



# Corso di Fiori di Bach

Un percorso per comprendere e trasformare quelle "forze interiori" che condizionano la salute e le relazioni: un percorso per migliorare la qualità della vita.

A cura di: Germano Mondino\*

## INTRODUZIONE

Quando si dice: "la tranquillità non ha prezzo", ci si riferisce ad uno stato d'animo. E' la pace interiore; quella pace che si raggiunge se si è in grado di comprendere la vita. Chi la comprende la vive, la "sente" come un percorso che ognuno di noi compie, a modo suo, al fine di raggiungere una maggiore libertà. Quella libertà che ci consente di compiere la "nostra strada" senza farci influenzare dagli altri e senza influenzare gli altri. Quando ciò avviene siamo animati dalla gioia di vivere e godiamo di buona salute. Ma tutto questo raramente si verifica spontaneamente: occorre "conquistarselo". Gli ambienti che abbiamo frequentato (la famiglia di origine, la scuola,...) e che frequentiamo (il mondo del lavoro, la società,...), ci condizionano impedendoci di esprimerci e di essere noi stessi. Questo condizionamento è possibile allorché noi permettiamo a quelle "forze" interiori, che Edward Bach chiamò "i mali dell'anima" (ossia odio, invidia rancore, sensi di colpa, paura, ecc.), di agire. Sono queste forze, di cui spesso siamo inconsapevoli, che da dentro ci condizionano nelle scelte di tutti i giorni: da quelle più banali (es. l'abbigliamento), a quelle esistenziali (es. la scelta del partner). Ma non solo, anche le relazioni private e pubbliche vengono influenzate: antipatie, rancori, separazioni ne sono l'espressione. Questi condizionamenti ci creano delle tensioni, sia a livello fisico che psicologico. A livello fisico le tensioni vengono somatizzate con malesseri fisici (disturbi circolatori, digestivi, respiratori, ecc), mentre a livello psicologico si esprimono spesso con i termini generici di stress e depressione.

La causa di tutti questi disagi può quindi essere ricondotta al condizionamento creato da queste forze, le quali generano un profondo stato di disarmonia interiore che ci impedisce di vivere amorevolmente. E, in ultima analisi, è proprio l'impossibilità di scambiare amore che rende la vita vuota e la salute cagionevole.

***I Fiori di Bach sono essenze floreali che ci aiutano a trasformare i "mali dell'anima" nelle virtù opposte*** (l'odio diventa amore, la paura diventa coraggio, ecc.). Essenze che ci permettono di ristabilire l'armonia interiore, quell'armonia che ci permette di essere coerenti con noi stessi e con gli altri: presupposto indispensabile per godere di buona salute e stabilire delle sane relazioni in famiglia e sul posto di lavoro.

## FINALITA'

La finalità del percorso formativo, è di fornire al partecipante gli strumenti necessari per poter utilizzare i rimedi floreali del dot. Edward Bach, con l'intento di ricreare l'armonia perduta, e quindi la condizione di benessere psico-fisico.

## OBIETTIVI EDUCATIVI

L'obiettivo delle lezioni è:

comprendere:

- come le forze della paura, dell'odio, del rancore, l'invidia, dei sensi di colpa, ecc., creano quella disarmonia interiore che **condiziona l'individuo nei comportamenti, nelle relazioni e nelle scelte di vita**;
- come tale disarmonia può essere causa di **disagi fisici e psichici** (in svariate forme: stitichezza, obesità, ipertensione, artriti, dermatiti, mal di testa, irascibilità, depressione, ecc.);
- l'importanza della "crescita interiore" per **migliorare la qualità di vita e le relazioni**;

acquisire strumenti per:

- saper gestire e trasformare le forze interiori nelle virtù opposte;
- migliorare le relazioni applicando delle **tecniche finalizzate a ricreare armonia nelle relazioni**, rompendo quelle dinamiche che impediscono il "libero fluire dell'amore".

## METODI

Durante le lezioni il partecipante viene guidato verso la percezione dello stato disarmonico collegato ad ogni fiore, ed ha la possibilità di condividere le proprie esperienze relative a quanto si sta considerando. E' proprio questa esperienza che getta le basi verso lo **sviluppo consapevole dell'autoanalisi**, nonché della comprensione e del rispetto di ogni individuo: presupposto indispensabile per utilizzare le essenze floreali.

## CONTENUTI

Il programma prevede lo studio della filosofia che sta alla base del metodo, e l'analisi di tutti i 39 quadri floreali. Per ogni fiore viene analizzato:

- lo stato di disarmonia interiore che caratterizza l'aspetto in "stato negativo";
- il comportamento dell'individuo nel suo "stato negativo" e le dinamiche relazionali che crea intorno a sé;
- il percorso di crescita che la persona affronta per raggiungere lo "stato positivo";
- la virtù che emerge nello stato trasformato, ossia il talento da sviluppare.

## DURATA

La durata del corso è di circa 24 ore.

## MATERIALE OCCORRENTE

Il corso è corredato di dispensa riassuntiva che verrà fornita ai partecipanti.

**NB:** Si rilascia attestato di frequenza.

**\*Germano Mondino** Counselor – Naturopata - Iridologo, professionista da oltre dieci anni nel settore delle discipline naturali, pratica consulenze di: naturopatia, counseling, iridologia, educazione alimentare, fiori di Bach e counseling relazionale (consulenza per migliorare le relazioni nella coppia, in famiglia e nell'ambiente di lavoro);

è docente in corsi di: fiori di Bach, idroterapia, educazione alimentare, iridologia, percorsi di crescita personale e workshop con le danze dei fiori di Bach.

Ha un approccio olistico e multidisciplinare, finalizzato a tracciare linee guida per uno stile di vita in armonia con sé stessi e l'ambiente: presupposto indispensabile per una condizione di benessere psico-fisico.