

Beatrice Castelli

# Crescere con i fiori di Bach

*Dalla nascita all'adolescenza  
con i rimedi floreali*



Il leone verde

## Ringraziamenti:

alla mia famiglia e a mio marito Pier per il supporto incondizionato e per essere parte del mio cammino, a Lilli che per prima mi ha parlato dei fiori di Bach e per il suo sguardo prezioso e attento, a Monica per le belle illustrazioni che hanno dato vita alle mie parole, a Urik fedele compagno di passeggiate, a Mirella e Luciana e ai loro piccoli pazienti, a Pina di Roma affezionata supporter, a Ricardo Orozco per l'inestimabile lavoro di approfondimento del sistema terapeutico di Edward Bach.

Tutti i disegni sono di Monica Mangini.

Questo libro è stampato su carta prodotta nel pieno rispetto delle norme ambientali.

Il progetto grafico della copertina è di Francesca De Fusco.

In copertina: ©iStockphoto.com/garysludden, "*Bambina che tiene un fiore viola*".

ISBN: 978-88-6580-176-5

© 2017 Tutti i diritti riservati

Edizioni Il leone verde

Via Santa Chiara 30bis, Torino

Tel/fax 011 52.11.790

leoneverde@leoneverde.it

www.leoneverde.it

www.bambinonaturale.it

## INTRODUZIONE

La prima volta che sentii parlare dei fiori di Bach non avevo ben capito a cosa servissero; solo Rescue Remedy, il rimedio di emergenza, mi era chiaro, ma non sapevo come si utilizzasse.

Quando li assunsi la prima volta non notai grandi cambiamenti, del resto non sapevo nemmeno perché li stessi prendendo: un medico li aveva scelti per me dicendo che facevano molto bene! Terminai quel primo bocchetto e per molto tempo non ci pensai più; ero ancora piuttosto giovane e facevo l'ingegnere.

Anni dopo, durante la mia formazione come naturopata, ebbi modo di approfondire il sistema terapeutico di Bach, di conoscerne la filosofia, la sua concezione di malattia e guarigione. Il mio primo pensiero fu: "Ma se è tutto vero, questo metodo è sorprendente!"

Da lì a poco comprai il mio primo kit con i trentotto fiori canonici e iniziai a fare esperimenti su me stessa; molto meno sui miei familiari perché erano piuttosto disinteressati. Con queste prime sperimentazioni l'effetto mi fu subito chiaro ed evidente, ma non mi bastava. Non mi era sufficiente la preparazione, non mi era sufficiente che funzionassero solo su di me, non mi erano sufficienti le pubblicazioni all'epoca disponibili.

Nel frattempo amiche con bimbi piccoli e alle prese con ragazzi adolescenti iniziarono a chiedermi di preparare i Fiori per i loro figli, ma anche per loro stesse. Gli effetti furono davvero straordinari, così come avevo letto negli scritti di Bach e come avevo sentito da altrui esperienze.

Paure e fobie, insonnia, rifiuto del cibo, disturbi del linguaggio, tic nervosi, enuresi e molti problemi tipici dei bambini scomparivano in breve tempo, senza lasciare traccia e, senza ombra di dubbio, per merito dei Fiori. In aggiunta, i bambini ricercavano le gocce dei Fiori, partecipavano con

## 8 Crescere con i fiori di Bach

entusiasmo alla preparazione della loro boccettina, ricordavano alle loro mamme quando era il momento di prenderli.

Durante la pratica come psicologa in Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza, mi resi ancor più conto di quanto i rimedi di Bach potessero essere utili anche nel contesto della patologia.

I continui riscontri positivi ricevuti, e che tuttora ricevo, costituiscono la mia motivazione per continuare lungo il cammino tracciato da Bach e per dedicarmi sempre più a questo sistema terapeutico, troppo semplice per essere vero! Non ho smesso di approfondire la conoscenza dei Fiori, ma ho abbandonato la ricerca di dimostrazioni della loro efficacia e di riconoscimenti ufficiali.

Questo libro è per chi già conosce i fiori di Bach ma anche per chi non li conosce affatto.

È vero che ci sono molti testi sull'argomento, ma sono tutti molto simili. In questo mi è sembrato più opportuno soffermarmi soprattutto sulla tecnica che utilizzo per la scelta e la somministrazione delle essenze, aspetto che è sempre un poco trascurato e che invece è la parte più importante del metodo. Infatti, conoscere nel dettaglio la descrizione dei Fiori è necessario ma non basta per passare dalla teoria alla pratica.

Ho dedicato un capitolo anche a Edward Bach, non solo perché doveroso, ma perché conoscere il pensiero che sta alla base del suo metodo è fondamentale per capirne la portata. V'invito però ad approfondirlo leggendo il libro in cui lo espone integralmente, *Guarisci te stesso*.

Vi auguro che i Fiori, se già non lo sono, possano diventare vostri compagni di viaggio, come lo sono oggi per me, in modo da rendere il vostro cammino e quello dei vostri bambini più lieve e in armonia.

Buona lettura e buon percorso con i Fiori!

*Che la semplicità di questo metodo non vi induca a non farne uso,  
perché quanto più le vostre indagini proseguiranno,  
tanto più vi renderete conto della semplicità di tutto il Creato.*

Edward Bach

# I

## I FIORI DI BACH PER I BAMBINI

*Tale sistema terapeutico ha il potere di guarire  
la malattie e, per la sua semplicità,  
può essere usato nell'ambito domestico.*

Edward Bach

### *Che cosa sono i fiori di Bach*

I fiori di Bach sono un metodo di cura naturale, scoperto negli Anni '30 dal medico inglese Edward Bach, che, attraverso l'assunzione dei rimedi floreali, permette di attivare il processo di autoguarigione dell'organismo, favorendo il recupero della salute e del benessere fisico e psichico. Il sistema nel suo complesso è costituito da trentotto rimedi e dalla miscela composta Rescue Remedy, per le situazioni di emergenza. Ogni essenza corrisponde a un preciso squilibrio emotivo che viene riportato in armonia in modo dolce, ma profondo. Bach aveva scoperto che la vera origine delle malattie non risiedeva nel corpo fisico, ma nel particolare modo che ciascuno di noi ha di affrontare la vita e di reagire alle difficoltà.

“Tutti sappiamo che una stessa malattia ci può colpire in modo differente. Con il morbillo, può succedere che Tommy diventi irritabile, Sissy rimanga tranquilla e si senta sonnolenta, Johnny voglia essere coccolato, che il piccolo Peter si senta nervoso e abbia paura, che Bobbie voglia rimanere da solo, e così via. Di conseguenza, se la malattia provoca effetti così diversi, è chiaro che è inutile trattare solo la malattia. È meglio trattare Tommy, Sissy, Johnny, Peter e Bobbie, e far sì che ognuno di loro

## 10 Crescere con i fiori di Bach

si senta bene: e così addio morbilli! Ciò che è importante notare è che non è il morbilli a indicare il cammino verso la cura, ma il modo in cui il singolo bambino si è ammalato: è lo stato d'animo del singolo la guida più sensibile per sapere ciò di cui il paziente particolare ha bisogno. E proprio perché gli stati d'animo ci guidano alla cura della malattia che anch'essi possono informarci in anticipo di un disturbo che sta arrivando e renderci in grado di fermare l'attacco".<sup>1</sup>

Attraverso il processo di riequilibrio delle emozioni negative si risolvono quindi non solamente problematiche emotive ma anche disturbi fisici e, soprattutto, è possibile prevenirli.

### *A cosa serve la terapia con i fiori di Bach*

Le applicazioni pratiche della floriterapia di Bach sono molto vaste e varie, e dipendono sia dal tipo di competenza professionale che dalla metodica di utilizzo delle essenze floreali.

Le aree di intervento più diffuse sono:

- lo sviluppo del carattere e della personalità;
- stati cronici di disagio fisico ed emotivo;
- stati acuti di disagio fisico ed emotivo;
- la prevenzione di problematiche psicologiche e fisiche;
- il consolidamento della guarigione.

Nel caso specifico dei bambini, i rimedi floreali rappresentano un valido aiuto per affrontare al meglio alcune tappe fondamentali dello sviluppo come lo svezzamento, l'acquisizione del linguaggio, l'inserimento all'asilo o a scuola, la pubertà, ma anche per gestire lo stress emotivo o fisico legato a eventi come la nascita di un fratellino, una crisi tra i genitori, esami, cambiamenti (traslochi, viaggi, divorzi), per riequilibrare tratti caratteriali disarmonici (aggressività, intolleranza, prepotenza, timidezza, iperattività, etc.) e per ridurre i capricci.

1 Bach E., *Le opere complete*, Macro Edizioni, 2002.

Si ottengono risultati sorprendenti su molti tipi di paure infantili e sono di grande aiuto come terapia di sostegno alla logopedia e alla psicomotricità; in particolare, nelle difficoltà di apprendimento sono utili sia per quanto riguarda il miglioramento delle funzioni cognitive sia per i vissuti emotivi associati a queste difficoltà. In situazioni di grave disagio del bambino o dell'adolescente, lavorano molto bene in sinergia con la psicoterapia e, nell'eventualità, è possibile abbinarli anche alla terapia farmacologica. Inoltre, benché i fiori non trattino direttamente i problemi fisici, il riequilibrio emotivo si accompagna spesso alla scomparsa di tipici disturbi psicosomatici quali disturbi del sonno, mal di testa, coliti e gastriti nervose, enuresi notturna, stanchezza, problemi dermatologici.

### *I fiori di Bach in famiglia e per i bambini*

Il più grande desiderio di Bach, il suo obiettivo principale, era che il suo sistema di cura fosse disponibile e utilizzabile da tutti. A questo scopo bruciò addirittura tutti i suoi scritti e le sue ricerche per lasciare solo una sintesi semplificata della sua opera e ha intitolato *Guarisci te stesso* il testo principale in cui spiega la sua teoria.

“Questo libro non pretende di dimostrare l'inutilità dell'arte medica, ma, più modestamente, si propone di essere una guida per coloro che soffrono, affinché essi ricerchino in se stessi la vera causa delle loro malattie e possano così contribuire alla propria guarigione.”<sup>2</sup>

Ciascuno, quindi, con una sufficiente conoscenza delle essenze floreali e una buona sensibilità dell'animo umano, può utilizzare le essenze floreali per se stesso e per aiutare coloro che non sono in grado di scegliere le essenze autonomamente. Questo livello d'intervento non esige una competenza professionale dei fiori ma richiede di saper discriminare tra le varie essenze, di conoscere i criteri di scelta e di prescrizione dei rimedi.

2 Bach, E., *Guarisci te stesso e I dodici guaritori e altri rimedi*, Nuova Ipsa Editore, Palermo 1996.

## 12 Crescere con i fiori di Bach

Questo libro si prefigge di integrare gli scritti di Bach e le esperienze attuali sulla floriterapia, per guidarvi, passo dopo passo, nell'acquisizione di queste conoscenze e preparare, in maniera semplice e senza rischio di fare errori, la composizione di fiori di Bach per i vostri bambini.

I fiori di Bach, infatti, sono una tecnica particolarmente adatta ai più piccoli che assumono sempre molto volentieri *“le gocce dei Fiori”*. Non hanno effetti collaterali, sono totalmente naturali, sono compatibili con qualunque terapia, sono facilmente accessibili e hanno un basso costo. Inoltre con i bambini agiscono in modo particolarmente rapido e dolce perché, rispetto agli adulti, hanno meno schermi e sovrastrutture a nascondere la vera personalità.

Chi ha avuto modo di conoscere la floriterapia e di apprezzarne i benefici, non la lascia più. Diventa una risorsa insostituibile per tutta la famiglia; dopo aver visto i risultati sui loro bambini, spesso infatti i genitori chiedono a loro volta di avvalersi delle essenze floreali.

A volte capita che uno dei due genitori non “creda” nei fiori di Bach; in effetti la floriterapia non è, e non deve essere un atto di fede; come tutte le cose, va provata e sperimentata, possibilmente prima su se stessi e poi sugli altri.

A questo punto, forse qualcuno temerà di servirsi del proprio bambino come “cavia”. Su questo aspetto vi tranquillizzo subito; sperimentare la floriterapia vuol dire anche usarla in famiglia e con i vostri bambini sapendo che, come già scritto, non fa male; la cosa peggiore che possa succedere è che non funzioni e nel prossimo paragrafo vi spiegherò perché. Inoltre vedrete che scegliere per i vostri piccoli sarà più semplice che scegliere per voi stessi e vi permetterà di acquisire un po' di domestichezza con le essenze.

Per i genitori che desiderano provare le essenze su loro stessi, e vi invito a farlo, nel capitolo 10 ho raccolto le essenze che si utilizzano con maggiore frequenza.

### *Quando i fiori di Bach non funzionano*

«Li ho già provati ma non funzionano!». Sarà capitato anche a voi di ascoltare queste affermazioni, oppure siete proprio tra quelli che li hanno provati, senza risultati. Come mai?

Quando ci si avvicina a una nuova terapia, è importante conoscere innanzitutto come si usa, ma anche i limiti e gli errori da non commettere.



Pensate a una persona che non ha mai visto e utilizzato una semplice radio. Se non legge bene il libretto d'istruzioni potrebbe dire che non sente niente, che il suono è disturbato, che parla una lingua sconosciuta, oppure che è poco potente.

Innanzitutto, affinché la terapia di Bach funzioni, è importante che siano rispettate queste condizioni.

- Si deve stabilire in modo chiaro e preciso l'obiettivo principale della terapia ed eventuali obiettivi secondari. Infatti se non c'è chiarezza su cosa si vuole migliorare, non è possibile nemmeno verificarne i risultati.

Già dopo la prima seduta spesso mi accorgo che sono migliorati notevolmente alcuni aspetti minori del bambino ma che il genitore non ci abbia fatto caso; potrei citarvi centinaia di esempi ma ne riporto solo uno, il caso di una bambina che aveva problemi di bruxismo: digrignava i denti durante il sonno in modo piuttosto evidente e in aggiunta soffriva di incubi notturni e di problemi digestivi.

Nella seconda seduta la mamma mi disse che il bruxismo era notevolmente migliorato, ma non era sparito del tutto. *E gli incubi?* “Ah, quelli non ci sono più...”; *E i problemi di stomaco?* “Ah, è vero, anche quelli basta, non ha più avuto niente...”.

L'effetto dei fiori è talmente naturale che la persona, adulto o bambino, una volta ritornata all'equilibrio, non ricorda nemmeno più il problema che lo tormentava; è come quando passa una febbre alta o l'influenza: ritornati al lavoro o a scuola, tutto è risolto e la febbre archiviata.

- I rimedi di Bach devono essere corretti. Se scelti male o in modo casuale, non funzionano perché non sono quelli giusti, corrispondenti allo stato d'animo da riequilibrare.
- Si deve rispettare la posologia prescritta. Se i fiori di Bach non sono assunti in modo regolare, non funzionano. La posologia standard è di 4 gocce, 4 volte al dì. A volte, nei bambini, una frequenza minore è sufficiente, altre volte deve essere aumentata. Non ha nemmeno senso iniziare una settimana e poi interrompere perché il bambino ha l'influenza, poi riprendere e così via. Affinché la cura sia efficace e si

## 14 Crescere con i fiori di Bach

consolidino i risultati, ci vuole costanza.

- Al termine della miscela va fatto il punto della situazione. Se il problema originale era uno stato acuto, una singola miscela è sufficiente, nel caso invece di problemi cronici, caratteriali o vere e proprie patologie è necessario continuare e probabilmente modificare la miscela. Infatti è molto diverso trattare l'ansia legata alla gita scolastica, una dermatite oppure la tristezza dovuta alla separazione dei genitori, o ancora un disturbo specifico dell'apprendimento. Nel caso dei bambini, la durata media della terapia va dai due ai sei mesi.

A volte non si ottengono comunque i risultati sperati, ma questi casi di solito si verificano con gli adulti, di rado con i bambini. Ve lo riporto comunque per completezza.

- Inconsciamente esiste un vantaggio secondario della malattia e la persona non vuole abbandonare la sua condizione. Sembra strano ma a volte succede proprio così; pensate a una persona che si è rotta una gamba: all'inizio la situazione è difficile, ma poi si compiace che tutte le persone intorno si prendano cura di lei, che non è più lasciata sola, che tutti si preoccupano; preferisce restare malata pur di ricevere tutte queste attenzioni. Altre volte, sempre a livello inconscio, si cerca di punire chi si ha intorno con la propria malattia.
- C'è un rifiuto, dichiarato o meno, della floriterapia. Spesso, dietro questa resistenza c'è una grossa difficoltà o paura di riconoscere le proprie emozioni. Questo è un altro dei motivi per cui i bambini rispondono quasi sempre in modo più immediato. Ho anche notato che alcune persone rispondono meglio ai fiori di Bach, altre ai rimedi australiani o alle essenze di altri sistemi.
- C'è un blocco interiore che impedisce il passaggio delle informazioni. I traumi, anche quelli inconsci, continuano a lavorare e ad assorbire le energie difensive per impedirci di provare dolore e per tenerci alla larga dall'evento traumatico e possono fare da blocco. Esiste comunque un rimedio di Bach specifico, quando si sospetta questa eventualità.

- Si delega la responsabilità della propria guarigione ai Fiori o al terapeuta. I fiori di Bach sono degli aiutanti, degli accompagnatori, non si possono sostituire alla volontà della persona e al suo desiderio di cambiare le cose.

### *Come agiscono i fiori di Bach*

Le essenze floreali sono rimedi vibrazionali con specifiche frequenze d'onda che agiscono sul sistema-uomo come dei modulatori, in base al principio fisico della risonanza; non contengono molecole chimiche. L'acqua in cui è diluita l'essenza mette in risonanza la frequenza del fiore con la frequenza distorta del soggetto, che come sappiamo è costituito dall'80% di acqua, e la riporta in equilibrio.

Pensate a un sassolino che viene gettato in un lago dalla superficie calma e tranquilla; in poco tempo tutta l'acqua del lago vibra all'unisono alla frequenza del sassolino; per lo stesso principio, quando si percuote un diapason e lo si pone vicino a un secondo diapason silenzioso, dopo un breve intervallo, quest'ultimo comincerà anch'esso a vibrare alla stessa frequenza; se però lo avvicinate a un altro oggetto, non succederà nulla. I fiori di Bach funzionano in modo simile, sovrapponendo il principio vibrazionale armonico emesso dall'essenza a quello negativo disarmonico della persona. Entrambi risuonano e vibrano alla stessa frequenza e il secondo può essere sbloccato o recuperato dal primo.

Se il rimedio non è quello corretto, non entra in risonanza e quindi non ha effetto.

### *Come si usano i fiori di Bach*

In funzione del disagio da affrontare si scelgono le essenze, in generale da uno a quattro o cinque fiori che, tranne rare eccezioni, non sono assunti puri ma diluiti con diverse modalità, in funzione delle specifiche necessità individuali. La modalità più diffusa consiste nella preparazione di un flaconcino in cui i rimedi sono miscelati con acqua e conservante. Da questa preparazione si prelevano alcune gocce che vanno assunte oralmente più volte al giorno.

I trentotto rimedi sono reperibili in molte erboristerie e farmacie, e venduti liberamente senza ricetta medica. I rimedi concentrati sono venduti in bottigliette singole da 10 ml chiamate *stock bottle*, oppure nel kit completo con i trentotto fiori.

### *Come si scelgono le essenze floreali*

La scelta dei rimedi avviene secondo un criterio di corrispondenza e analogia tra lo stato d'animo negativo della persona e il campo d'azione del fiore prescelto; ogni rimedio infatti corrisponde a una disarmonia su cui è in grado di agire, per riequilibrarla in maniera dolce, graduale e profonda.

Anche per i bambini la scelta è fatta allo stesso modo, anzi è più semplice perché gli stati d'animo negativi emergono in modo più netto e si riconoscono meglio. Vi spiegherò nel dettaglio il procedimento preciso da seguire nei prossimi capitoli.

### *Quando è necessario l'intervento di un professionista*

In genere è più facile affrontare in famiglia le situazioni acute e gli stati temporanei, mentre è più complesso andare alla radice di un conflitto, modificare un tratto di personalità. Per esempio, tutti gli eventi che preoccupano molto il bambino come cambiamenti, visite mediche, separazioni temporanee dai genitori possono essere affrontate direttamente in famiglia, così come momenti di sovraccarico, stanchezza, delusione, paure legate alla crescita, difficoltà di concentrazione. In generale, stati emotivi recenti e che non costituiscono caratteristiche permanenti del bambino sono più facili da affrontare in famiglia e si risolvono in tempi brevi.

Viceversa, problemi caratteriali, disturbi genetici o cronici la cui radice affonda nel passato, o anche difficoltà relazionali che coinvolgono anche i genitori è meglio che siano affrontati con l'aiuto di un professionista. Il problema principale in questi casi non è tanto la scelta delle essenze e della composizione iniziale, quanto quello di mantenere la continuità e non perdersi lungo il percorso; infatti, se come cominciare potrebbe essere chiaro a sufficienza, con il mutare degli stati d'animo diventa molto più difficile – per un osservatore “interno” – cogliere i cambiamenti e adattare la terapia.

# INDICE

INTRODUZIONE	7	
I	I FIORI DI BACH PER I BAMBINI	9
	<i>Che cosa sono i fiori di Bach</i>	9
	<i>A cosa serve la terapia con i fiori di Bach</i>	10
	<i>I fiori di Bach in famiglia e per i bambini</i>	11
	<i>Quando i fiori di Bach non funzionano</i>	12
	<i>Come agiscono i fiori di Bach</i>	15
	<i>Come si usano i fiori di Bach</i>	15
	<i>Come si scelgono le essenze floreali</i>	16
	<i>Quando è necessario l'intervento di un professionista</i>	16
II	IL DOTTOR EDWARD BACH	17
	<i>Uno straordinario percorso, in breve</i>	17
	<i>Alla ricerca dei fiori</i>	18
	<i>Il completamento del sistema</i>	19
	<i>L'ordine cronologico di scoperta dei rimedi floreali</i>	21
	<i>L'attualità della sua visione</i>	22
	<i>Il ruolo dei genitori</i>	23
III	IL SISTEMA FLOREALE DI BACH IN PRATICA	25
	<i>La struttura dei fiori di Bach</i>	25
	<i>Come scegliere i rimedi per il vostro bambino</i>	29
	<i>Le modalità di preparazione e assunzione</i>	31
	<i>Monitorare l'azione dei fiori di Bach</i>	34
	<i>Come proseguire</i>	34

IV	I DODICI GUARITORI: 12 PERSONALITÀ DI BAMBINO	35
	AGRIMONY	39
	CENTAURY	42
	CERATO	45
	CHICORY	48
	CLEMATIS	51
	GENTIAN	54
	IMPATIENS	57
	MIMULUS	60
	ROCK ROSE	63
	SCLERANTHUS	66
	VERVAIN	69
	WATER VIOLET	72
	<i>Riassumendo...</i>	75
	<i>Dalla teoria alla pratica</i>	76
V	I SETTE AIUTANTI DEI BAMBINI	78
	GORSE	79
	HEATHER	81
	OAK	84
	OLIVE	87
	ROCK WATER	90
	VINE	93
	WILD OAT	96
	<i>Riassumendo...</i>	98
	<i>Dalla teoria alla pratica</i>	99
VI	DICIANNOVE RIMEDI PER I MOMENTI DIFFICILI	101
	ASPEN	102
	BEECH	105
	CHERRY PLUM	108
	CHESTNUT BUD	111
	CRAB APPLE	114
	ELM	117
	HOLLY	120
	HONEYSUCKLE	123
	HORNBEAM	126
	LARCH	129
	MUSTARD	132
	PINE	135
	RED CHESTNUT	138

## 202 Crescere con i fiori di Bach

	STAR OF BETHLEHEM	141
	SWEET CHESTNUT	144
	WALNUT	147
	WHITE CHESTNUT	150
	WILD ROSE	153
	WILLOW	156
	<i>Riassumendo...</i>	159
	<i>Dalla teoria alla pratica</i>	160
VII	RESCUE REMEDY, LA MISCELA DI EMERGENZA	162
	<i>Composizione</i>	162
	<i>Modalità di assunzione</i>	163
	<i>Rescue Remedy come trattamento</i>	164
	<i>Rescue Remedy crema</i>	164
VIII	FIORI E FORMULE DALLA NASCITA ALL' ADOLESCENZA	165
	<i>Dalla nascita ai primi passi: 0-24 mesi</i>	166
	<i>L'infanzia: 2-5 anni</i>	168
	<i>L'ingresso a scuola: 6-10 anni</i>	169
	<i>Pubertà e adolescenza: 11-18 anni</i>	170
	<i>Eventi traumatici</i>	172
	<i>Altre problematiche</i>	173
IX	I FIORI DI BACH PER I NEONATI	174
	<i>Come scegliere i Fiori di Bach per i neonati</i>	175
	<i>I Dodici Guaritori per i neonati</i>	175
	<i>Gli altri rimedi per i neonati</i>	176
	<i>Come usare i rimedi per i neonati</i>	177
	<i>Durata</i>	177
X	I FIORI DI BACH PER I GENITORI	178
	<i>Fino a che punto è possibile l'autoterapia?</i>	180
XI	TRATTAMENTO CON I FIORI DI BACH, IN SINTESI	181
	<i>Come scegliere i fiori di Bach</i>	181
	<i>Come preparare la miscela di somministrazione</i>	185
	<i>Come assumere la miscela</i>	185
	<i>Quando assumere i fiori di Bach</i>	186
	<i>Monitorare l'azione dei fiori di Bach</i>	186
	<i>Quanto dura il trattamento</i>	186
	<i>Prospetti utili</i>	186

XII	DALLA TEORIA ALLA PRATICA	187
	<i>Il caso di una bambina possessiva</i>	187
	<i>La composizione della miscela degli esempi dei capitoli precedenti</i>	191
	APPENDICE	194
	<i>Bibliografia</i>	194
	<i>L'autrice</i>	195
	<i>Esclusione di responsabilità</i>	195
	<i>Scheda 1: scegliere una combinazione di rimedi</i>	196
	<i>Scheda 2: il percorso di trattamento con i fiori di Bach</i>	198



Finito di stampare  
nel mese di Novembre 2017 presso  
Mediagraf, Noventa Padovana (PD)