

# Fiori di Bach: modifica di un modello e guida al benessere nell'età senile



**Edward Bach's Flowertherapy: modifying a model and a guide to wellbeing during old age**

**RIASSUNTO:** Nella parte occidentale del mondo prevale l'idea secondo cui la vecchiaia è sostanzialmente connessa a una perdita. Perdita di produttività, di efficienza e quindi di utilità, sia in termini sociali che individuali, e perdita di salute. La medicina, se assume tale concezione, non può che limitarsi ad allestire interventi "riparatori" di tali perdite. Perdite oggettive che spesso mascherano quel vissuto di esclusione e quel disagio esistenziale del vecchio che, questi sì, sono diretta conseguenza di quell'idea.

Viceversa, se la vita umana viene considerata come un percorso, il periodo della vecchiaia, in quanto più libero da vincoli e ritmi obbligati, potrebbe rappresentare quello più idoneo a una ricerca e possibile scoperta. La scoperta di se stessi, del proprio essere fatto di storia e di presente. Scoperta a volte difficile per quanto accumulato nel corso degli anni.

I fiori di Bach possono pertanto essere impiegati come focalizzatori di un viaggio, il viaggio per quella scoperta, piuttosto che come meri rimedi di quelle perdite o riduzioni di efficienza di apparati psico-fisici.

In quel viaggio i fiori, attraverso l'eliminazione delle stratificazioni-ostacolo, possono favorire, nel vecchio, il recupero di una autentica integrità.

**PAROLE CHIAVE:** FLORITERAPIA, VECCHIAIA

**SUMMARY:** *In the western world there is a prevailing idea according to which old age is fundamentally connected to loss. Loss of productivity, of efficiency and therefore of usefulness – both in social and individual terms – and, of course, loss of health. If medicine embraces such a conception, it cannot but limit itself to setting up interventions that "patch up" such losses. A direct consequence of this idea does in fact result in objective losses that have to do with the feeling of marginalization and existential unease that elderly persons often struggle to hide.*

*On the contrary, if human life is considered as a journey, old age that is often less conditioned by obligations and frenetic rhythms, could represent the best time for looking into oneself and possibly making a new discovery. The discovery of oneself, of the importance of our past and of what we have become. This is often a difficult discovery because of the many layers we have accumulated during the years.*

*Bach's flowers can therefore be used to help find a focus during that journey towards discovery, rather than act as mere remedies to counteract losses or the decrease of efficiency of psycho-physical functions.*

*Through the elimination of obstacles created by various stratifications, these flowers can truly help the elderly in their journey to recover an authentic wholeness and integrity of being*

**KEY WORDS:** FLORITHERAPY, OLD AGE

Che cosa vuol dire invecchiamento? Chi o che cosa invecchia?  
Il vecchio non è altro che adulto, di età avanzata, collocabile cronologicamente in una fascia di età oltre i 60, i 70 o gli 80 anni, che possiede le stesse caratteristiche dell'adulto stesso, i suoi stessi orizzonti, ma con un segno meno davanti?

In effetti, nel vecchio si riscontra un declino delle forze, dell'acuità sensoriale, minore prontezza nelle reazioni riflesse, minore capacità di adattamento, accresciuta dipendenza dagli

altri. Esiste dunque solo un insieme di aspetti regressivi, aspetti biologici regressivi come lo spopolamento neuronale, l'aumento delle componenti gliali, la disfunzione dei sistemi neurotrasmettitoriali e l'irrigidimento dei vasi? Esiste solo il decadimento cognitivo?

Questi fenomeni ci sono, sono osservabili.

**CHI O CHE COSA INVECCHIA?  
LA VECCHIAIA NON È NULLA DI PIÙ  
DELL'ANTICAMERA DELLA MORTE?**



**Fig.1 René Magritte: La chiave dei campi, 1936**

**IL FINE DI INVECCHIARE NON È QUELLO DI MORIRE  
BENSÌ QUELLO DI UNO SVELAMENTO**

Allora la vecchiaia non è nulla di più dell'anticamera della morte?

James Hillman (4) in un suo recente libro sostiene, viceversa, che il fine di invecchiare non è quello di morire, bensì quello di svelarsi: lo svelamento del proprio carattere che richiede un lungo periodo di gestazione prima di venire alla luce ed essere individuato dal soggetto e dagli altri. Lo svelamento del carattere è il frutto di una conciliazione fra la nota che pensavamo nostra, o che gli altri pensavano che fosse nostra, e quella che veramente è.

Molti vecchi vengono in ambulatorio lamentando varie difficoltà, deficit, dolori fisici, mentali, psichici. Le prove cognitive standardizzate che privilegiano la rapidità di scelta o di esecuzione, che valutano la velocità, non possono che penalizzare la riflessione, l'attitudine riflessiva e la pausa come nota comportamentale. È proprio questa attitudine riflessiva che, come antidoto dell'inutilità, consente quel viaggio di scoperta dentro e fuori se stessi. Dice Socrate a Cefalo (6): "da te ascolterei volentieri un giudizio su questa età (la vecchiaia), se davvero essa è un periodo triste della vita, o se qualche altra cosa tu abbia da dirci"; Cefalo, in risposta, fa l'elenco dei mali della vecchiaia e conclude dicendo: "è vero c'è un'unica causa per tutto questo, ma essa non è la vecchiaia, bensì il carattere degli individui".

Un carattere unico e non riproducibile come una vecchia casa,

un vecchio mobile, un vecchio libro ecc. Lo svelare il carattere per Hillman e per Bach, lo svelare l'anima, consiste nello svelare la propria natura, anche e soprattutto da vecchi.

Molti vecchi sono tuttavia afflitti. Chiediamoci se questa afflizione non venga generata o accentuata dall'"idea" che ci siamo fatti della vecchiaia. In altre parole, chi o che cosa invecchia è forse esattamente ciò a cui consentiamo di invecchiare e di invecchiare.

Ad esempio la memoria.

**TEMPO E MEMORIA**

**CONSENTIAMO ALLA MEMORIA DI INVECCHIARCI  
E DI RIMANERE LEGATI AL PASSATO**

**NECESSITÀ DI VIVERE SENZA MEMORIA LIMITANTE  
E DI VIVERE IL PRESENTE**



**Fig.2 Salvador Dalí: La persistenza della memoria, 1931**

Consentiamo alla memoria di invecchiare, di farci continuamente intravedere il passato, di sprofondarci nella nostalgia. Con gli occhi del passato perdiamo il presente e invecchiamo. A volte forse avremmo bisogno di vivere senza memoria, di vivere il e nel presente. Così potrebbe interrompersi quella trama nascosta che lega il ricordo alla paura del domani, all'invecchiare, alla perdita, alla morte. Nella nostra pratica ambulatoriale neurologica e riabilitativa abbiamo avuto modo di incontrare, nell'ultimo anno, qualche centinaio di pazienti anziani.

Al di là delle differenti patologie che interessano il sistema nervoso, abbiamo riscontrato condizioni di sofferenza che, pur nella loro variabilità, erano ascrivibili a determinate e ricorrenti tipologie emozionali, a blocchi, a scissioni fra il vivere del corpo e ciò che fa vivere il corpo.

Conflitti, dunque, percepibili e indicanti le tracce da seguire per raggiungere quei blocchi e provare a rimuoverli. Un primo blocco era legato al vissuto di limite, di perdita, alla nostalgia.

Questa nostalgia deriva da una confusione tra tempo cronologico e tempo interiore. Il vissuto del tempo cronologico invade, spiazza e non consente il dispiegarsi dell'interiorità.

La domanda che alcuni pazienti avevano dimenticato e che non si ponevano più è la seguente: "rispetto a ciò che sono a che punto mi trovo?".

La difficoltà a rispondere deriva dall'ingombro che il passato, la nostalgia, esercita sulla percezione di quel "filo della vita" che attribuisce un significato alla nostra storia e alle nostre cose. "Le

cose non rappresentano nulla se non nella successione con cui si riferiscono l'una all'altra" (R. Steiner).

Per il vecchio non si tratta di liberarsi di una rete che impedisce di percorrere la strada dell'individuazione, come nei giovani, bensì di "persistere nel proprio essere" (Spinoza), continuando a svelare la propria anima-carattere.

Il rimedio di stato Honeysuckle allenta lo sguardo volto all'indietro, riduce il rischio della pietrificazione come Lot e aiuta a liberarsi dagli occhi della fisiologia, da quegli occhi che vedono il vecchio come qualcosa in meno e in peggio.

**PRIMO BLOCCO:  
NOSTALGIA**

**HONEYSUCKLE: ALLENTA LO SGUARDO VOLTO ALL'INDIETRO**

**PERSISTERE NEL PROPRIO ESSERE (SPINOZA)**



Fig.3 Paul Cézanne: Il fumatore di pipa, 1890

Il ricordo non più nostalgico, ma elemento di una dimensione interiore, fa dire al Dostojevskij (1) de "I fratelli Karamazov", attraverso il vecchio eremita Zosima, "al giovanile fervido sangue succede la mite serena vecchiezza. Benedico il sorgere del sole ogni giorno e il mio cuore inneggia a esso come una volta, ma più ancora amo il suo tramonto, i lunghi obliqui raggi suoi e con essi i calmi, dolci, struggenti ricordi, le care immagini di tutta una lunga benedetta vita".

Un antico proverbio dice che bisogna "aver mangiato il mondo" nel tempo opportuno, per godere le gioie della maturità e della vecchiezza. Un secondo blocco riguarda chi, vecchio, non è passato attraverso il tumulto del mondo, ma è indietreggiato

rispetto alla incognite della vita. Chi si è attardato per paura di crescere potrà restare ancora indietro, ma si potrà rifare rispetto a compiti sconosciuti e vissuti come pericolosi che lo attendono alla svolta. Erikson (2) sostiene che l'età senile è preparata dalla fase precedente dell'età adulta. Compito di questo stadio è attuare una decisione esistenziale tra "generatività" e "ristagno". Se l'individuo cade nel ristagno e nella noia e non si è interessato a persone e cose, non ha adottato il giusto atteggiamento, caratterizzato in questa età della "cura", non approderà alla saggezza e la vecchiezza precipiterà nella rassegnazione.

**SECONDO BLOCCO:  
RASSEGNAZIONE E APATIA**

**LA RINUNCIA PUÒ DERIVARE DALLA INCAPACITÀ  
DI INTEGRARE ASPETTI DISCORDANTI E  
CONTRADDITTORI DELLA VITA**

**WILD ROSE: CONSENTE DI USCIRE DAL RIPIEGAMENTO SU  
SE STESSI E DI APRIRSI AL MONDO**

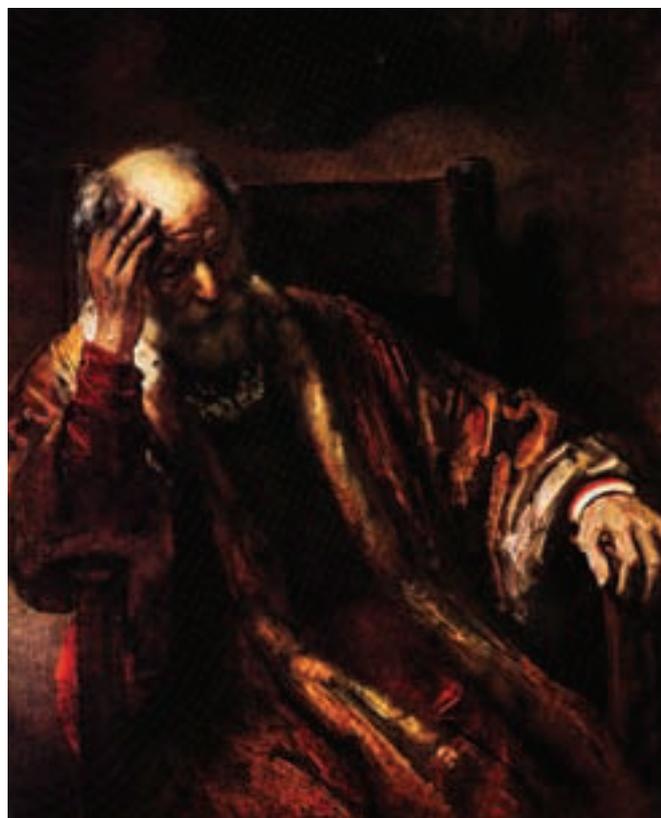


Fig.4 F. Rembrandt: Vecchio in poltrona, 1652

Rassegnazione in realtà deriva da re-signare cioè re-significare e pertanto potrebbe rappresentare, se non dominata dall'apatia e dall'inerzia, una pausa per percepire, ri-svelando. La rinuncia, l'intimo sentimento di sconfitta deriva, nel vecchio (e non solo), dalla incapacità di integrare aspetti discordanti e finanche contraddittori della propria vita, purché vissuta. Più di una emozione, più di uno stato d'animo, più di una considerazione convivono in queste parole con cui Jung (5), a 80 anni, chiude la sua autobiografia: "sono stupito, deluso, contento di me; sono afflitto, depresso, entusiasta. Sono tutte queste cose insieme, e non so tirare le somme. Sono incapace di stabilire se alla fine valgo o non

valgo, non ho un giudizio da dare su me stesso e sulla mia vita. Non c'è nulla di cui mi sento veramente sicuro quando Lao Tze dice "tutti sono chiari, io solo sono offuscato" esprime quello che provo io ora nella mia vecchiaia avanzata eppure ci sono così tante cose che mi riempiono: le piante, gli animali, le nuvole, il giorno e la notte e l'eterno che è nell'uomo. Quanto più mi sono sentito insicuro di me stesso tanto più è cresciuto in me un senso di affinità con tutte le cose. Anzi, è come se quel senso di alienazione, che per tanto tempo mi ha separato dal mondo, adesso si fosse trasferito nel mio mondo interiore, rilevandomi una insospettata estraneità a me stesso". Wild Rose consente al vecchio di scoprire la vitalità che possiede e che può emergere, superando la rinuncia, la chiusura all'aprirsi al mondo, avvertendo la fusione con quanto ci circonda. Wild Rose può consentire al vecchio di coltivare, uscendo fuori dal ripiegamento su se stesso, quanto può rimanere nel "cuore" degli altri.

**TERZO BLOCCO:  
PAURA DELL'ABBANDONO**

**È IL RIEMERGERE DI FANTASMI E FANTASIE  
MAI SOPITE NELLA RICERCA DI SICUREZZA**

**MIMULUS: CONSENTE DI TROVARE IL CORAGGIO DI VIVERE  
OGNI ESPERIENZA QUOTIDIANA**

**PER POTER PARTIRE È NECESSARIO LASCIARSI  
SCOMPAGINARE MENTRE CEDONO LE CATENE  
DELLA DIPENDENZA**



Fig.5

Un terzo blocco è rappresentato dalla paura dell'abbandono, dalla separazione. Compiutamente e sinteticamente espressa dalle parole di una canzone dei Beatles, ricordata da Hillman, "Will you still need me, will you still feed me, when I'm sixty-four?"; "mi vorrai ancora, mi nutrirai ancora quando avrò sessantaquattro anni?." Superare la paura dell'abbandono e dell'incertezza è, per certi aspetti, affrancarsi dai chiaroscuri delle indeterminazioni, dalla complessità instabile e variegata dell'antica adolescenza che reclama, viceversa, punti di riferimento e che invoca l'"amore che non muore". La personalità del vecchio non è n fieri, è compiuta, è una forma netta; ciò nonostante la paura della separazione è il riemergere di fantasmi e fantasie mai sopite, è l'attualizzarsi della ricerca di una sicurezza che, prima che esistenziale, è mentale.

Eppure quella personalità non riesce a imbrigliare i tratti di instabilità che comunque spingono, si affacciano in quella quadratura, senza apparenti equivoci, di certi vecchi. Mimulus, il fiore cui corrisponde l'affermazione positiva di "trovo il coraggio di vivere ogni esperienza quotidiana" apre uno spiraglio coscienziale sul fatto che, per superare la paura e per poter partire, è necessario, in precedenza, lasciarsi scompaginare mentre cedono le catene della dipendenza e dell'abitudine. Un quarto blocco è la rigidità dell'idea fissa, l'incorreggibilità di comportamenti stereotipi, che può far scivolare il vecchio sotto il potere della coazione e dell'automatismo, perdendo la vivente pieghevolezza necessaria per l'adattamento al mondo. Il fantasma è quello dell'esistenza rigida e del potere: cose queste che soffocano il nuovo, la vita.

Il vecchio arido, lontano dalle ragioni del cuore, rischia di diventare un ceppo morto, un albero senza linfa vitale. Uno scheletro che non produce più né fiori né frutti. (6)

Questi vecchi rinsecchiscono.

**QUARTO BLOCCO:  
INTOLLERANZA E RIGIDITÀ**

**IL VECCHIO ARIDO LONTANO DALLE RAGIONI DEL CUORE  
RISCHIA DI DIVENTARE RIGIDO E CHIUSO IN SE STESSO  
COME UNA NATURA MORTA**

**BEECH: FAVORISCE LA VIVENTE PIEGHEVOLEZZA  
NECESSARIA PER L'ADATTAMENTO AL MONDO**

**ROCK WATER: FAVORISCE LO SCIOLGERSI DELLA DUREZZA**



Fig.6 Paul Cézanne: Donna con caffettiera, 1892

Beech, il fiore della tolleranza verso di sé e verso gli altri e Rock Water, quello della duttilità, favoriscono la liberazione dell'umido, lo sciogliersi nelle lacrime della durezza, mentre Vine può indurre a mettere tutto ciò al servizio degli altri. La semplicità, il silenzio, la dignità, l'autorevolezza, la prudenza, la grazia, la profondità, il coraggio, la libertà potranno essere colti dalla scienza della vecchiaia quando questa si fonderà più che sulla fisiologia del cambiamento, sul significato di questo, tenendo conto che, come dice Eraclito "l'apparato fisiologico invecchia, l'abitante psichico di quell'apparato no, anzi continua da affinarsi".

La prescrizione di un fiore è fondamentalmente una percezione all'interno di una relazione. La percezione non è tanto una conoscenza, quanto una scoperta.

Scoprire implica da parte nostra, medici terapeutici, al di là delle stanchezze, al di là di disponibilità o irritazioni, al di là di aperture o proiezioni, indotte o meno, il disporsi come bambini curiosi che non si ritraggono di fronte a una possibile chiusura di un oggetto ancora ignoto.

Né si stancano di ricercare vie di approccio più efficaci, quando i primi contatti non siano stati appaganti. I vecchi che ci circondano, sani e malati, sono assai spesso genitori, nonni.

### INVECCHIAMENTO

#### VECCHIO MODELLO

- PERDITA
- RICORDO NOSTALGICO
- FISILOGIA DEL CAMBIAMENTO
- CONOSCENZA DELLA VECCHIAIA

#### NUOVO MODELLO

- SVELAMENTO
- RICORDO COME DIMENSIONE INTERIORE
- SIGNIFICATO DEL CAMBIAMENTO
- SCOPERTA DELLA VECCHIAIA

#### I FIORI DI BACH FAVORISCONO QUESTA SCOPERTA



Fig.7

Pensare o rievocare o semplicemente immaginare un genitore ci fa pensare a noi bambini.

Ecco che sequenze colorate di scene, di odori, di sapori, di suoni e di voci si vivificano e si attualizzano dentro di noi. Riapriamo quella scatola di gessi colorati, quella scatola di bottoni, saliamo ancora una volta su quella piccola e antica bicicletta, sfioriamo il grembiule della compagna di banco, osserviamo il sole filtrato dai vetri delle finestre di una Pasqua di tanti anni fa:

su tutto, quasi comparendo e scomparendo come in una illusione teatrale, la figure pensosa di una madre o di un padre, di una nonna o di un nonno. Molte esperienze rievocative sono legate a loro. Si può passare attraverso il loro spesso rimanendone più o meno avvolti alla scoperta di una interiorità che esiste sempre: si tratta solo di avvertirla e di raccoglierla.

La floriterapia può essere, allora, la scoperta di questa interiorità in cui i nostri ruoli anche assistenziali e tecnici, fusi con la nostra storia, lungi dal proporsi come barriera invalicabile, diventano mezzi di comunicazione e di possibile progettualità per chi richiede il nostro aiuto. In una canzone di un cantautore italiano di molti anni fa un vecchio e un bambino camminano tenendosi per mano reciprocamente, ma è il bambino a chiedere al vecchio di narrare fiabe. Nella floriterapia possiamo, come il bambino, ascoltare il vecchio per poter, magari un giorno, anche noi come il vecchio, raccontare una nostra favola...

Plotino (7) sosteneva che il moto dell'anima è circolare. Così, i sintomi di qualsivoglia forma siano, e in particolare nel vecchio, fanno più "male" quando non sanno quale è il loro luogo di appartenenza.

I fiori di Bach aiutano allora a percorrere quel moto circolare che, approfondendosi, giunge alla scoperta di quel luogo.

*È ben misera cosa un vecchio,  
un mantello stracciato sopra uno stecco, a meno  
che l'anima non batta le mani e canti, e canti più forte  
per ogni brandello della sua veste mortale...*

W.B. Yeats

### BIBLIOGRAFIA

1. DOSTOJEVSKIJ F. - I fratelli Karamazov. Einaudi, Torino, 1993.
2. ERIKSON E.H. - I cicli della vita. Armando, Roma, 1991.
3. HESSE H. - Il gioco della vita. Mondadori, Milano, 1993.
4. HILLMAN J. - La forza del carattere. Adelphi, Verona, 2000.
5. JUNG C.G. - Ricordi, sogni, riflessioni. Rizzoli, Milano, 1992.
6. PLATONE - La Repubblica. Laterza, Bari, 1994.
7. PLOTINO - Enneadi. Bompiani, Milano, 2000.

Si ringraziano il Dr. Sandro Manfroni e le Sig.re Egidia Cianni e Simona Ruggeri

#### Per riferimento bibliografico:

MONTENERO P. - Fiori di Bach: modifica di un modello e guida al benessere nella vecchiaia. Atti del 3° Congresso A.M.I.F. La Med. Biol., Suppl. al N° 2, 2001, pagg. 34.

#### Indirizzo dell'Autore:

Dr. Paolo Montenero  
Specialista in Neurologia  
c/o Ospedale San Giovanni Battista  
Via L.E. Morselli  
00148 ROMA

Marzo 2001