

l'applicazione topica delle essenze floreali

di Kelley Rico

traduzione di Alvise Postinghel

Nota dell'editore: negli ultimi anni, la Flower Essence Society ha ricevuto un numero sempre crescente di reports da parte dei praticanti floriterapeuti i quali usano le essenze floreali in applicazione topiche, aggiungendoli agli oli da massaggio, applicati direttamente sul corpo o mescolati a prodotti fitoterapici per la cura della pelle.

Questo articolo di Kelley Rico, illustra alcuni dei metodi creativi che i praticanti terapeuti usano nell'applicazione topica. Kelley Rico è diplomata al corso istruttivo per praticanti del 1998 e ha completato la certificazione per praticanti FES, vive a El Cerrito, California dove lavora in un ambiente urbano, con clienti di ogni età. Le sue specializzazioni includono casi di abuso infantile, cura prenatale, e presta la sua opera anche in una clinica per la cura di malati di Aids e cancro.

Le essenze floreali donano un supporto straordinario a molteplici livelli. La maggior parte delle persone che usano le essenze floreali sono abituate a prenderle nel modo classico, cioè attraverso il metodo del bicchiere d'acqua o attraverso l'ingerimento delle gocce sottolinguali, e spesso sorvolano sull'efficacia dell'uso topico. Buon esempio di chi potrebbe beneficiare di questo metodo di utilizzo delle essenze floreali sono quelle persone che normalmente disdegnano l'assunzione orale, oppure quelle che semplicemente creano delle resistenze nel

“prendere delle cose” o che hanno difficoltà ad aderire ad un programma. Bambini, anziani e coloro che sono in situazioni d'emergenza rappresentano un eccellente target per l'uso delle applicazioni topiche.

Le essenze floreali possono essere applicate sulla pelle, mescolate nelle creme, negli oli e nei saponi, usati in miscele spray sia in modo diluito che direttamente dalle boccette madre. L'uso nell'acqua del bagno è incredibilmente potente così come se usata nelle creme da massaggio, applicata sui meridiani e chakra, punti riflessi e di agopuntura. Persino piante ed animali possono beneficiare di questo modo d'uso. Un altro eccellente uso è in associazione con gli oli essenziali. Si possono creare combinazioni di miscele contenenti essenza floreale, olio essenziale e tintura madre della stessa pianta, dando vita ad un rimedio ad ampio spettro.

Altresì è possibile creare miscele semplici o complesse di varie essenze floreali, da usare per rimedi a rapida azione.

L'applicazione topica è un ottimo modo per iniziare ad usare le essenze floreali in molti casi, poiché il loro effetto può essere riscontrato in un arco di tempo alquanto breve. Molti clienti sono inoltre molto meno riluttanti nell'usare uno spray al posto della tipica assunzione orale. Le miscele topiche in ogni caso non contengono ulteriore alcool, il che può essere di aiuto per coloro i quali si stanno affrancando dall'alcolismo o soffrono di reazioni allergiche agli eccipienti.

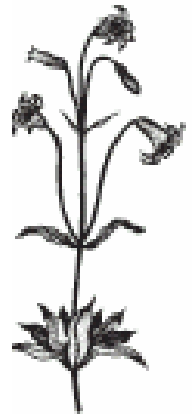


Bagni

Il bagno rappresenta in sé una forma terapeutica in ogni caso, ma l'aggiunta di essenze floreali all'acqua può aumentarne enormemente l'efficacia curativa. Il bagno facilita la somministrazione delle essenze in un modo assai gentile e non invasivo per la personalità. Anche in questo caso si possono mescolare essenze floreali ed oli essenziali per potenziare l'azione.

Un esempio di tale efficacia è rappresentato dalla storia di Miranda, la quale stava assumendo essenze floreali per un insistente emicrania. A sua madre, con la quale Miranda aveva una relazione difficile, venne diagnosticata una malattia molto grave e potenzialmente rischiosa per la vita, durante le feste natalizie. Miranda si sentì sopraffatta dai sentimenti di paura riguardo la situazione. Nel colloquio, Miranda mi disse che trovava giovamento nel fare un bel bagno caldo alla sera, quindi decisi di creare una mistura per questo scopo da usare per 3 sere di fila. Il mix conteneva essenze floreali di **Alpine Lily** (accettazione dell'energia materna in ogni sua forma) e **Buttercup** (accettazione di sé stessi, autostima), inoltre oli essenziali di Petitgrain, Incenso, Pepe Nero ed Arancio, insieme ad acqua di Rose e tintura di Valeriana. Miranda mi disse di sentirsi molto più calma interiormente, più forte ed emotivamente rasserenata dopo il trattamento. Ora era in grado di affrontare la situazione in un modo molto più positivo, cosa che la sorprese alquanto, soprattutto dopo l'iniziale impatto negativo che aveva subito.

Ho creato un'altra formula per J. una donna anziana sofferente di depressione e problemi post-operatori. Questa volta la miscela includeva essenze floreali di **Arnica** e **Self-Heal** (shock e ripresa dal trauma), **Mariposa Lily** (apportare energie vivificanti), **Lotus** e **Lady's Slipper** (riportare equilibrio psicofisico). J. stava provando un'intensa paura riguardo le possibilità di ripresa dopo l'operazione, associate ad una persistente tristezza. Dopo aver effettuato una serie di bagni con questa miscela, J mi riferì di sentirsi molto più calma e serena interiormente, e inoltre di aver riscontrato decisivi miglioramenti nella funzionalità del corpo, così come una riduzione del dolore fisico. In un secondo tempo ho quindi riaggiustato la formula, eliminando Lotus e aggiungendo **Saint John's Wort**, per portare una nuova luce nell'animo e migliorare il radicamento delle energie fisiche.



Alpine lily

Spray per l'ambiente, lozioni e miscele in crema

Le possibilità creative per ciò che riguarda gli spray per l'ambiente, le lozioni e le creme, sono virtualmente infinite. Lozioni e creme portano l'efficacia delle essenze floreali all'interno del corpo attraverso la pelle, e circondano l'individuo con un effetto prolungato nel tempo. Possono inoltre favorire notevoli miglioramenti estetici. Gli spray, d'altro canto, agiscono direttamente sull'ambiente che ci circonda, purificando in profondità laddove si voglia favorire la calma e la concentrazione in un specifico luogo.

Il caso seguente illustra l'uso di uno spray e di una crema creati per fronteggiare una situazione di emergenza.

Lee, una donna intorno ai 45 anni, con 4 figli, iniziò a sperimentare delle lievi forme di attacco di panico subito dopo la nascita del suo secondo figlio, il quale soffriva di un accentuato difetto di nascita. Tali attacchi subirono un aumento di frequenza e di intensità dopo l'improvvisa malattia e morte di suo figlio maggiore. In ultimo, dopo la rottura del suo matrimonio durato 25 anni, Lee decise che era tempo per delle prescrizioni mediche, le quali però non le fornirono un reale sollievo. Quando svegliata da in

incubo, le era impossibile riaddormentarsi di nuovo, e guidare una macchina era altresì diventato troppo difficoltoso. Spedii a Lee un pacco contenente una crema da usare per favorire il sonno insieme ad uno spray da usare durante gli attacchi di panico.

Una notte si svegliò da un terribile incubo riguardante sua sorella minore, in un bagno di sudore, col respiro in iperventilazione. Usò subito la crema e spruzzò liberamente lo spray intorno a lei per circa 5 minuti. La mattina dopo, sul presto, mi chiamò dicendomi che con sua grande sorpresa, la respirazione era ritornata a livelli normali nel giro di 10 minuti, e in circa mezz'ora si era potuta riaddormentare tranquillamente, riuscendo a dormire tutta la notte, alzandosi al mattino, profondamente riposata. Lee iniziò a portare con sé lo spray, anche mentre guidava, e mi disse che il suo uso, specialmente alle prime avvisaglie degli attacchi di panico, le era di grande beneficio.

Lo spray conteneva essenze floreali di **Angelica** (connessione con la guida interiore), **Lotus** (bilanciamento delle energie, soprattutto della parte alta del corpo), **Red Clover** (rilassante, anti-isteria), **Lavander** (rilassante, come aiuto durante il processo di abbandono dei vecchi legami), **Arnica** e **Self-Heal** (anti shock) e **Aspen** (paura), mescolati in acqua distillata con l'aggiunta di acqua di rose. Mentre la crema conteneva essenze floreali di **White Chestnut** (pensieri ossessivi), **Love-Lies-Bleeding** (accettazione del dolore) e **Mugwort** (integrazione dei sogni) insieme a tintura di valeriana e ad alcuni oli essenziali rilassanti.

Applicazione topica di essenze non diluite

Questo uso delle essenze floreali contempla l'utilizzo delle mani, appoggiate sul corpo del cliente. Differisce dalla tecnica di massaggio, in quanto si indirizza ad un problema emotivo molto specifico (generalmente la paura) quando trattiamo un'area affetta da rush o dolori.

Un esempio di essenze floreali realmente efficaci da usare in questo modo sono **Mariposa Lily** e **Green Rose** (nutrire e rigenerare) per casi di rush cutanei che abbiano una causa emotiva, specialmente negli adolescenti. **Arnica**, **Lilac** e **Lavender** per dolori alle gambe e alla schiena (capacità di superare lo shock, essere incarnati nel proprio corpo e presenti).



Un esempio di caso di trattamento di rush cutaneo riguarda Charlie, un ragazzo quindicenne. Per circa 9 anni è vissuto lontano da sua madre, con forti problematiche di dolore e rabbia irrisolti. Durante questo periodo, ha sofferto di un rush intermittente sia alle mani che agli avambracci, con recidive ogni 4 o 5 mesi. Il gonfiore diffuso prudeva intensamente e si riempiva di vescicole. Dopo aver interpellato il suo pediatra, per escludere possibili cause allergiche o malattie decidemmo di tentare con le essenze floreali.

Come prima cosa applicammo una miscela di essenze non diluite direttamente sulla pelle contenente **Borage** (coraggio, affrontare il dolore), **Deerbrush** (per una dolce apertura alla conoscenza di sé stessi), **Loofa** e **Spruce** per pulire e purificare l'area, **Dill** (sentirsi sopraffatti) e **Valerian** (per favorire la calma e l'apertura del cuore).

Questo causò la rottura e lo spurgo delle vesciche dopo un giorno. Quindi proseguimmo con l'applicazione per altri 4 giorni sia alla mattina che alla sera aggiungendo **Green Rose** e **Mariposa Lily**. Alla fine della settimana il gonfiore era sparito. Nel corso dell'anno, si ripresentò in 2 occasioni successive. L'applicazione della miscela base **Borage** - **Mariposa Lily** - **Green Rose** fu ripresa,

aggiungendo inoltre **Mullein** (verità interiore), **Morning Glory** e **Nicotiana** (per la ricorrenza della manifestazione), **Self-Heal** e **Yerba Santa** (bilanciamento fisico e guarigione dal dolore). Per i secondi due cicli di trattamento le applicazioni vennero fatte ancora ogni mattina e sera. Sono passati diversi mesi dall'episodio, e Charlie non ha più sofferto di recidive fino ad ora.

Conclusioni

L'applicazione topica è un metodo estremamente benefico e che dà grandi soddisfazioni, procurando un vasto sostegno al cuore all'anima di chi lo riceve. Il suo utilizzo è limitato solamente dalla nostra immaginazione e creatività e rappresenta un fruttuoso complemento nel repertorio di ogni floriterapeuta o praticante.