

NON SONO SOLO

FIORI DI BACH
PER VINCERE LA SOLITUDINE

WATER VIOLET - IMPATIENS - HEATHER



HEATHER

(ERICA)

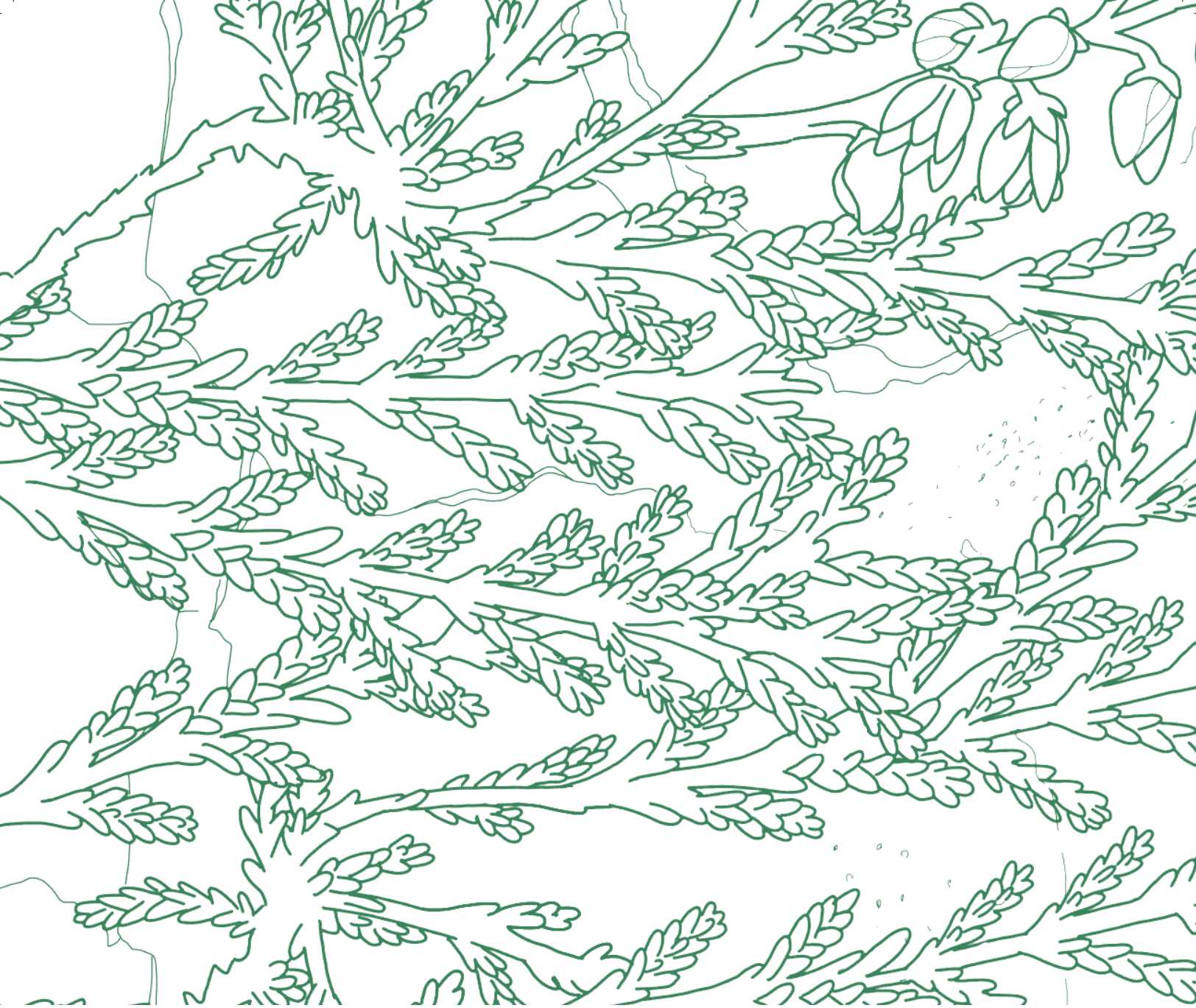
PER MEDITARE

“DOBBIAMO PRATICARE COSTANTEMENTE LA PACE,
IMMAGINANDO LA NOSTRA MENTE COME UN LAGO
DA MANTENERE SEMPRE CALMO,
SENZA ONDE, PERFINO INCRESPATURE,
CHE DISTURBANO LA SUA TRANQUILLITÀ”

E. BACH

LE MIE RIFLESSIONI





👤 CHI SEI, HEATHER?

✿ *Siamo le Eriche, abitanti delle brughiere, amanti di terreni sterili, acidi o paludosi che siano, purché impoveriti. Siamo le ultime ad arrivare prima che il suolo riparta per un altro lungo ciclo. Riempiamo della nostra presenza le colline senza alberi, cinguettiamo una accanto all'altra i nostri canti. Cespuglietti simpatici con foglie minuscole appressate al fusto, sempreverdi, sempre immobili. I fiori rosa e porpora sono composti di quattro petali che sembrano di carta. Guardiamo sempre verso la terra e sembriamo concentrati ognuno su se stesso. È così, finché il tempo dell'amore ci porta ad uscire dalla corolla così perfetta. Facciamo uscire fuori i nostri stami come due occhi fuori e da quel momento tutto cambia. Ogni fiore stupito racconta a gran voce "ma non sono sola, c'è un mondo qua fuori!". Da lì guardiamo il cielo, vasto, infinito e sempre aperto e cominciamo ad ascoltare.*

✿ E TU, PERCHÉ HAI BISOGNO DI ME?

👤 Innanzi tutto tu mi devi ascoltare, devi prestare molta attenzione alle mie parole, devi ascoltare la mia storia perché il mio caso è unico. Anzi io sono una rarità, quello che capita a me non succede a nessuno, te lo devo raccontare, ma devo iniziare da molto lontano e non posso tralasciare nulla. Prima di iniziare vorrei essere sicuro che mi darai la attenzione che necessita la mia singolare situazione, anche se penso che occorreranno tanti incontri prima che io possa aver detto tutto. Per fortuna ti ho incontrato perché sto male se non mi sfogo con qualcuno. Sì, lo so, sono una povera anima, ma pensa, ti racconto solo l'ultima: ieri sera...



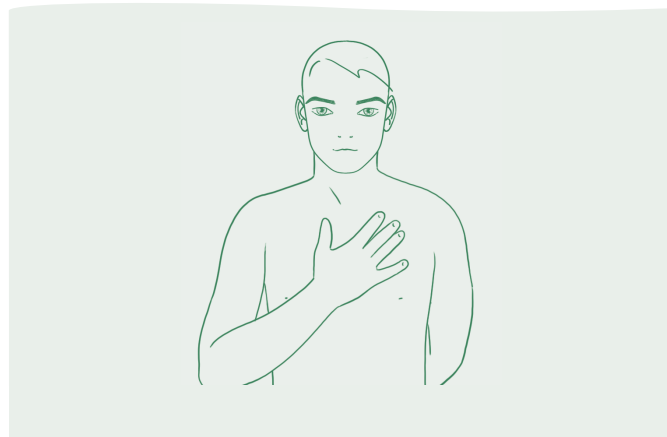
✿ COS'È FIORITO IN TE ORA CHE MI HAI INCONTRATO?

👤 Mi hai preso per mano senza parole e ho sentito il calore che emanava il tuo palmo. E così, mano nella mano, mi sono sentito di nuovo bambino. Ti ho seguita, hai aperto la porta di casa e siamo usciti. Un brivido caldo e silenzioso mi ha condotto lo sguardo verso il cielo. Sono rimasto senza parole alla vista del cielo stellato. Non mi ricordavo più. Ma c'è sempre stato? Cielo di latte, spicchi di timida luna, brezza sulla pelle, canti notturni. Il tempo i cui mi costringevo in me stesso si è dileguato. La mia piccola vita si sta srotolando dalle sue insane preoccupazioni, oziose e logorroiche. Mi perdo nella vastità del cielo, nelle impossibili forme, negli infiniti tempi. Mi sono per un attimo dimenticato di me stesso ed è stato un tempo eterno di pace. Sono stato un po' luna, un po'

vento, un po' silenzio. Mi ritrovo appagato piuttosto che assorbito da me stesso. Lo spirito che dimora in me è ora parte del tutto.

👤 IN QUALE PARTE DEL CORPO POSSO INCONTRARTI, HEATHER?

✿ *Tu puoi trovarmi quando senza pensare vuoi mettere la tua mano sul cuore. Ecco, io sono lì, a ricordarti il tempo dell'amare.*

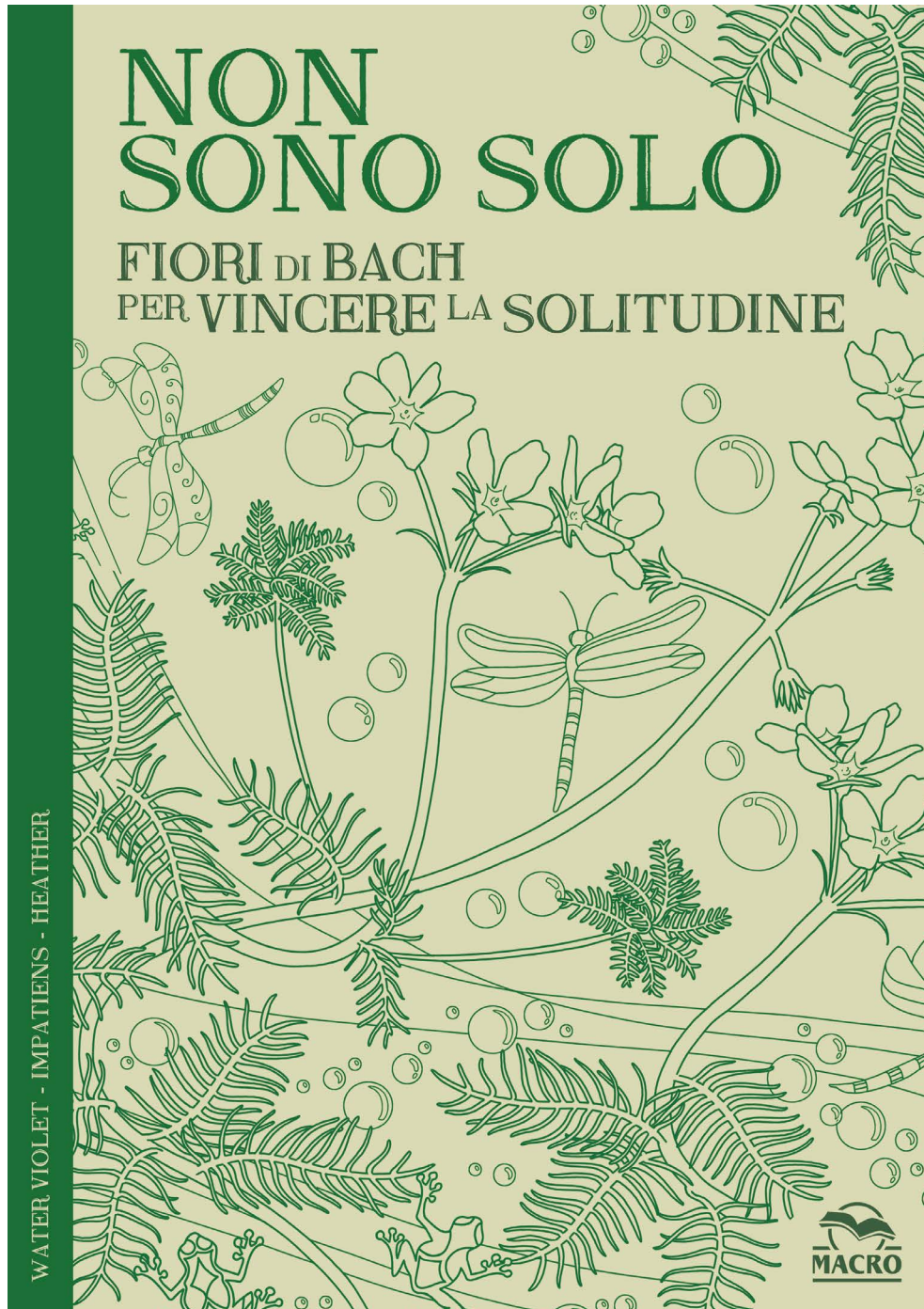




Tratto dal quaderno:

Non Sono Solo

Fiori di Bach per Vincere la Solitudine



Acquista il quaderno completo [cliccando qui](#)