



*"Per quelle persone nelle quali in certi momenti l'angoscia diventa tanto forte che sembra loro insopportabile. Quando sembra che la mente o il corpo abbiano raggiunto il limite estremo della sopportazione e che debbano cedere. Quando sembra apparentemente che ci sia solo la distruzione e l'annientamento da fronteggiare."*

Questa é la definizione originale lasciata dal Dr Bach. Il fiore si colloca nella categoria Scoraggiamento e Disperazione. Nome Botanico: *Castanea sativa*

Tutti abbiamo provato questa orribile sensazione almeno una volta nella vita: solitamente in occasione di un lutto, quando una persona che amavamo se n'è andata improvvisamente o dopo una lunga/breve malattia. Oppure avendo vissuto in condizioni avverse per molto tempo.

Ad un certo punto ci siamo resi conto di essere così tristi e abbandonati dal mondo da non trovare più validi motivi per vivere. Non abbiamo pensato al suicidio ma senza più forze, e svanita la capacità di reagire agli eventi, eravamo incapaci di trovare un appiglio, una luce, qualcosa in grado di portarci fuori dalla sensazione di angoscia profonda. Abbattuti, distrutti, immobili nel nostro dolore sempre presente e senza prospettiva alcuna.

Personalmente ho chiamato questa sensazione "la stanza buia". E chi é in grado di spalancare la finestra quando la stanza é totalmente al buio? *Sweet Chestnut*, l'albero di castagno dolce.

Prendendo il rimedio preparato grazie a quest'albero il senso di disperazione e di abbattimento scompare e siamo di nuovo al mondo, vivi. Non é cambiato niente nella nostra vita, abbiamo solo preso il Rimedio, ma tutto é già più sopportabile. Dalla finestra ora spalancata entra una ventata d'aria nuova e i raggi di sole. I problemi sono ancora lì da risolvere ma avendo riacquisitato le forze e la prospettiva, possiamo dunque riprovarci.

Sweet Chestnut conclude la serie dei 38 di cui abbiamo parlato sino ad oggi: ora avete anche qui tutte le descrizioni dei Fiori a disposizione.

Ho volutamente lasciato questo fiore per ultimo: é infatti grazie a questo fiore e a Gorse (il fiore giallo in home page) se ho cominciato ad interessarmi ai Fiori di Bach e sono oggi un Esperto della Fondazione. Questi due fiori mi hanno fatta sentire meglio in un momento di dolore estremo e per riconoscenza - e solo per questo motivo - ho in seguito deciso di capirne di più di questa potente energia, in grado di cambiare le sorti di un'esistenza. In un certo senso lo considero "un regalo".

Ma parleremo ancora dei fiori, dei rimedi e delle scoperte del Dr Bach, presto.

Valeria Ballarati, BFRP