molte gioie e piaceri della vita perchè ritengono che possano interferire con il loro lavoro.

Sono severi maestri di se stessi. Desiderano mantenersi sani, forti e attivi, e fanno qualunque cosa ritengano necessaria a tale fine. Sperano di fungere da esempio per gli altri che potrebbero poi seguire le loro idee e divenire alla fine migliori.

INDICAZIONI

Per chi non ha la possibilità di curarsi da solo o di preparare le proprie provviste, trattamento e rimedi possono essere reperiti richiedendoli a:¹⁵

SEDI:

TEAM DI LAVORO DEL DR. BACH¹⁶
“Wellsprings”¹⁷ e “Mount Vernon”¹⁸,
Sotwell, Wallingford,
Berks.¹⁹

15 Ad eccezione della più lunga introduzione, dettata da Bach prima della sua morte, le pagine 36 e 37 sono le uniche in cui l'edizione del 1941 differisce da quella del 1936. Nora Weeks le modificò per rendere noto ai lettori che i rimedi (nonché un aiuto nella loro selezione) erano disponibili anche al Bach Centre: cfr. facsimile edizione originale inglese, pag. 26 su

www.bachcentre.com/centre/download/healers1936.pdf

- 16 Il team nel 1941 era composto da Nora Weeks (assistente e biografa del dr. Bach), Victor Bullen e Mary Tabor.
- 17 Wellsprings era la casa che apparteneva a Mary Tabor ed era stata usata da Bach per ricevere i pazienti e come indirizzo per la corrispondenza. Mary Tabor lasciò il team e si trasferì negli anni '40 del secolo passato. La casa, tuttora esistente, è di proprietà privata.
- 18 Bach e Nora Weeks si trasferirono a Mount Vernon nel 1934. Oggi, Mount Vernon è proprietà del The Dr Edward Bach Healing Trust, un ente benefico ufficialmente riconosciuto, ed è la dimora del The Bach Centre. Vedere *The Story of Mount Vernon*, di Judy Ramsell Howard.
- 19 Il villaggio di Sotwell faceva parte della contea del Berkshire fino al 1974, quando la zona intorno a Wallingford e Didcot venne trasferita alla confinante contea dell'Oxfordshire in ottemperanza alla Legge del Governo Locale del 1972.

I rimedi possono essere reperiti anche dai seguenti farmacisti:

MESSRS. KEENE & ASHWELL,²⁰
38 New Cavendish Street,
London, W. 1.

MESSRS. NELSON & CO., LTD.,²¹
73 Duke Street,
Grosvenor Square,
London, W.I.

Boccette stock:

	s.	d. ²²
Un rimedio . . .		8 (affrancatura 2d.)
Dodici rimedi . . .	5	0 (affrancatura 4d.)
Set completo di 38	15	0 (affrancatura 6d.)

20 La Keene & Ashwell ha cessato l'attività. L'indirizzo è attualmente sede di una ditta fornitrice di attrezzature per cantine.

21 La Nelsons Homoeopathic Pharmacy continua la propria attività in Duke Street, così come il suo rapporto con i rimedi floreali: la Nelsons produce e vende i rimedi con il marchio *Bach®Original Flower Remedies*.

22 Questi prezzi del 1941 sono indicati nella valuta britannica in uso prima dell'introduzione del sistema metrico decimale: uno scellino (s.) equivaleva ad una moneta da 5p attuale (circa 6-7 centesimi di euro); uno scellino era composto da dodici vecchi penny (d.). Un set completo di rimedi più le spese postali oggi avrebbe un costo pari a poco meno di 78p (meno di un euro).

METODI DI DOSAGGIO²³

Poiché tutti questi rimedi sono puri ed innocui, non si deve temere di somministrarne in eccedenza oppure troppo spesso, sebbene soltanto la più piccola quantità sia sufficiente per agire come una dose. Né alcun rimedio può produrre un effetto nocivo qualora risultasse non essere quello realmente necessario al caso specifico.

Per la preparazione, prelevare circa due gocce dalla boccetta stock e porle in un flaconcino quasi pieno di acqua; se fosse necessario serbare il flaconcino per qualche tempo, sarebbe preferibile aggiungere poco brandy come conservante.

Questo flaconcino è usato per somministrare le dosi, e soltanto poche gocce del preparato, assunte in poca acqua, latte, o in qualunque modo pratico, è tutto quanto necessita.

Nei casi urgenti le dosi possono essere date ad intervalli di pochi minuti, finché non ci sia un miglioramento; in casi gravi circa ogni mezz'ora; e nei casi a lungo termine ogni due o tre ore, o con maggior o minor frequenza secondo le necessità del paziente.

23 Le istruzioni di dosaggio nelle edizioni successive di *The Twelve Healers* venivano sostanzialmente riscritte per rispondere a domande e timori sollevati da persone che usavano i rimedi. Cfr. ad esempio le pag. 23 e 24 dell'edizione del Bach Centre del 2009 (in lingua inglese) su www.bachcentre.com/centre/download/healers.pdf.

A chi è in stato d'incoscienza, inumidire frequentemente le labbra.

Qualora siano presenti dolore, rigidità, infiammazione, o problemi localizzati di qualsiasi genere, andrebbe applicata una lozione. Prelevare alcune gocce dal flacone del medicinale e metterle in una ciotola d'acqua, immergervi un panno e coprire la parte affetta; è possibile inumidire il panno di tanto in tanto, se necessario.

Spugnature o bagni con acqua cui si aggiungono alcune gocce di rimedi possono talvolta essere utili.

METODO DI PREPARAZIONE²⁴

Due sono i metodi usati per preparare questi rimedi.

METODO DEL SOLE

Si prenda una ciotola di vetro sottile riempita quasi completamente della più pura acqua di cui si disponga, possibilmente proveniente da una sorgente nelle vicinanze.

Si raccolgano i fiori della pianta e si facciano immediatamente galleggiare sulla superficie dell'acqua, così che venga ricoperta, e poi la si lasci in pieno sole per tre o quattro ore, o meno tempo se le corolle cominciano a mostrare segni di appassimento. I fiori vengano poi attentamente rimossi e l'acqua versata in bottiglie così da riempirle a metà. Le bottiglie siano poi riempite con brandy per conservare il rimedio. Queste bottiglie contengono i rimedi stock²⁵, e non sono usate direttamente per la

24 Verso la fine degli anni '70 del secolo passato, Nora Weeks decise di ritirare un testo sulla preparazione dei rimedi da lei scritto insieme a Victor Bullen, mossa dalla preoccupazione che le essenze preparate utilizzando i metodi di Bach potessero essere considerate parte del metodo, a prescindere dalle piante usate. Contemporaneamente, venne tolta gran parte di questo passo. Il Bach Centre ripubblicò il libro di Weeks & Bullen nel 1998: vedere la Prefazione di *The Bach Flower Remedies: Illustrations and Preparations*.

25 Bach si riferisce alle tinture madri chiamandole “rimedi stock” e prepara il rimedio per le dosi direttamente dalla tintura madre. In realtà, il normale procedimento di diluizione è costituito da tre fasi: l'acqua

somministrazione di dosi. Da queste vengono prelevate alcune gocce che si mettono in un'altra bottiglia, con cui il paziente viene trattato, così che le bottiglie stock²⁶ contengano una grossa riserva. Le riserve dei farmacisti andrebbero usate allo stesso modo.²⁷

I seguenti rimedi sono stati preparati come sopra citato:

Agrimony, Centaury, Cerato, Chicory, Clematis, Gentian, Gorse, Heather, Impatiens, Mimulus, Oak, Olive, Rock Rose, Rock Water, Scleranthus, il Wild Oat, Vervain, Vine, Water Violet, White Chestnut Blossom.²⁸

Rock Water. È da lungo tempo risaputo che certune fonti o sorgenti di acqua posseggono qualità curative per certe persone, e tali fonti o sorgenti sono divenute note per queste proprietà. Si può utilizzare qualsiasi fonte o sorgente rinomata per aver posseduto qualità curative e rimasta intatta allo stato naturale, non costretta in templi dell'uomo.

energizzata viene miscelata con brandy per ottenere la tintura madre; la tintura madre a sua volta viene diluita nella proporzione di due gocce in 30ml (1 oncia) di brandy per avere un rimedio stock; ed infine, il rimedio stock viene diluito prima di assumerlo come descritto nella parte sul Dosaggio. Non risulta chiaro perchè Bach, in questo passaggio si riferisca soltanto a due fasi, tuttavia è probabile che considerasse la fase intermedia non necessaria alle persone che preparavano piccole quantità ad uso personale.

26 Il termine “stock” va letto come “tintura madre”: vedere nota precedente.

27 Le riserve reperibili dai farmacisti sarebbero però state rimedi stock di concentrazione standard e non tintura madre.

28 “White Chestnut Blossom” (Fiori di White Chestnut) è così chiamato per differenziarlo dalle gemme della stessa pianta usate per preparare Chestnut Bud (Gemme di Chestnut). Vedere Metodo della Bollitura di seguito.

METODO DELLA BOLLITURA

I rimanenti rimedi sono stati preparati per bollitura come segue:

gli esemplari, come stanno per essere descritti, sono stati bolliti per mezz'ora in acqua pulita e pura.

Il liquido è stato filtrato, versato in bottiglie fino a riempirle a metà, e poi, non appena raffreddato, si è aggiunto brandy per riempirle e conservarle, come sopra.

Chestnut Bud. Per questo rimedio si colgono le gemme dalla pianta di White Chestnut, appena prima che germogli.

Per altri si dovrebbero utilizzare i fiori insieme a piccoli pezzi di stelo o peduncolo e, se presenti, fresche e giovani foglie.

Tutti i rimedi presentati si possono trovare a crescere spontaneamente nelle isole britanniche, ad eccezione di Vine, Olive, Cerato, sebbene alcuni siano in realtà originari di altri paesi lungo l'Europa centro-meridionale fino all'India settentrionale e al Tibet.

I nomi inglesi e botanici di ciascun rimedio sono come segue:

* AGRIMONY	.	.	.	<i>Agrimonia Eupatoria</i> ²⁹
ASPEN	.	.	.	<i>Populus Tremula</i>
BEECH	.	.	.	<i>Fagus Sylvatica</i>

²⁹ La convenzione per i nomi scientifici latini delle piante vuole la lettera iniziale maiuscola solo del primo termine e non del secondo: *Agrimonia eupatoria*. Nelle prime edizioni inglesi di *The Twelve Healers and Other Remedies* entrambi i termini dei nomi latini portavano le iniziali maiuscole e qui è stato lasciato allo stesso modo.

* CENTAURY	.	.	<i>Erythræa Centaurium</i> ³⁰
* CERATO	.	.	<i>Ceratostigma Willmottiana</i> ³¹
CHERRY PLUM	.	.	<i>Prunus Cerasifera</i>
CHESTNUT BUD	.	.	<i>Æsculus Hippocastanum</i>
* CHICORY	.	.	<i>Cichorium Intybus</i>
* CLEMATIS	.	.	<i>Clematis Vitalba</i>
CRAB APPLE	.	.	<i>Pyrus Malus</i> ³²
ELM	.	.	<i>Ulmus Campestris</i> ³³
* GENTIAN	.	.	<i>Gentiana Amarella</i>
GORSE	.	.	<i>Ulex Europæus</i>
HEATHER	.	.	<i>Calluna Vulgaris</i>
HOLLY	.	.	<i>Ilex Aquifolium</i>
HONEYSUCKLE	.	.	<i>Lonicera Caprifolium</i>
HORNBEAM	.	.	<i>Carpinus Betulus</i>
* IMPATIENS	.	.	<i>Impatiens Roylei</i> ³⁴
LARCH	.	.	<i>Larix Europea</i> ³⁵

30 Il nome latino dato ad una pianta obbedisce al Codice internazionale di nomenclatura botanica. Le regole cambiano di tanto in tanto, e alcuni nomi nel testo del 1941 sono ora superati. Il nome moderno della pianta utilizzata per preparare il rimedio Centaury, ad esempio, è *Centaurium umbellatum*.

31 Il nome generico *Ceratistigma* è sostantivo neutro (dal greco *-stigma*, *-stigmatos*) e l'epiteto specifico deve avere quindi la desinenza del neutro. Il corretto nome scientifico di questa pianta è *Ceratostigma willmottianum*. Qui è stato mantenuto il termine *willmottiana* in quanto ampiamente usato nei testi sui rimedi.

32 Il nome moderno è *Malus pumila*.

33 Nome moderno *Ulmus procera*.

34 Nome moderno *Impatiens glandulifera*.

35 Nome moderno *Larix decidua*.

* MIMULUS . . .	<i>Mimulus Luteus</i> ³⁶
MUSTARD . . .	<i>Sinapis Arvensis</i>
OAK . . .	<i>Quercus Pedunculata</i> ³⁷
OLIVE . . .	<i>Olea Europæa</i>
PINE . . .	<i>Pinus Sylvestris</i>
RED CHESTNUT . . .	<i>Æsculus Carnea</i>
* ROCK ROSE . . .	<i>Helianthemum Vulgare</i> ³⁸
ROCK WATER . . .	
* SCLERANTHUS . . .	<i>Scleranthus Annuus</i>
STAR OF BETHLEHEM . . .	<i>Ornithogalum Umbellatum</i>
SWEET CHESTNUT . . .	<i>Castanea Vulgaris</i> ³⁹
* VERVAIN . . .	<i>Verbena Officinalis</i>
VINE . . .	<i>Vitis Vinifera</i>
WALNUT . . .	<i>Juglans Regia</i>
* WATER VIOLET . . .	<i>Hottonia Palustris</i>
WHITE CHESTNUT . . .	<i>Æsculus Hippocastanum</i>
WILD OAT . . .	<i>Bromus Asper</i> † ⁴⁰
WILD ROSE . . .	<i>Rosa Canina</i>
WILLOW . . .	<i>Salix Vitellina</i>

† Non esiste il nome comune inglese di *Bromus Asper*.⁴¹

Bromus è un vecchio termine che significa Avena.

36 Nome moderno *Mimulus guttatus*.

37 Nome moderno *Quercus robur*.

38 Nome moderno *Helianthemum nummularium*.

39 Nome moderno *Castanea sativa*.

40 Nome moderno *Bromus ramosus*.

41 Questa nota su Wild Oat fa parte del testo del 1941.

E che i nostri cuori possano sempre esser colmi di gioia e gratitudine ch  il Grande Creatore di tutte le cose, nel Suo amore per noi, ha posto le erbe nei campi per la nostra guarigione.

Per maggiori informazioni sul dottor Bach e la sua opera...
Per guide autodidattiche sui rimedi di Bach...
Per letture consigliate...
Per aiutare nella selezione dei rimedi...
Per contattare practitioner professionisti...
Per didattica e formazione...
Per download gratuiti...
Per opinioni e commenti...
Per newsletter...
Per link ad informazioni in altre lingue...

www.bachcentre.com