



Per tutto il tempo sono stata felice e ogni volta che ci ripenso sorrido spontaneamente.

E' stato un bell'intervallo di vita, un istante trascorso fuori dal tempo: magico questo villaggio di Brightwell, come un universo a sé ...

Vivevo intensamente ogni ora della giornata: intrattenersi nel gruppo di noi, passeggiare nel piccolo giardino alla ricerca dei fiori, contemplare seduta sulla panchina dove Nora e Victor - gli eredi del lavoro del Dr Bach - si erano tante volte accomodati; ascoltavo le lezioni e facevo gli esercizi con grande intensità, insieme alle mie compagne. La sera salivo in camera e non avevo

sonno. Ripensando alla giornata trascorsa prendevo appunti personali.

C'era un momento per tutto: le parole da ascoltare o da dire, le meditazioni silenziose, le chiacchiere durante la preparazione del té o caffè di gruppo, la proiezione di quel frammento del film *Quasi Amici* sul quale, vedendolo al cinema, mi ero detta: "*questo sceneggiatore conosce i Fiori per scrivere un dialogo così!*"

Guardatelo anche voi

[QUI](#)

Vi svelerò perché Tamara, la nostra brava insegnante, ce lo ha mostrato. Ci sono tanti modi per guardare le persone ma solo due sono di fondo: con *Distacco* o con *Empatia*. E' questa la base da cui partire, in qualsiasi direzione siate diretti.

Quando arrivate al Bach Centre infatti, prima ancora di varcare la soglia, vedrete sulla porta d'ingresso una targa dorata e un'iscrizione: *Simplicity, Humility and Compassion*. **Semplicità, Umiltà e Compassione.**

*Semplicità* = l'essere di animo semplice, facile, agevole;

*Umiltà* = l'essere umile, non orgoglioso, non superbo;

*Compassione* = sentimento di sofferta partecipazione ai mali altrui. \*

Questa è la filosofia della cura attraverso I Fiori di Bach.

Il Tempio della cura più potente al mondo è una piccola casa di mattoni rossi, in un villaggio di poche anime sperduto nella campagna inglese e posso solo dirvi che è commovente. Vi invito a venire almeno una volta nella vita, credo ci ritornerò presto, con la mia famiglia, con i miei amici.

Ciao,

\* dal dizionario Garzanti

