



Barbara Papini
Floriterapeuta

“TRADOTTI PER TE”

I 4 livelli di risposta delle essenze floreali

The Four Levels of Flower Essence Response

by Patricia Kaminski

Link: <https://flowersociety.org/4Rs.htm>

Sulla base di quattro decenni di raccolta di casi e di resoconti clinici di professionisti alla Flower Essence Society, abbiamo osservato che la terapia con essenze floreali generalmente comporta quattro livelli fondamentali di risultato. Questo fenomeno di guarigione è indicato come le Quattro R della risposta dell'essenza floreale, come delineato nella ricerca originale di Patricia Kaminski. Si prega di notare che queste fasi non si verificano automaticamente in ogni singolo caso di utilizzo dell'essenza floreale. Inoltre, sebbene di solito si verificano nell'ordine cronologico elencato di seguito, più di una fase può operare simultaneamente o in una sequenza di sviluppo leggermente modificata unica per il singolo caso.

L'arco di tempo per tutte queste fasi di sviluppo varierà a seconda del singolo caso, da un mese a un anno o più. È possibile utilizzare un'unica miscela di essenze floreali o anche un solo rimedio floreale. Inoltre, la miscela di essenze può essere modificata e riformulata con un numero qualsiasi di nuove essenze floreali per facilitare il continuo sviluppo progressivo dei quattro livelli di risposta nella terapia con essenze floreali.

Fase uno:

Rilascio, rilassamento o ringiovanimento

Questa è la risposta più immediata e percepibile alle essenze floreali. Viene spesso percepito come un rilascio o un cambiamento fisico. In questa prima fase di guarigione, **i sistemi energetici all'interno dei corpi fisico-anima sono stati stimolati e stanno lavorando verso un nuovo centro di equilibrio.** Di solito si sperimenta un senso generale di calma, rilassamento o vigilanza, sebbene possa verificarsi una serie di altre risposte fisiologiche, come cambiamenti nella respirazione, nel sonno e nel mangiare. Sebbene la maggior parte delle risposte promuovano un senso di benessere, alcune possono risultare spiacevoli o inaspettate, come il rilascio di lacrime se si viene trattati per il dolore, o una sonnolenza pronunciata per alcune condizioni di stress e sopraffazione. Queste risposte fisiologiche iniziali si attenuano gradualmente man mano che gli stimoli provenienti dalle essenze floreali vengono integrati e bilanciati con il complesso mente-corpo.

Riepilogo della prima fase

L'effetto più immediato delle essenze floreali. Una risposta percettibile alle essenze floreali spesso avvertita come un rilascio o un cambiamento fisico.

Fisiologico:

- respirazione
- dormire
- mangiare
- risposta di rilassamento o risposta energetica a seconda dell'individuo



Barbara Papini

Floriterapeuta

“TRADOTTI PER TE”

Psicologico:

- liberazione delle emozioni represses
- lacrime
- sorrisi
- senso generale di benessere
- sottile sensazione di cambiamento
- crea un nuovo centro di equilibrio o punto di riferimento psichico
- le risposte iniziali si attenuano man mano che questi cambiamenti vengono registrati e integrati

Fase due:

Realizzazione, riconoscimento e reazione iniziale

In questa fase le qualità archetipiche delle essenze floreali agiscono più profondamente nell'anima, producendo una **nuova consapevolezza cognitiva** sui sentimenti e sul comportamento. Viene sviluppata una **"coscienza testimone"** che **consente di comprendere gli aspetti nascosti o "ombra" della personalità che hanno contribuito a modelli disfunzionali**. Riconoscendo queste parti di noi stessi, cambiamo non solo fisiologicamente, ma anche psicologicamente. Come nella Fase Uno, queste intuizioni psicologiche iniziali possono a volte essere scomode, ma man mano che arriviamo a conoscere noi stessi più onestamente e ad acquisire il controllo su aspetti precedentemente nascosti della nostra personalità, **otteniamo maggiore chiarezza emotiva e mentale, resilienza interiore e benessere**.

Riepilogo della seconda fase

- Le essenze floreali agiscono ora in strati più ampi del complesso corpo-anima.
- Questi cambiamenti vengono solitamente registrati nel campo mentale e negli strati iniziali dell'essere emotivo.

Risultati di guarigione positivi

- Miglioramento della visione cognitiva del proprio comportamento e dei propri sentimenti -
- "Non ho detto la verità ai miei colleghi e non mi sembra giusto..."
- "Non sapevo che mi si stringeva lo stomaco ogni volta che sono vicino a mia madre..."
- Sviluppo della Coscienza Testimone - Il Sé che vede il Sé
- Maggiore chiarezza mentale
- Senso di Armonia e Coesione - è presente una maggiore quantità del Vero Sé
- Dialogo più consapevole tra gli aspetti Mente e Corpo del Sé

Possibili reazioni

- Agitazione della crisi di identità
- Sensazione di tiro alla fune con aspetti opposti del sé
- L'identità personale sembra più complessa e stratificata
- Più luce ma anche più ombra
- Sentimenti emergenti di disunità o frammentazione man mano che più aspetti del Sé appaiono nel proprio campo di coscienza
- Sensazione scomoda di un sé sovversivo: "Io e la mia ombra"



Barbara Papini

Floriterapeuta

“TRADOTTI PER TE”

Fase tre: Resistenza, regressione e riconciliazione

Le prime due fasi riguardano principalmente il tempo presente e possono essere una guarigione sufficiente per i problemi corpo-anima che non sono profondamente radicati. Tuttavia, nella maggior parte dei lavori di guarigione possiamo rintracciare influenze dell'anima molto più profonde che operano nelle profondità sotterranee della coscienza, influenzando la salute generale, i sistemi di credenze, gli atteggiamenti e il potenziale creativo di ogni individuo. Queste ferite dell'anima più significative di solito coinvolgono la storia dell'anima, come le esperienze della prima infanzia in momenti di grande vulnerabilità; condizionamento religioso, politico o altro condizionamento culturale; stress traumatico non completamente risolto al momento in cui si è verificato; o modelli karmici iscritti nel destino dell'anima alla nascita. L'abile applicazione delle essenze floreali nella Terza Fase facilita il lavoro psicologico profondo, combinato con modalità complementari come consulenza, lavoro sui sogni e sul diario, meditazione e visualizzazione, arteterapia e altre tecniche di autoconsapevolezza. **Questa fase può sembrare regressiva quando i vecchi modelli emergono per opporsi agli sforzi diretti di cambiamento. La fase alchemica è pronta per una "crisi di consapevolezza" che libera residui sia fisici che psicologici del passato.** Riconciliando gli aspetti sepolti dell'identità personale e integrandoli con la **comprensione cosciente**, l'anima raggiunge una guarigione e una trasformazione profonda.

Riepilogo della terza fase

- La Terza Fase è la fase più impegnativa, eppure la più necessaria per una guarigione profonda.
- Nel movimento spiraliforme dell'anima può sembrare che ci stiamo muovendo all'indietro.
- Ciò che stiamo realmente facendo è rivisitare una parte passata della nostra coscienza.
- Stiamo portando nuove intuizioni ed energia per guarire questi modelli.
- Il passato non è morto; è vivo con potenziale.

Colpisce la nostra consapevolezza presente e il potenziale futuro.

Segno distintivo della terza fase: crisi di guarigione

- I sintomi fisici che sembravano in via di guarigione improvvisamente peggiorano.
- Vecchie abitudini o dipendenze ritornano con forza potente.
- Il dolore, la depressione e altre ferite emotive sembrano sanguinare di nuovo.
- Il trauma della prima infanzia ritorna nei ricordi o nei sogni.
- Altri traumi post-traumatici diventano più vividi, come se lo rivivessero in tutta la loro forza.
- Sensazione di scoraggiamento: non funziona, non sto migliorando.



Barbara Papini

Floriterapeuta

“TRADOTTI PER TE”

Guarigione della terza fase: competenze del professionista e coinvolgimento del cliente

- Presenza del praticante
- Counseling Potenziato: l'arte di porre domande
- Scrivere sul diario
- Immagini guidate
- Affermazioni
- Lavoro dei sogni
- Terapia artistica

Obiettivi:

- Continua a sviluppare l'identità del testimone nell'anima
- **Riconciliare le parti nuove e vecchie del Sé**
- Creare un dialogo animico con aspetti “opposti” o “opposti” del Sé
- Creare Maggiore **Consapevolezza e Flessibilità** nell'Anima
- Crea il **Punto Fermo** che porta alla Trasformazione dell'Anima

Sequenza temporale:

Fasi Uno e Due:	Orientarsi nel tempo presente: diventare letteralmente presenti attraverso la coscienza dell'anima
Fase tre:	riconoscere il nostro passato e come crea il presente
Fase quattro:	prendere possesso del nostro futuro: ricreare e rivedere le possibilità dell'anima

Fase quattro:

Rinnovamento, ri-costellazione e ri-visione del sé

Mentre i primi due stadi operano principalmente nel tempo presente e il terzo stadio raggiunge il passato profondo dell'anima umana, il quarto stadio nella terapia con essenze floreali punta al suo destino futuro. Nella quarta fase siamo in grado di **identificare nuove possibilità riguardanti lo scopo della vita e la capacità di manifestare tale scopo**. Una delle verità profonde della vera terapia con essenze floreali è che quando la ferita dell'anima viene affrontata in modo trasformativo, quelle stesse aree di precedente dolore e limitazione diventano **punti nodali per il nuovo potenziale** e l'evoluzione dell'anima. Ad esempio, un individuo che potrebbe essere stato vittima di discriminazione sociale e soffre di bassa autostima, rabbia e scarsa vitalità fisica, può utilizzare la terapia con essenze floreali per trasformare queste condizioni limitanti in qualità positive di forza interiore, autostima e considerazione compassionevole per la sofferenza degli altri. Queste virtù dell'anima porteranno a loro volta a nuove possibilità nel destino e nel potenziale creativo di tale persona.



Barbara Papini

Floriterapeuta

“TRADOTTI PER TE”

Riepilogo della quarta fase

Temi principali:

- **La ferita dell'anima diventa un portale luminoso per una nuova esperienza** dell'anima e per l'espansione della coscienza
- Coinvolgimento dell'**archetipo del guaritore ferito**: parti dell'anima che soffrivano o soffrivano di disfunzioni ora conservano virtù e forza
- La sofferenza o la sfortuna personale ora portano a una maggiore compassione e capacità di comprendere il dolore degli altri

Esempi di crescita e trasformazione nella quarta fase:

- Potrebbe trovare una nuova carriera
- Una nuova espressione nel lavoro o nelle attività attuali
- La guarigione della propria dipendenza o disfunzione conferisce capacità e sensibilità per aiutare gli altri con sofferenze simili
- Nuovi amici o reti sociali
- Nuovo rapporto con la famiglia basato sull'amore e sulla forza piuttosto che sul vittimismo o sulla rabbia
- Sensazione di forza interiore: la vita non è necessariamente più facile, ma possiamo gestire di più
- Il "Sé e il Mondo" e il "Sé e l'Altro" si sentono più dinamicamente connessi

La fase quattro della guarigione non significa che si vive "per sempre felici e contenti". Il dono della guarigione della Fase Quattro è che **si procede con maggiore forza e consapevolezza ai passi successivi dell'evoluzione dell'anima.**

By Patricia Kaminski © Flower Essence Society. All rights reserved

Grazie Patricia per il meraviglioso lavoro svolto!