

LE ESSENZE FLOREALI DELL'ALASKA

Le Essenze di Guarigione dal Cuore della Natura

Steven Johnson

**Quaderni di Floriterapia
quaderno n. 7**

La collana “Quaderni di Floriterapia” intende proporre le maggiori scuole di Floriterapia esistenti al mondo, illustrandone il lavoro e i prodotti scoperti, in modo da essere di aiuto a chi vuole introdursi nel meraviglioso mondo dei Fiori.

PRESENTAZIONE

Questa collana vuole essere uno strumento utile e semplice per coloro che intendono accostarsi alla Floriterapia, questa rivoluzionaria e naturalissima tecnica scoperta e trasmessa a noi dal lavoro del dottor Edward Bach.

Il dottor Bach, negli anni Venti, ha tracciato una strada di semplicità e di amore, lasciandola in eredità a quelle creature più sensibili che stavano formandosi con l'avvento della nuova era dell'Acquario.

A queste creature, a questi spiriti ormai uniti nei tre regni dalla Natura, vogliamo dedicare questa collana, sperando che possa essere libera e nuova come seppe esserlo il suo precursore, il dottor E. Bach, e che sappia svincolarsi dai dogmi, per sapersi ricongiungersi con quelle verità che appartengono ad ogni essere vivente, perché nato e voluto libero dal grande disegno universale.

L'Editore

INTRODUZIONE

L'Alaska - la purezza vibrazionale dell'ecosistema dell'Alaska è ciò che ha ispirato inizialmente Steven Johnson, il creatore di queste essenze. Questo paese è uno dei pochi luoghi sul pianeta in cui l'ambiente è rimasto inalterato rispetto a migliaia di anni fa. Meno di 630.000 persone vivono in un'area grande quanto un quinto della superficie totale degli Stati Uniti e la maggior parte di loro vive nelle tre città principali del Paese. Il regno vegetale e l'equilibrio degli elementi sono ancora intatti, sani e pieni di vita, poiché l'attività umana ha lasciato intatta la maggior parte dello Stato.

Tutte le forme di vita che abitano questi luoghi hanno dovuto sviluppare dei meccanismi particolari di adattamento per riuscire a sopravvivere alle estreme condizioni climatiche, caratterizzate dal cambiamento continuo. Ora, all'inizio di un nuovo secolo e di un nuovo millennio, le qualità che ci permettono di progredire in un ambiente caratterizzato dall'instabilità diventano sempre più rilevanti. Queste qualità sono il cuore dell'Alaska. Attraverso lo studio e l'uso delle Essenze dell'Alaska, possiamo risvegliare le capacità di adattamento che sono dentro di noi.

Un sistema di guarigione tripartito

Il Produttore delle Essenze dell'Alaska è l'unico produttore di essenze vibrazionali al mondo che abbia sviluppato un sistema di rimedi basati sulla reazione co-creativa sussistente fra le piante, i minerali ed il regno degli elementi. Questo sistema tripartito si basa sulle speciali proprietà energetiche e curative che ogni Regno ha da offrire e sulla sinergia creata dalla loro combinazione.

Di seguito vi presentiamo brevemente i tre tipi di essenze che compongono tale sistema: **Essenze Floreali** - Il regno delle piante occupa un posto centrale in questa sinergia portando dalla Terra il dono della coscienza spirituale. Le essenze preparate a partire dai fiori risvegliano la capacità di coscienza interiore, portandoci ad una maggiore apertura e a completare la nostra lezione di vita con comprensione e consapevolezza.

Elisir di Gemme - Il regno minerale offre la possibilità di un profondo radicamento, per permetterci di integrare i cambiamenti nella coscienza catalizzati dalle Essenze Floreali. Così come le rocce e il suolo del pianeta forniscono struttura e stabilità per la crescita del regno delle piante, allo stesso modo gli Elisir di Gemme stabilizzano e ristrutturano il nostro sistema energetico affinché il nostro corpo fisico si mantenga in equilibrio, mentre la nostra coscienza cresce e si espande.

Essenze Ambientali - Il dono degli elementi è l'energia necessaria per il cambiamento. L'ambiente, attraverso gli elementi dell'aria, della terra, del fuoco e dell'acqua, fornisce il nutrimento vitale per tutti gli esseri viventi. Le Essenze Ambientali forniscono le potenti proprietà energetiche di cui abbiamo bisogno per creare e sostenere il cambiamento alla radice del nostro essere.

Essenze Floreali e guarigione

I fiori rappresentano la massima espressione del regno vegetale, con i loro profumi deliziosi e i colori magnifici. Tutto ciò è presente anche ad un livello vibrazionale sottile, per cui ogni fiore ha un distinto modello energetico positivo, che corrisponde ad un particolare equilibrio mentale, emotivo o spirituale individuabile nel genere umano.

Questi modelli positivi di energia possono essere trasmessi in un mezzo liquido, mettendo i fiori al culmine della loro fioritura in una bacinella di acqua pura, che viene lasciata poi al sole per potenziarsi. L'infuso che ne risulta viene quindi conservato e diluito per uso esterno o interno.

Assumendo per via orale per un certo periodo di tempo queste "essenze floreali", si possono trasformare gentilmente i blocchi emotivi e limitare inclinazioni mentali responsabili di gran parte dei nostri problemi e malesseri. Questo processo ci porta a un contatto più profondo con la nostro essere, che poi può continuare a svilupparsi in tutta la sua luce, gioia e creatività.

Le Essenze Floreali non agiscono su di noi o per noi. Esse dirigono la nostra consapevolezza verso uno squilibrio, presente dentro di noi, e mettono a disposizione il loro sostegno energetico in modo che noi possiamo allontanare il modello disarmonico, gentilmente e completamente, dalla nostra vita. In questo modo ridiamo integrità alla nostra personalità.

Le Essenze Floreali possono integrarsi perfettamente nel nostro stile di vita; non interferiscono con altre forme di trattamenti come quelli omeopatici o allopatici, e non ne sono influenzate negativamente. Possono essere tranquillamente utilizzate da persone di tutte le età e possono essere una fonte di guarigione anche per animali e piante.

ESSENZE FLOREALI

Le 72 Essenze Floreali contenute nel Practitioner Kit sintetizzano un lavoro di ricerca sul campo durato otto anni in cui sono state percorse migliaia di chilometri nel selvaggio territorio dell'Alaska.

Queste essenze rappresentano l'energia primaria delle piante che si trovano nelle diverse "bioregioni" del territorio. Una "bioregione" è un'area geografica i cui confini sono stabiliti dalla natura stessa - dalla flora e dalla fauna che si trovano in quel luogo, dal clima e dalle formazioni geologiche. La bioregione più vasta rappresentata in questo kit è quella dell'entroterra dell'Alaska. Quest'area si trova fra le pigre distese dei picchi del Brooks Range a nord ed il maestoso Alaska Range a sud. Le piante di questa bioregione formano il cuore verde delle foreste boreali del pianeta e le essenze preparate con questa flora ci aiutano a modificare i nostri più radicati schemi di vita - ovvero quegli schemi comportamentali che hanno un impatto dominante su di noi.

Le informazioni relative alle singole essenze del Practitioner Kit sono presentate in modo da evidenziare le *indicazioni*, ovvero gli stati d'animo per i quali è appropriato l'uso di tale essenza, e le *proprietà*, che riassumono quanto offre la singola essenza in termini di energia, supporto e consapevolezza.

Essenze Floreali - Practitioner Kit

Alder - *Alnus crispa* - Indicazioni: incapacità di vedere il significato profondo racchiuso nelle lezioni che la vita ci dà; percezione limitata di ciò che è vero e buono per se stessi; incapacità di sentire come vero ciò che si vede; incapacità di rispondere alle sfide che la vita ci pone mettendo in primo piano la propria verità superiore. *Proprietà:* chiarezza di percezione a tutti i livelli; la vista diventa conoscenza; riconoscimento della propria verità superiore in ogni esperienza vitale.

Alpine Azalea - *Loiseleuria procumbens* - Indicazioni: dubbi su di sé, scarsa autostima; incapacità di amare o accettare alcune parti di sé; si trattiene l'amore che nasce da noi e quindi anche quello che proviene dagli altri; mancanza di compassione per se stessi e per gli altri. *Proprietà:* autoaccettazione incondizionata; liberazione dai dubbi su di sé; manifestazione di compassione per se stessi; apertura totale del proprio cuore allo spirito dell'amore.

Balsam Poplar - *Populus balsamifera* - Indicazioni: tensione e disfunzioni emotive e sessuali; sterilità; difficoltà mestruali; cicli mestruali di durata irregolare non sincronizzati con i cicli lunari; insufficiente risposta emotiva e sessuale; shock e trauma

dovuti ad abusi sessuali. *Proprietà*: liberazione dal dolore e dalla tensione emotiva associati con problematiche sessuali; ripristino di un flusso equilibrato di energia sessuale nell'organismo; sincronizzazione dell'energia sessuale con i cicli e i ritmi planetari.

Black Spruce - *Picea mariana* - *Indicazioni*: visione ristretta della vita; tendenza a dimenticare le lezioni e le informazioni apprese dalle esperienze passate; difficoltà ad applicare alla situazione in corso la propria conoscenza e saggezza. *Proprietà*: integrazione delle informazioni provenienti dalle lezioni e dalle esperienze del passato con la consapevolezza del tempo presente; accesso all'eterna saggezza della natura.

Bladderwort - *Utricularia vulgaris* - *Indicazioni*: incapacità di vedere la verità al centro di un problema; gli altri ci deludono, si approfittano facilmente di noi; mancanza di discernimento di fronte alla disonestà degli altri; incapacità di prendere decisioni che sostengano il proprio bene superiore. *Proprietà*: per vedere solo la verità; per infrangere l'illusione attraverso la chiara conoscenza interiore.

Blue Elf Viola - *Viola sp.* - *Indicazioni*: repressione emotiva; incapacità di entrare in contatto con collera, rabbia e/o frustrazione profondamente radicate; difficoltà nel risolvere i conflitti, specialmente in situazioni di gruppo. *Proprietà*: aiuta a dissolvere l'energia difensiva costruita intorno alla propria collera e alle proprie frustrazioni; aiuta a comprendere i problemi alle radici di queste emozioni per poterle esprimere in un modo chiaro e sentito.

Blueberry Pollen - *Vaccinium uliginosum* - *Indicazioni*: scarsa consapevolezza della prosperità; problematiche legate all'indegnità e alla scarsa autostima; mancanza di convinzione nell'idea dell'abbondanza; ci si aspetta che avvenga il peggio; difficoltà a ricevere dagli altri; si ha un'esperienza della vita contratta piuttosto che espansiva. *Proprietà*: per liberarsi di convinzioni che limitano la propria capacità di manifestare i fini superiori.

Bog Blueberry - *Vaccinium uliginosum* - *Indicazioni*: stagnazione; resistenza alla vita; accettazione condizionata dell'abbondanza; attaccamento ai modi o alle forme in cui la prosperità si manifesta nella propria vita; si trattengono le proprie energie creative. *Proprietà*: neutralizzazione delle convinzioni che limitano l'esperienza personale dell'abbondanza a tutti i livelli; per imparare la vera accettazione e la gratitudine.

Bog Rosemary - *Andromeda polifolia* - *Indicazioni*: mancanza di fiducia; si è immobilizzati dalla paura di correre rischi per crescere o guarire; ci si chiede sempre perché le cose sono come sono; si hanno difficoltà ad accettare sostegno o assistenza

da parte degli altri. *Proprietà*: profonda purificazione e guarigione attraverso la fiducia; aiuta a lasciarsi andare nell'esperienza della vita.

Bunchberry - *Cornus canadensis* - *Indicazioni*: mancanza di concentrazione mentale; ci si fa distrarre facilmente dalle attività degli altri; incapacità di concentrarsi sul lavoro in corso; incapacità di portare a termine compiti impegnativi o progetti; ci si lascia facilmente travolgere dall'inquietudine emotiva degli altri. *Proprietà*: per superare la distrazione; tenacia e chiarezza emotiva in situazioni particolari.

Cassandra - *Chamaedaphne calyculata* - *Indicazioni*: difficoltà a spostare la propria attenzione e prospettiva dal mondo esterno al proprio mondo interiore; incapacità di rilassarsi in una condizione meditativa o di raggiungere livelli più profondi di meditazione; incapacità di percepire le qualità più sottili della natura. *Proprietà*: calma la mente; permette di ricondurre dentro di sé l'attenzione; percezione della vita a un livello più profondo.

Cattail Pollen - *Typha latifolia* - *Indicazioni*: tendenza a lasciarsi convincere a fare cose che non sono per il proprio bene; difficoltà a prendere le difese di se stessi, specialmente quando si incontrano ostacoli o sfide sul percorso che si è scelto; si è indeboliti da vecchi modelli di dolore o trauma e da vecchi collegamenti energetici che non sono più utili per la propria verità superiore. *Proprietà*: per collegarsi al potere del proprio unico destino; coraggio di seguire la propria via.

Chiming Bells - *Mertensia paniculata* - *Indicazioni*: tristezza, depressione, scoraggiamento, esaurimento; mancanza di gioia nella vita quotidiana; sensazione di non essere in contatto con la vita e di non avere un orientamento; sensazione di mancanza di sostegno e stabilità a livello profondo. *Proprietà*: aiuta a sentire gioia, pace e stabilità a livello fisico; apre il cuore all'energia d'amore che si manifesta nella natura.

Columbine - *Aquilegia formosa* - *Indicazioni*: autocancellazione; debole senso di sé; incapacità di vedere la propria bellezza unica o particolare; la bellezza e la dolcezza interiori vengono nascoste agli altri. *Proprietà*: autostima; apprezzamento della propria bellezza unica e personale, a prescindere da quanto sia diversa da quella degli altri.

Comandra - *Geocaulon lividum* - *Indicazioni*: mancanza di contatto con il proprio ambiente; il fuoco delle proprie percezioni è limitato agli aspetti grossolani, materiali, del mondo fisico; inconsapevolezza delle sottilissime energie esistenti in natura; desiderio di divenire più consapevoli del proprio collegamento energetico con il regno delle piante. *Proprietà*: aiuta ad eliminare dal cuore le energie disarmoniche che limitano la capacità di sentire e sperimentare i sottili regni della natura.

Cotton Grass - *Eriophorum sp.* - *Indicazioni:* shock e trauma dovuti a un incidente o a una ferita; incapacità di spostare la propria prospettiva dal proprio dolore o problema al progresso del processo di guarigione; incapacità di guarire completamente da vecchie ferite per mancanza di consapevolezza delle problematiche più profonde che hanno portato alla loro creazione. *Proprietà:* liberazione del dolore trattenuto nel corpo; aiuta a ristabilire l'equilibrio dopo una ferita o un trauma; sposta l'attenzione dal dolore alla guarigione.

Cow Parsnip - *Heracleum lanatum* - *Indicazioni:* si hanno difficoltà a mettersi in contatto con un nuovo ambiente dopo un trasferimento, o a adattarsi ad esso; non si è sicuri della propria direzione interna; ci si sente tagliati dalle proprie radici; incapacità a stabilirsi da qualsiasi parte; ci si sente catturati nella confusione e nel caos dei tempi. *Proprietà:* per trarre profitto da qualsiasi circostanza in cui ci si trovi; per essere soddisfatti delle circostanze presenti; pace della mente in tempi di transizione e cambiamento.

Dandelion - *Taraxacum officinale* - *Indicazioni:* durezza, ostinazione; inconsapevolezza dei più profondi atteggiamenti mentali e dei problemi emotivi che stanno creando tensione a livello fisico; difficoltà a entrare in contatto con l'energia emotiva tenuta prigioniera nel corpo. *Proprietà:* consapevolezza e liberazione della tensione emotiva trattenuta nei tessuti muscolari; aumenta il livello di comunicazione corpo-mente.

Fireweed - *Epilobium angustifolium* - *Indicazioni:* mancanza di contatto con la terra; bisogno di liberare dolore, shock e traumi dovuti a un incidente o a una lesione; sensazione di esaurimento; collegamento debole con la terra e con i regni spirituali; tentativo di portare il passato nel futuro. *Proprietà:* grounding; libera da vecchi modelli energetici in modo che possa entrare vita nuova; aiuta a prendere energia nutriente e ricostituente dall'ambiente che ci circonda, in particolare dopo un'esperienza traumatica.

Forget me not - *Myosotis alpestris* - *Indicazioni:* sensazione di essere separati dalla dimensione spirituale e difficoltà a mettersi in contatto con essa; il collegamento più profondo con gli altri è bloccato da paure inconsce; sensazioni di colpa per azioni ed esperienze passate; mancanza di rispetto per se stessi e per gli altri. *Proprietà:* liberazione della paura e del dolore trattenuti nella profondità dell'inconscio; rafforza la consapevolezza della propria vera identità.

Foxglove - *Digitalis purpurea* - *Indicazioni:* inflessibilità mentale; insistenza nel vedere le cose in un certo modo; tensione e costrizione a livello emotivo e fisico, specialmente intorno al cuore; mancanza del senso della prospettiva per affrontare una situazione o un conflitto; incapacità di vedere la lezione o la problematica nel cuore di un problema.

Proprietà: liberazione della tensione emotiva accumulata nel cuore; per guardare, andando oltre una prospettiva limitante, il “cuore” di una questione.

Golden Corydalis - *Corydalis aurea* - *Indicazioni*: personalità confusa o caotica; sensazione di essere travolti dalle nuove esperienze e incapacità di integrarle; non si riesce a capire il collegamento tra le diverse esperienze; incapacità di utilizzare le proprie capacità e il proprio talento applicandoli per ottenere quel che si vuole. *Proprietà*: creazione di una concentrazione spirituale per lo sviluppo della personalità; reintegrazione della propria identità dopo un’esperienza di profonda trasformazione.

Grass of Parnassus - *Parnassia palustris* - *Indicazioni*: difficoltà a mantenere inalterato il proprio livello di energia in ambienti affollati o inquinati; si ha il bisogno di pulire e ricaricare il proprio campo energetico, specialmente dopo un’esperienza di guarigione che ci ha trasformato profondamente. *Proprietà*: difende e protegge l’aura in modo che ci si possa aprire pienamente per ricevere i benefici purificatori e nutrienti della luce; aiuta ad accordare il proprio sistema energetico con i livelli vibrazionali superiori.

Green Bells of Ireland - *Molucella laevis* - *Indicazioni*: si vive nella testa anziché nel cuore; debole collegamento tra il corpo fisico e la terra; mancanza di un collegamento consapevole del cuore con il mondo naturale; inconsapevolezza della luce e dell’intelligenza presenti nella natura. *Proprietà*: apre il cuore e la mente all’energia e all’intelligenza della natura; aiuta il neonato a entrare nel mondo.

Green Bog Orchid - *Platanthera obtusata* - *Indicazioni*: la sintonia e la sensibilità rispetto al regno delle piante sono bloccate da dolore e paura profondamente trattenuti; difficoltà a comunicare partendo dal cuore; flusso energetico soffocato nel chakra del cuore; mancanza di compassione per se stessi e per gli altri. *Proprietà*: per espandere la consapevolezza e sensibilità sottili attraverso la liberazione del dolore e della paura trattenuti profondamente nel cuore; aiuta a percepire la vita da un luogo di apertura e neutralità che ha il proprio centro nel cuore.

Green Fairy Orchid - *Hammarbya paludosa* - *Indicazioni*: stato difensivo; attaccamento alla separazione; si è catturati nelle dualità e nelle contraddizioni della vita; squilibrio di base tra gli aspetti femminili e maschili della personalità; difficoltà a comunicare intimamente, dal cuore; difficoltà a risolvere i conflitti presenti all’interno del cuore. *Proprietà*: per liberarsi del dualismo; per equilibrare nel proprio cuore il maschile e il femminile interiori; per sperimentare l’unione.

Grove Sandwort - *Moehringia lateriflora* - *Indicazioni*: collegamento debole alla terra; difficoltà ad adattarsi ad ambienti nuovi; stretti legami tra madri e figli che mancano di

calore e vitalità; tentativo di ottenere nutrimento emotivo e fisico dagli altri in modo inopportuno. *Proprietà*: rafforza la capacità di comunicare partendo dal cuore; per condividere con gli altri l'amore della terra; facilita il rapporto in evoluzione tra madre e figlio.

Hairy Butterwort - *Pinguicula villosa* - *Indicazioni*: incapacità di riconoscere o avere fiducia nella guida e nel sostegno superiori, specialmente quando ci si trova di fronte a una situazione che ci mette alla prova o a una lezione esistenziale; mancanza di consapevolezza delle problematiche che devono essere risolte in una data situazione; si creano crisi o malattie per attraversare un processo di trasformazione; si impara duramente la propria lezione. *Proprietà*: aiuta a utilizzare consapevolmente il sostegno e la guida di cui si ha bisogno per attraversare le fasi di transizione con facilità, leggerezza e profonda comprensione, e senza provocare crisi o malattie.

Harebell - *Campanula lasiocarpa* - *Indicazioni*: si cerca l'amore al di fuori di se stessi; incapacità a ricevere l'amore che è a disposizione; difficoltà a condividere il proprio amore perché non ci sente amati. *Proprietà*: per eliminare limitazioni mentali ed emotive autoimposte e per ricevere e dare amore incondizionato.

Horsetail - *Equisetum arvense* - *Indicazioni*: comunicazione distorta con il Sé superiore e con gli altri livelli della consapevolezza; difficoltà a ricevere la guida e l'insight; difficoltà a comunicare con il Sé superiore degli altri, inclusi gli animali; squilibrio della mente razionale ed emotiva. *Proprietà*: collegamento; apre ed espande i canali della comunicazione interna tra i livelli conscio, inconscio e superconscio dell'essere; migliora la comunicazione fra le diverse specie.

Icelandic Poppy - *Papaver icelandica* - *Indicazioni*: chiusura in se stessi; si trattengono la propria luce e radiosità; debole senso di identità spirituale; mancanza di energia spirituale nei chakra inferiori; scarso collegamento con il Sé superiore. *Proprietà*: facilita il delicato schiudersi delle ricettività spirituali; rafforza la capacità di usare il potere spirituale in tutti gli aspetti della vita.

Jacob's Ladder - *Polemonium pulcherrimum* - *Indicazioni*: tentativo di controllare emotivamente e manipolare la vita per soddisfare i propri bisogni e desideri; convinzione che se non si mantiene il controllo non si riceverà quello di cui si ha bisogno nella vita; tentativo di prevedere tutte le possibili evenienze prima di intraprendere un'azione; mancanza di fiducia nel mondo spirituale. *Proprietà*: si diventa consapevoli dei nostri tentativi di controllare gli eventi della nostra vita; fa sì che il controllo mentale si evolva in una disciplinata accettazione dello spirito.