

Terapia Esencial con Flores de Bach

OPEN BACH

Experto
en Terapia Personal y Familiar
con Flores de Bach



Formación Avalada por
Centro Edward Bach
www.centroedwardbach.com



José Salmerón Pascual



PROLOGO

" Ojala esto te sirva tanto como a mi "

Escribo estas líneas lleno de agradecimiento a todos aquellos profesionales, mencionar a uno sería olvidarme de tantos...que me han inspirado en mi camino de las flores de Bach. También a mi maravillosa familia...

Te deseo que la experiencia de este curso sea para ti tan maravillosa como ha sido el desarrollo del mismo y de tantas y tantas experiencias formativas a lo largo de estos 25 años. Este es un curso, según me dicen los propios alumnos, sacia el alma e ilustra la mente.

Según dicen ellos también, yo suelo ser parte humilde e importantísima de este proceso.

Estás en los albores de empezar la lectura de Open Bach Esencial.

Te felicito...

Te felicito porque te vas a encontrar la claridad de ideas y conceptos que falta y que más hace falta precisamente en la época donde Internet y el exceso de información te lo habría puesto muy difícil acceder al siguiente nivel de la información: la formación.

Vas a acceder hasta el punto donde podrás comenzar a ayudarte a ti mismo y tus seres queridos: familiares y amigos sabiendo lo que haces...que se dice pronto.

Por la vía de la interiorización.

Yo estaré ahí como el capitán en la nave !!!...je, je...en fin, humildemente, dándote ánimos, solucionándote tus dudas, recomendándote lecturas interesantes complementarias y cual



sherpa cargando con los bártulos de conocimiento y facilitándote todo.

Se feliz y ojala estos textos te sirvan tanto como a las miles de personas que han pasado antes por este aprendizaje y te motive lo suficiente para proseguir profundizando en el nivel profesional que ampliará tu capacidad de convertir en ayuda y rentabilidad lo que aquí vas a aprender.

José Salmerón Pascual

Director del Centro Edward Bach



CURSO FLORES DE BACH Y TERAPIA ESENCIAL OPEN BACH

Impartido por
Centro Edward Bach de Madrid
www.centroedwardbach.com

Edward Bach: **Reseña de su obra y sentir**



EDWARD BACH - RESEÑA DE SU OBRA Y SENTIR (1)

Escribir acerca de la vida de Bach no es tarea sencilla. Sujetar estas páginas a una exposición de su quehacer profesional que muestre su impresionante desempeño en las artes de la curación e investigación en medicina, es despojar a su vida de aquella cualidad superior que sustenta todo su trabajo y que sólo poseen pocos elegidos. En tanto que atenernos, exclusivamente, a una emocionada descripción de su naturaleza espiritual y humana, no sería tratar con justicia a tantos años de estudio y aplicación laboriosa al gran objetivo hacia el que encaminó su vida: aliviar el padecimiento psíquico y físico de los que sufren. Intentaremos pues, dar lugar a ambos aspectos.



EL HOGAR

Edward Bach nació el 24 de septiembre de 1886 en Moseley, una pequeña villa próxima a la ciudad de Birmingham. Con una débil constitución física que, gracias a los amorosos cuidados de sus padres pudo remontar, fue el primer hijo de un matrimonio de clase media inglesa, después nacerían un niño y una niña más.

La madre, ama de casa, fue vivida por Bach como alguien con fuerte temperamento, intensa en sus sentimientos y con una suerte de pelea interior, entre su lado maternal y su necesidad de destacar como ser creativo y con derechos propios. Esta contradicción no pudo ser resuelta, ya que la tarea en casa era mucha, los medios no sobraban y el marco social no era el más adecuado. Esa vivencia deja en Bach una fuerte sensibilidad hacia la problemática femenina y por extensión hacia la de las clases menos favorecidas.

(1) Basada en los datos biográficos aportados por Nora Weeks.

Pero sin duda, fue su padre, hombre optimista, con una profunda fe en la vida y mente original, el gran facilitador y guía en su infancia y juventud.

Si bien Bach, a los 16 años, ya tenía claro cuál sería el camino a seguir -trabajar unos años en la fundición de metal de su padre y ahorrar algún dinero para pagar sus estudios superiores- existían dos obstáculos a vencer: la falta de medios económicos suficientes, y la incertidumbre respecto a si la profesión médica sería la elección más adecuada para dar cauce a su búsqueda. Deseaba conocer todos los métodos de curación para encontrar el más simple y sencillo, aquél que pudiera sanar el cuerpo y el alma del enfermo.

Este propósito, el de extender la curación hacia el área del



espíritu, hizo que en un principio dudara entre la medicina y el sacerdocio, ya que sentía que lo que buscaba pertenecía más bien al área de influencia de la fe religiosa. Pero la certeza de que un entrenamiento médico sería lo más adecuado, unido al apoyo incondicional de su padre, fue lo que determinó su elección final.



LOS ESTUDIOS

A la edad de 20 años, en 1904, después de 3 años de trabajo en la factoría paterna, se matriculó en la Birmingham University, completando su formación en 1914.

Sus años de estudiante no fueron nada fáciles. Los escasos ingresos determinaron que a menudo tuviera que elegir entre comer o comprar el material de estudio; o bien, estudiar de día y trabajar de noche. Este exceso de actividad se sumaba al penoso malestar físico y psíquico que conllevaba el vivir en Londres, alejado del contacto con la naturaleza. Para un ser con su enorme sensibilidad, estar rodeado de contaminación, ruidos, falta de luz y de espacio para poder respirar, andar o reflexionar sin interferencias, era agotador y motivo de enfermedad y agonía.

En esa época para que su voluntad no se debilitase, evitaba pasear por parques y jardines, temía que al hacerlo el contacto con la naturaleza despertara el gran anhelo que por ella sentía y abandonar a todo lo hecho hasta el momento. Sólo la fuerte determinación de encontrar la causa real de la enfermedad y su curación sostuvieron a Bach en Londres.

Esta búsqueda se extendió a lo largo de 25 años de trabajo como médico bacteriólogo, homeópata y herbalista, término este último, con el que hacia el final de su vida le gustaba ser designado por colaboradores y pacientes.

Para él, el estudio de la enfermedad no pasaba por lo aprendido en libros o en el claustro universitario, sino por la observación atenta y prolongada de cada paciente. La emoción que acompañaba a cada dolencia, y no la enfermedad en sí misma, era el verdadero indicador del tratamiento a seguir; tratamiento que según su opinión no tenía por qué ser penoso sino suave e indoloro.



LA LABOR CIENTÍFICA

Más aún estaba lejos de su ideal y en un principio encaminó su búsqueda hacia la investigación bacteriológica. En 1913, ingresa como Asistente en el Departamento de Bacteriología del University College Hospital. En su laboratorio se interesa por la presencia de ciertos gérmenes intestinales que, hasta el momento, habían sido descuidados por los investigadores pero que, según constató, eran los responsables de numerosas enfermedades crónicas de difícil solución.

Así concibe la idea de preparar una serie de vacunas a partir de estas bacterias e inyectarlas a las personas afectadas con la esperanza de que mejoren rápidamente. El éxito fue fulminante, con su descubrimiento revolucionó el modo de tratar enfermedades tales como el reumatismo, artritis, jaquecas, etc., que desaparecían sin dejar rastro proporcionando un enorme alivio a sus pacientes.

En 1914 comienza la Gran Guerra y Bach es rechazado debido a su débil estado de salud, para servir como médico en el frente de batalla. A pesar de ello, su entrega, dedicación y compasión, lo llevan a efectuar un esfuerzo que casi le cuesta la vida. En 1915 se hizo cargo de una sala con 400 enfermos en el University College Hospital, tarea que se sumó a las horas destinadas a la investigación, a su labor docente y a la atención de sus pacientes en Harley Street. En aquellos meses, Bach no conoció descanso. ¡Quedaba tanto por hacer!... Quienes estuvieron a su lado dan testimonio de su entrega sin límites a pacientes y colaboradores, para los que siempre tenía un gesto de bondad y la palabra justa de aliento.

Pero el esfuerzo fue demasiado, y a mediados de 1917 cae inconsciente, víctima de una severa hemorragia digestiva. Sin recobrar la conciencia es intervenido quirúrgicamente. Al despertar le informan que el mal estaba demasiado avanzado, con lo que su



expectativa de vida se reducía, como mucho, a 3 meses.

Este pronóstico determinó que en medio de intensos dolores físicos volviera a su laboratorio a intentar, en ese breve lapso, completar su obra. Día y noche estuvo trabajando. La permanente iluminación de su laboratorio atrajo la atención de sus compañeros, los que le comenzaron a llamar "la luz que nunca se apaga".

En esos meses tal fue el entusiasmo que puso en sus trabajos de investigación que, para sorpresa de sus colegas médicos, no sólo su vida no terminó, sino que su estado físico mejoró hasta el punto de sentirse más fuerte que nunca.

Este es el momento en que Bach comienza la transformación que le iba a llevar a imprimir a sus creaciones, años más tarde, una marca única y original. Para enfocar la enfermedad y su tratamiento, tal como él la concibió, lo más importante no eran los años de estudio, sino los cambios que a nivel psíquico, emocional y espiritual, se operaron en su ser propiciando una apertura de visión que sabría trasladar a su trabajo.

Bach nunca olvidó lo vivido en aquel tiempo. Meditando acerca del motivo de semejante recuperación, llegó a la conclusión de que "un gran amor, un propósito definido en la vida, son los factores que determinan la felicidad del hombre en la tierra, y el incentivo gracias al cual puede atravesar todas las dificultades".

Años después el recuerdo de lo aprendido en esos días le sería de gran utilidad para remontar sus últimos meses de vida. En ellos hubo de soportar toda clase de sufrimientos físicos y mentales los cuales, paradójicamente, le facilitaron el descubrimiento de la serie final de remedios florales.



LA HOMEOPATÍA

Después de su restablecimiento, en 1918, tiene lugar un importante giro profesional. Abandona el puesto de Asistente de Bacteriología en el University College Hospital en respuesta a una nueva reglamentación de horarios con la cual estaba en desacuerdo. Como sigue con el empeño de continuar con sus investigaciones, invierte sus últimos ahorros en un pequeño laboratorio en Nottingham Place e ingresa como patólogo y bacteriólogo en el London Homeopathic Hospital, cargo que ocupó hasta 1922.

Allí toma contacto con la obra de Hannemann y queda profundamente impresionado por la coincidencia entre ambos a la hora de considerar los aspectos emocionales como base para el tratamiento de la enfermedad.

A partir de este "encuentro" Bach comienza a preparar homeopáticamente vacunas de los gérmenes intestinales con los que venía trabajando. Los divide en 7 grupos ⁽²⁾ que a su vez, correspondían a 7 tipos de personalidad humana claramente diferenciadas entre sí.

Llegó a perfeccionar de tal manera el diagnóstico caractereológico que ya no se hizo necesario recurrir a análisis químicos para detectar la pertenencia de cada paciente a uno u otro grupo de bacterias.

Este trabajo le valió el reconocimiento de médicos alópatas y homeópatas, quienes solían llamarlo "el segundo Hannemann". Entre 1924 y 1926 publica *"La intoxicación intestinal en relación con el cáncer"* y se edita el libro *"La enfermedad crónica. Una hipótesis de trabajo"*, escrito con su asistente y amigo C.E. Wheeler.

A pesar de la difusión de sus descubrimientos y el aumento



del número de pacientes -a los que insistía en no cobrar, o cobrar un mínimo- sus ingresos eran muy escasos. La mayor parte se destinaba a comprar material y al pago de sus ayudantes de laboratorio.



NORA WEEKS

En esa época conoce a la que sería, desde 1920, su incondicional y querida compañera de búsqueda, Nora Gray Weeks (1896-1978).

A los 24 años, Nora se graduó como radióloga, y tras ser frustrada su intención de ingresar en una consulta médica del Centro de Londres, empieza a colaborar con Bach en Harley Street.

⁽²⁾ Proteus; Disentery; Morgan; Faecalis Alkaligenes; Colimutabile; Gaertner; nº 7.

A partir de aquel instante, no sólo comparten la atención en consulta, sino también las largas salidas al campo para buscar las hierbas curativas y su experimentación. A ambos los unía una mutua devoción. Bach admiraba de Nora su visión de la vida "pura y simple como la de un niño", la delicadeza de sus sentimientos y su tenacidad para llevar a buen término las propuestas que juntos elaboraban. Ella fue su soporte afectivo y la continuadora de su legado, su biógrafa y escritora.

En cuanto a Nora, hay una bella anécdota que da una idea de sus sentimientos hacia Bach. En el verano de 1930 él le dictaba lo que sería el libro *"Cúrese a Ud mismo"*. Ambos estaban sentados sobre la arena frente al mar, en Abersoch, Gales. Bach interrumpiendo el dictado le dice sorprendido: -"Sueles ser muy tranquila: ¿qué ocurre que estás tan inquieta?"- En ese instante Nora, perpleja, se da cuenta de que estaba recostada sobre un hormiguero, hecho que le había pasado totalmente desapercibido ante la emoción e intensidad con la que escuchaba sus palabras.

En 1927, y a pesar del éxito que los nosodes y vacunas orales habían obtenido, comienza a concebir la idea de reemplazar el uso de toxinas intestinales por remedios de la naturaleza vegetal. De hecho ya había observado que las vibraciones de la Estrella de



Belén (*Ornithogalum umbellatum*) eran idénticas a la del grupo de bacterias Morgan, el tercero de la séptuple clasificación.

A partir de este momento, comienza su separación del mundo científico para iniciar un excepcional desarrollo de sus capacidades intuitivas y curativas. Bach sentía que ya había agotado todas las posibilidades que la ciencia y sus métodos de investigación habían puesto a su alcance. Mientras tanto, sus delicados sentidos iban desarrollándose más cada día. Era capaz de oír, ver y sentir cosas que todavía no se explicaba, y el don de curar con tan sólo un ligero toque de sus manos, era ya una evidencia en su vida.



LAS PRIMERAS FLORES

A mediados de 1928, obedeciendo a una fuerte llamada interior, sale al campo a recoger las primeras flores del sistema: Impatiens, Mímulo y Clemátide. Regresa con ellas a Londres y las prepara a modo de vacunas orales, prescribiéndolas de acuerdo a la psicología del paciente con grandes resultados a corto plazo.

En febrero de 1930 publica las conclusiones de esta experiencia en *The Homeopathic World*, titulándolo "*Algunos nuevos remedios y sus usos*".

El éxito obtenido convence a Bach de estar en el camino adecuado. Sin dudarle un instante y para sorpresa de amigos y colegas, decide abandonar Londres, partir hacia Gales, y comenzar a trabajar en sus nuevas teorías. Cierra su consulta y el laboratorio, deja en manos de sus asistentes la misión de completar la investigación sobre toxemia intestinal y se despide de los miembros de la Logia masónica a la que pertenecía.

La ruptura fue drástica, nada debía quedar en Londres que pudiera retenerlo. Nunca pensó en dar marcha atrás, ni nadie logró disuadirlo, A los 43 años decidía comenzar una nueva vida en completa concordancia con lo que siempre había deseado: hallar un método de curación natural, eficaz y simple, que pudiera ser utilizado "como él usaba el que brotaba de sus manos".

Se sentía lleno de vitalidad e intensamente feliz por dejarse guiar por su intuición a la que percibía, agradecido, como una manifestación de la Divinidad dentro de sí.

Él y Nora, durante varios meses, recorrieron Gales y la costa de Norfolk, al fin se establecieron en Cromer, un pequeño pueblo de pescadores. Bach pasaba los días examinando la variedad de plantas de la zona, se quedaba con aquellas que no fueran



primitivas en su desarrollo, venenosas o comestibles. Para extraer la sustancia curativa de las flores crea el "método del sol"⁽³⁾ que consiste en sumergir unos cuantos capullos -los más perfectos de su variedad- en un cuenco con agua pura y cristalina, allí se dejan expuestos unas horas al sol hasta que se produce el paso de las propiedades terapéuticas de la flor al medio líquido. El resultado se combina en una proporción de 50% con brandy, que preserva la pureza y da estabilidad a la fórmula.

La sensibilidad desarrollada por Bach aumentaba por semanas. Era capaz de distinguir las vibraciones de cada especie con el sólo roce de sus manos o labios. Esta sensibilidad que por un lado sería altamente beneficiosa para sus investigaciones, no lo era para su salud psicofísica que se resentía ante el menor estímulo negativo del ambiente. Vivió profundos desequilibrios emocionales, cuadros de fobias a espacios cerrados y muchedumbres, y colapsos físicos tales como temblores, espasmos involuntarios, pérdida de tono muscular, etc. Pero su asombrosa capacidad de recuperación y sentido del humor, hacían más breves la duración de estos ataques.

En julio de 1930 terminó de escribir "*Cúrese Ud mismo*" - originalmente titulado "*Salgamos al sol*". Pero el manuscrito es considerado por los editores como "demasiado revolucionario", con lo que debe postergar su publicación.

⁽³⁾Bach se llevó consigo, por error, una maleta llena de zapatos en lugar de la caja conteniendo el material de trabajo necesario para elaborar homeopáticamente las esencias. Si bien reconoció que el calzado le fue más útil para las largas caminatas por el campo, en un principio lamentó el olvido, que subsanó con la creación de este nuevo método de preparación.

En esos días trabaja en la elaboración de sus primeros remedios, "Los 12 curadores", y en la descripción de los estados de desequilibrio emocional que ellos reparan. A saber:



Error	Remedio
Bloqueo emocional	Chicory (Achicoria)
Miedo	Mímulo
Intranquilidad	Agrimony (Agrimonia)
Indecisión	Scleranthus
Indiferencia	Clemátide
Debilidad	Centauy (Centaura)
Duda exagerada	Gentian (Genciana)
Exceso de entusiasmo	Verbain (Verbena)
Ignorancia	Cerato (Ceratostigma)
Impaciencia	Impatiens (Impaciencia)
Temor	Rock Rose (Heliantemo)
Aflicción	Water Violet (Violeta de Agua)

Las primeras esencias que prepara con el método del sol son Mímulo, Clemátide e Impatiens. A continuación Agrimony, Chicory, Verbain, Centaury, Cerato y Scleranthus, la última preparada en 1930.

En 1931 tras publicar en The Homeopathic World algunos artículos ⁽⁴⁾ con los resultados de sus últimos trabajos, aparece la primera edición de "Cúrese Ud mismo". Mientras tanto crecía el número de pacientes y la correspondencia, como la prisa por hallar los últimos 3 remedios de la serie.

⁽⁴⁾ "Consideraciones básicas sobre la enfermedad y la curación" y "Algunos remedios nuevos y su empleo".

El apoyo a sus nuevas teorías aumentaba, pero también las críticas escépticas provenientes de los círculos académicos. La gran dificultad radicó en lo imposible que resultaba demostrar "científicamente" la acción de sus remedios. A pesar de ello, Bach no se demora en publicar los múltiples casos clínicos resueltos a los que él consideraba como una evidencia del poder curativo de las esencias florales.



En el verano de 1932 concluye la primera parte de su trabajo elaborando Water Violet, Gentian y Rock Rose.

Rock Rose fue considerada por Bach como uno de los más importantes remedios. La necesidad de encontrar un paliativo para el terror extremo surgió un día al ser llamado de urgencia para asistir a una paciente en estado grave. Bach pudo sentir el pánico en el que estaban sumidos la enferma y quienes la rodeaban. Para calmarla, llevó su mano hacia el hombro de la afligida mujer diciéndole que pronto mejoraría. Efectivamente, la hemorragia cesó, durmió placidamente varias horas y despertó recuperada.

Reflexionando acerca de los momentos allí vividos, concluye que es de máxima importancia contar con un remedio para aquellos casos en que el miedo es tan grande que paraliza nuestra acción impidiéndonos fluir con eficacia.

Nora Weeks en el único relato biográfico que existe sobre la vida de Bach, da cuenta de varios casos en los que él recurre a su "maravilloso poder de sanar al instante" o a su especial intuición y percepción extrasensorial.

Acerca de estas habilidades Bach jamás hizo comentario alguno, por el contrario, siempre intentó, con su enorme humildad, que pasaran desapercibidas. Aun así, sus milagrosas curaciones, las acertadas predicciones y su proceder generoso y desinteresado no dejaron de llamar la atención de todo un pueblo, Cromer, que llegó a sentir un profundo cariño por ese ser fuera de lo común, pero gentil y compasivo.

"Una tarde Bach estaba caminando lejos de Cromer, cuando sintió que debía regresar a toda prisa. Al llegar a la costa encontró un bote de rescate con un pescador a bordo que había sufrido un accidente en alta mar. Estaba inconsciente y el personal sanitario de una ambulancia intentaba reanimarlo con respiración artificial. Bach, gracias a su desarrollada visión, podía observar el espíritu del pescador flotando alrededor del cuerpo,



con lo que urgió a los socorristas a continuar con sus esfuerzos. Después de 2 horas la situación seguía siendo la misma, y poco se podía hacer para restablecer las constantes vitales del pescador accidentado, pero el espíritu seguía en el mismo lugar. Al cabo de 8 horas de incesante labor durante las cuales el cuerpo ganó cierta vitalidad y temperatura, y su rostro color, el espíritu decidió alejarse definitivamente de su vehículo físico. Sólo en esos momentos, Bach consintió que cesara la tarea de rescate, ya no tenía sentido seguir manteniendo ese cuerpo en estado de receptividad".

Nadie supo nunca, ni él dio alguna explicación acerca del porqué de su perseverante actitud durante el salvamento. Pero su acción le valió el definitivo respeto y lealtad de los pescadores y sus familias.

En 1932 regresa unos meses a Londres y abre una pequeña consulta. Allí, bajo los árboles del Regent's Park, donde solía pasar horas hasta recobrar el sosiego que la misma ciudad le quitaba, redactó el manuscrito de *"Libérate a ti mismo"*.

Ante la crítica e indiferencia del cuerpo médico, Bach resolvió comenzar la difusión masiva de su sistema de curación y anunció en algunos periódicos la existencia de los remedios florales. Esta acción no se correspondía con las normas legales que establecían el ejercicio de su profesión. Estaba al tanto de que tal actitud podía suponer que su nombre fuera retirado del registro del consejo Médico General. Aún así, para Edward Bach la opción era clara: el bienestar del que sufre estaba por encima de su renombre profesional.

Durante 3 años soportó ataques de diversa índole por parte del consejo Médico, hasta que en 1936 en una breve nota les comunica su deserción de la medicina ortodoxa. Bach sentía que nada iba a perder al renunciar a su nombramiento como médico. Desde 1928 había dejado de ejercer obedeciendo a los parámetros de la medicina formal. No prescribía más que remedios florales -que obsequiaba a sus pacientes-, sólo prestaba atención al estado emocional del paciente, y atendía



gratuitamente.

En 1933 amplía la serie de 12 remedios con cuatro esencias destinadas a equilibrar estados mentales de mayor arraigo que los anteriores: Gorse, Heather, Oak y Rock Water. En ese lapso escribe y publica el trabajo realizado hasta el momento en 3 artículos que llevan por título: *"Los remedios florales y sus indicadores"*, *"Los 12 grandes remedios y algunos ejemplos de su uso y prescripción"* y *"Los 12 remedios y 4 remedios menores"*.

En 1934, antes de abandonar Cromer, completa la serie de los 4 remedios menores con tres esencias más: Wild Oat, Olive y Vine. Al mismo tiempo concibe la primera versión del Remedio de Rescate, una fórmula indicada para casos de emergencia compuesto por Rock Rose, Impatiens, y Clemátide. Después añadirá dos esencias más al compuesto: Star of Bethlehem y Cherry Plum.

En Abril del mismo año se muda al poblado de Sotwell, en Wallingford, a una pequeña casa llamada Mount Vernon ⁽⁵⁾, su "único y verdadero hogar". Pasa los días embelleciendo y sembrando el abandonado jardín que ese año -a decir de sus vecinos- conoce la floración más hermosa de la villa. Restaura su interior y construye unos rústicos muebles de madera de roble que aún conservan toda su nobleza. Bach se sentía feliz y tranquilo de poder disfrutar de la serenidad del lugar y reconstituir sus fuerzas.

(5) Allí funciona actualmente el "Dr. Edward Bach Healing Center".

Allí reescribe *"Los doce remedios y los siete remedios menores"*, el bellissimo cuento *"La historia del caminante. Una alegoría de los remedios"*, y una serie de relatos breves sobre algunas de las esencias.



LAS ULTIMAS FLORES

Al tiempo que vislumbra la necesidad de ampliar su sistema terapéutico, comienza a entrenar a sus colaboradores -Mary Tabor, Victor Bullen, y Nora Weeks- en la atención de enfermos, dar respuesta a la abundante correspondencia y la difusión, pueblo por pueblo ⁽⁶⁾, del nuevo conocimiento.

La elaboración de los últimos 19 remedios fue radicalmente diferente a los de la primera serie: Bach descubre las nuevas propiedades terapéuticas sufriendo durante horas o días el estado mental y físico del remedio que iba a encontrar y una vez lo encontraba, sanaba. En tanto que, a excepción de White Chesnut, prepara las tinturas, no con el método del sol, sino hirviendo las flores y brotes que precisaba.

Entre febrero y septiembre de 1935 Bach completó su obra. Fueron 6 meses en los que vivió intensos padecimientos y severas enfermedades, pero él sabía que esa dolorosa condición era necesaria para guiar sus pasos hasta los nuevos remedios.

Soportó con verdadero valor y estoicismo los embates más crueles; erupciones virulentas, úlceras en las piernas, pérdida de cabello y visión, hinchazón y entumecimiento del rostro y abundantes hemorragias que lo dejaban sin fuerzas; o bien, contraía el estado mental o los síntomas físicos de algún paciente que, horas después, pasaría por su consulta.

⁽⁶⁾ Ofrecían amenas lecturas de los escritos de Bach en sitios públicos.



LA PARTIDA

De distintas partes del mundo llegaban cartas de personas que agradecían la salud recuperada o deseaban aprender el nuevo método y conocer a su creador. Pero el esfuerzo de los meses anteriores había sido muy grande, Bach estaba exhausto, y lentamente comenzó a morir.

Dejó de alimentarse, y la necesidad de guardar reposo crecía con el pasar de los días. Sin embargo, trabajó hasta el último momento para poner sus cosas en orden antes de su muerte que sabía próxima.

Puso en manos de Nora la elaboración y preservación del sistema floral, la atención de los enfermos y los escasos derechos de sus escritos. A propósito, escribe unas últimas líneas a su editor y amigo, Sr. Daniel, en los que establece esta cesión de beneficios y le encomienda la custodia de su trabajo con conmovedoras palabras:

"El Trabajo que he puesto en sus manos es un Gran Trabajo; es un Trabajo Divino,
y sólo Dios sabe por qué he sido apartado en estos momentos de continuar con mi
lucha por la humanidad que sufre".

Dando por concluida su obra se despide de sus ayudantes en una bella carta escrita pocos días antes de su muerte:

"Existen momentos como estos, en que uno espera una invitación a quién sabe dónde. Si esa llamada llega, les ruego, a los tres, que continúen con este hermoso trabajo que hemos comenzado. Un Trabajo que ha de quitarle a la enfermedad todo su poder; un Trabajo que puede liberar al hombre de su esclavitud".

Edward Bach fallece en el atardecer del día 27 de



noviembre de 1936, mientras dormía plácidamente.

Su ser, tan tierno como una flor, fue pródigo en bondad, inocencia y generosidad. Su maravilloso sentido del humor, el estilo franco y directo al hablar y su imposibilidad de lastimar u ofender al prójimo, hicieron de él una persona cuya pérdida fue dolorosamente sentida por quienes estuvieron a su lado.

Esta biografía es la de alguien que nos dejó su Verdad, que es también la de las flores, para partir a fusionarse con la Divinidad a quien dedicó su breve existencia en la Tierra... El resto, de nosotros depende.



"SALUD Y ENFERMEDAD PARA EDWARD BACH"

"La enfermedad es, por esencia, fruto de un conflicto entre el Alma y la mente".

Bach entiende por alma al lugar que alberga el mensaje de lo que estamos llamados a ser. El sitio en el que se inscribe el camino a seguir para nuestra evolución. Sendero que es imprescindible transitar ya que el Ser no es sólo un don que se nos hace sino una obligación que se nos impone.

Edward Bach nos dice que quien se interpone en el camino del conocimiento es la propia mente a la que entiende como una suerte de contenedor de nuestra personalidad, condicionamientos familiares y sociales y demás atavismos, la cual no tiene especial idea del proyecto que nuestra Alma desea realizar.

"...mientras nuestra Alma y nuestra personalidad estén en armonía, todo es paz y alegría, felicidad y salud. Cuando nuestras personalidades se desvían del camino trazado por el Alma, ya sea por nuestros deseos mundanos o por las convicciones de otros, surge el conflicto. Este conflicto es la raíz, causa de enfermedad y de infelicidad".

La persistencia en esta actitud determinará la aparición, en principio, de un síntoma psíquico negativo para luego instalarse en nuestro cuerpo a modo de enfermedad. Y nos dirá que

"...las primeras enfermedades reales del hombre son el orgullo, la crueldad, el odio, el egoísmo, la ignorancia, la inestabilidad y la codicia... estas son las auténticas enfermedades, siendo su continuidad y persistencia lo que precipita en el cuerpo los resultados perjudiciales que conocemos como enfermedad... el conflicto habrá de reflejarse en el cuerpo físico..."

Queda claro entonces que la lectura -en tanto decodificación de una serie de símbolos que incluyen un mensaje- de la



enfermedad que Bach realiza para detectar el remedio o esencia más apropiada, parte de la búsqueda del síntoma psicoemocional en desequilibrio y nunca de un diagnóstico orgánico (alergia, hemorroides, insomnio, SIDA...)

Bach, como correcto heredero de la sabiduría ancestral, reconocía que la enfermedad y su localización no es accidental sino que tiene que ver con una ley de producción del síntoma que es diferente en cada sujeto afectado, aunque sea por la misma enfermedad. Cada ser produce su propia y particular dolencia de acuerdo a como se exprese en la vida, y nos advierte:

"No nos fijemos en la enfermedad, pensemos sólo en cómo ve la vida el enfermo".

Un enfermo de sida no es igual a otro con el mismo mal, ambos comparten consecuencias similares pero la génesis de la patología puede ser notablemente distinta entre uno y otro. Depende de cómo se hayan conjugado factores que van desde su historia afectiva hasta su Karma personal, pasando por la forma de contagio y el modo en el que asume su actual estado.

Es a partir de esta singular cosmovisión, que se elabora el repertorio de esencias más adecuado para cada paciente. Lo mismo se aplica para todo tipo de enfermedades, ya sea el insomnio, las alergias o el cáncer.

No hay fórmula floral o esencia que puntualmente alivien tal o cual dolencia física. Esta lectura es sólo posible bajo el postulado de la farmacopea alopática que atiende al síntoma y no al ser que, en su integridad, lo produce.

Para Bach, como para Hipócrates, a quien retoma, no hay enfermedades, sólo un ser enfermo al que sus emociones han desquiciado y que, desde su campo emocional es menester entender.



LA CURACIÓN

Bach sostiene que son tres los elementos que intervienen en toda curación: el paciente, el terapeuta y las esencias florales, y que estos tres no son más que uno: el Poder de la Divinidad que mora en todo el Universo ya que

"..el Universo es Dios hecho objetivo."

Al efectuar esta apreciación el Dr. Bach se desmarca definitivamente de la medicina convencional, sosteniendo que la curación es un fenómeno metafísico -el alineamiento con el creador a través de la búsqueda en nosotros mismos de lo que no está de acuerdo con el Orden Cósmico- y no un fenómeno clínico, es decir, la supresión de la dolencia.

Para él, médico de consumada trayectoria, la ciencia médica no hace más que acallar la única voz de alarma del Alma: el Síntoma. Acción ésta que nos deja vacíos de conocimiento, porque la enfermedad siempre conlleva un mensaje que opera a favor del crecimiento interior.

Esta función trascendente que asigna a la sanación, se observa en cada uno de sus escritos y lo sitúan retornando a los orígenes de la Terapéutica (tradiciones Hindú e Hipocrática, por mencionar las que él cita) para quienes la enfermedad entrañaba la violación de algún principio universal, sobreviniendo la curación siempre y cuando se efectuara el "acto compensatorio". Esta acción de reparación es la que hay que descubrir con la ayuda del sanador o terapeuta, aquel que se instala entre la mente y el Alma del enfermo esclareciéndole a la mente lo que la Divina intención del Alma señala como necesario.

"No hay atajo para la humanidad. Hay que conocer la verdad".



EL PACIENTE

"Así pues, vemos que nuestra victoria sobre la enfermedad dependerá principalmente de lo siguiente: primero, hay que tener conciencia de la Divinidad que hay dentro de nosotros por lo tanto del poder de superar las adversidades; segundo, hay que saber que la causa básica de la enfermedad obedece a la falta de armonía entre la personalidad y el alma; tercero, tener la voluntad y la capacidad de descubrir el defecto causa del conflicto; cuarto, suprimir ese defecto desarrollando la virtud contraria."

Como vemos, Bach asigna una gran importancia a la actitud del que padece con respecto a su cura, solicita de él varias cosas: un profundo acto de fe, la creencia de que en él habita la Divinidad y por lo tanto el poder de sanar; un determinado grado de conciencia, para que sepa estar al tanto de que su enfermedad no es causa sino consecuencia de su contradicción interior; capacidad para realizar un autoexamen objetivo y certero; y tiempo y compromiso en el restablecimiento de su equilibrio.

Dice que de estas cuatro condiciones dependerá el triunfo sobre la enfermedad. Convengamos que no es poca cosa lo que se solicita al paciente. Bien sabemos los terapeutas lo importante que resulta, en todo proceso de restablecimiento de la salud, una actitud positiva e inteligente por parte del paciente.

No basta con tomar las esencias florales, Bach nunca así lo afirmó. Por el contrario, sólo operan si el territorio interior de cada uno está bañado, por así decirlo, de estas intenciones y resoluciones que él mismo especificó.

Creo que el sistema de curación formulado por Bach es verdaderamente simple, y lo que él pide a quien se acerca hacia él es igualmente sencillo, pero no pienso que sea fácil.



El compromiso que este sabio terapeuta solicita es arduo y difícil de asumir por quien no haya decidido reenfocar la mirada hacia dentro. Este simple gesto, el de la mirada interior, es el acto irreductible que separa al paciente floral del impaciente social, y que hace necesaria la presencia de alguien que lo acompañe en esa introspectiva: el terapeuta.

Ahora bien, esto del ojo interior, es a la vez la dificultad y la promesa que Bach nos ofrece. Dificultad porque son muchos los que habiendo sido atraídos por la sencillez del sistema, se olvidan de lo que les toca en responsabilidad: INVOLUCRARSE. Promesa, porque la revisión interna y la realización exterior siempre van de la mano.

Pocos sistemas de curación pueden asegurarnos lo que éste promete: la plena conexión con lo que deseamos -que no siempre es lo que creemos- y su realización. Aunque para que esto sea así dependerá del cumplimiento de una ética terapéutica: comprometer al paciente con su cura.

No podemos comenzar un tratamiento o autocuración, y esto es así en cualquier disciplina, sin especificarle al paciente con claridad que:

- a) de él depende su restablecimiento,
- b) en la producción de la enfermedad él es el único responsable,
- c) pedirle sinceridad consigo mismo, y
- d) constancia y compromiso.

"...para lograr una curación completa... tendremos que actuar nosotros mismos dedicando nuestra capacidad para suprimir cualquier defecto en nuestra naturaleza, porque la curación final y definitiva viene en última instancia de dentro."

La falta de compromiso en la autogestión de la salud emocional que necesariamente implica el cumplimiento de estos postulados es creer que se puede importar de las esencias el milagro que no estamos dispuestos a gestionar con ellas.



Hemos visto que paciente no es sólo el que padece, sino el que se sabe ganar un lugar dentro de la salud,
"...ya que son aquellos que se esfuerzan los que se curan, el tipo de personas que serían capaces de subirse a una escalera, si fuera necesario, para destacarse, porque la masa de los sufrientes es tan grande, que únicamente así podrán hacerse visibles por el terapeuta."



EL TERAPEUTA

Ahora bien, encuentro una profunda similitud entre el ideal terapéutico en Bach y el ideal chino de curación que llama la atención del Terapeuta sobre los siete niveles que toda sanación debe observar.

"Al primero le llaman nivel obrero, que consiste en curar de una sola enfermedad; es lo que haría un médico a nivel obrero. El segundo nivel es prevenir todas las enfermedades; ya no cura una sola enfermedad, sino muchas. El tercer nivel ya no es curar la enfermedad, sino promover la salud. El cuarto nivel es que tenga una vida más plena, dar más vida a los años y más años a la vida, o sea, longevidad. El quinto es ayudarle a vivir más plenamente, es decir, darle un sentido a su vida, al amor, al trabajo. El sexto es hacerle comprender la metafísica, el sentido total de la vida; ya no la cura estrictamente psicológica, sino una curación metafísica. El séptimo nivel es hacer del paciente su propio médico."

El séptimo nivel es aquel en que se produce la separación entre el paciente y su terapeuta que oficiaba, hasta ese momento, de "acompañante" en el camino de la sanación. Podrá ahora el paciente -que ya ha dejado de serlo- curarse a sí mismo, y Bach nos recuerda,

"...considero el deber y el privilegio de cualquier médico el enseñar a los enfermos y a los sanos a cuidarse por sí mismos."

Entonces colaborar para que el paciente sea su propio médico y ayudar a esclarecer el mensaje de la enfermedad es lo que Bach considera el arte de la curación y el camino evolutivo que la medicina debe seguir.

"Parece totalmente posible que el arte de la curación pase de mano de los médicos -a no ser que se den cuenta de estos hechos y avancen con el crecimiento espiritual del pueblo- a mano de las órdenes religiosas o a sanadores natos que existen en toda Generación, a los que les ha sido impedido seguir la llamada de su naturaleza ante la actitud de los



ortodoxos."

"Así pues, el médico (sanador, Terapeuta) del futuro tendrá dos finalidades que perseguir. La primera, ayudar al paciente a alcanzar un conocimiento de sí mismo y a destacar en sí los errores fundamentales que esté cometiendo, las deficiencias en su carácter que tenga que corregir y erradicar, sustituyéndolos por las virtudes correspondientes..."

Bach sienta cara a cara al paciente y al Terapeuta para que la fuerza del vínculo comience a actuar. Así es que mientras el primero va diciendo con la palabra y el cuerpo lo que le preocupa, el segundo recoge ese material con el que efectuará una doble tarea: 1º un diagnóstico que le servirá de base para encontrar las esencias adecuadas y, 2º una devolución aclaradora o aportación de un nuevo significado a lo dicho por el paciente, o una invitación a explorar el conflicto, aquello a lo que se refiere Bach cuando dice:

"Abrid los ojos al que padece y alumbrad la razón de su existencia."

Esta doble intervención asegura que el paciente vaya gestionando una mejor comprensión acerca de sí y su enfermedad. Asimismo la función de aclaración y/o resignificación por parte del terapeuta de lo que el paciente lleva a consulta, tiene un profundo sentido metafísico y su historia y ejercicio data de la tradición terapéutica de los Asclepiadas, de los cuales Hipócrates es heredero. Allí, el médico-sacerdote por medio de unos ejercicios adecuados le mostraba al enfermo cuál debía ser el acto que compensara la falta cometida, ya que sostenían que la verdadera curación siempre va acompañada de una amplificación de la conciencia, o lo que es lo mismo, la enfermedad abandonará el cuerpo al ser sustituida por la comprensión del error cometido contra la Vida.



LA PREPARACIÓN DEL TERAPEUTA

Pero para que los terapeutas obremos en ese sentido es menester una preparación que Bach solicita en su libro "Cúrese usted mismo", a saber,

1º "Que suprimamos de nuestras naturalezas nuestros propios defectos... que desde luego significará la victoria y luego, una vez liberados, estaremos en condiciones de ayudar a otros."

2º "...haber estudiado profundamente las leyes que rigen a la humanidad y a la propia naturaleza humana para así poder reconocer en todos los que a él acudan, los elementos que causan el conflicto entre el Alma y la personalidad."

3º "Cada caso requerirá un cuidadoso estudio y sólo quienes hayan dedicado gran parte de su vida al conocimiento de la humanidad y en cuyos corazones arda el deseo de ayudar, podrán emprender con éxito esta gloriosa y divina labor..."

Bach, en primer lugar, nos urge a liberarnos de nuestros conflictos, a atravesar alguna experiencia de curación de nuestra propia naturaleza, experiencia lo suficientemente prolongada y liberadora, tal que nos permita reconocernos por dentro.

Hoy en día a la expresión "suprimir nuestros defectos" la llamamos de distintas maneras: darnos cuenta, lograr una integración, disolver nuestra armadura, etc. Esto y más en el sentido de reducir la angustia, incrementar nuestra capacidad de frustración, dejar de representar roles más o menos estereotipados, para ser sencillamente nosotros mismos, y como paso previo a ayudar a los demás en la recuperación de su propio



ser.

Un terapeuta no podrá "ver" en sus pacientes aquello que mal advirtió en sí mismo. Estará condenado a ser sordo y ciego, ya que la vista y el oído se agudizan sólo con el ejercicio de volverlos hacia dentro. No hay mejor terreno de práctica para nuestra labor que la exploración de lo propio.

En segundo término nos recuerda cuán importante es el estudio profundo de las leyes que rigen la naturaleza humana para así tener mejor acceso a los elementos emocionales que son causa del conflicto. Bach nos remite al estudio del devenir emocional, a la comprensión de la legalidad de la naturaleza psíquica y espiritual. Nos invita a incursionar por la Filosofía, la Psicología, la Metafísica, la Botánica y la Astrología.

"Esencialmente existen doce tipos principales de personalidad... ellos nos indicarán el signo del Zodíaco en el que se encontraba la Luna en el momento del nacimiento. Un estudio de estos signos zodiacales nos aporta los siguientes conocimientos: 1) Tipo de personalidad; 2) El objetivo y la obra de su vida; 3) El remedio que le apoyara en la realización del trabajo de su vida..."

Volver a ser alumnos, nunca dejar de serlo, porque la humildad del que sabe que no sabe es la mejor escuela para un terapeuta.

Por último hace referencia al estudio minucioso de cada caso, al tiempo y al esfuerzo que debemos dedicar a la revisión de cada problemática. En este apartado también incluye una mención al núcleo de la labor del terapeuta, el eje alrededor del cual gira la eficacia terapéutica: la vocación de servicio.

En todos los que estamos en esta profesión habita, en mayor o menor proporción, un chamán, un sacerdote y mago que no es más que una figura arquetípica que en toda sanación se constela entre terapeuta y paciente.



Este es el sustrato mítico del cual depende la eficacia de la curación, y vive en el terapeuta bajo el nombre de vocación y en el paciente como fe en el que cura.

Sin embargo, conviene recordar que este arquetipo que se estructura en el transcurso de la cura, es patrimonio de la humanidad toda, y que la identificación con él -como con cualquier otra figura arquetípica- supone un enorme riesgo: la inflación egoica, el creer que tenemos el poder de sanar a otro. Sólo existe en la mayoría de nosotros la capacidad de curarnos a nosotros mismos, actitud que como hemos visto, es deseable que el terapeuta ejercite permanentemente, ya que habiéndola cultivado en sí mismo la podrá reconocer en su paciente y así ayudarlo en la evocación de sus propias fuerzas curativas.

La excesiva autoindulgencia y vanidad que el sanador albergue en sí mismo merced a la identificación con el arquetipo del curador, restará todo beneficio terapéutico. Cuando ello ocurre, él deviene en "consejero" o "maestro" colocándose en el sitio del que sabe de la vida del paciente más que el paciente mismo, y privándolo así del descubrimiento de su propio saber, eternizándolo en el tratamiento y contraviniendo la máxima terapéutica: "que el paciente sea su propio médico".

Hay diversas formas de cumplir con lo que Bach nos solicita para evitar riesgos innecesarios.

Actualmente es la Terapia Esencial la que se ocupa de dar cauce a este marco de necesidad -que, como vimos, Bach explicitó en su Obra y quehacer- ya que promueve el uso y elaboración de las esencias florales a modo de íntimo acercamiento hacia uno mismo y el ecosistema, enfatiza el autoconocimiento, propone técnicas de trabajo terapéutico psicoespiritual, subraya el "cuidadoso estudio de cada caso". De esta manera opera en tres niveles: sobre la tensión individual hacia la superación del yo (el sujeto "a solas" consigo), en la tensión comunitaria hacia la convivencia (el sujeto "en compañía") y en la tensión Universal hacia el encuentro con Dios (el Sujeto en Unidad).

Entonces estableceríamos distintos niveles posibles de



trabajo con las esencias:

Aquellas personas que desean conocer las esencias para aplicarlas en sí mismas y en sus seres queridos; aquellos que las utilizan como complemento de su particular labor terapéutica y tienen claro que no les interesa la remoción de lo emocional en sus pacientes, más que hasta un cierto punto; y otros a quienes interesa operar incisivamente en los planos psíquicos, seamos amas de casa, psicólogos o gastroenterólogos.

Cuando esto es así, y la revisión de las instancias psicológicas profundas es una auténtica necesidad para nuestro trabajo, no queda otra salida que hacer lo mismo por dentro, es decir tomar las esencias y atravesar alguna experiencia psicoterapéutica, dedicarnos a nuestra propia exploración interior para aprender de nuestra práctica y saber volcarla hacia los demás.

Bach fue un hombre que trabajó muchísimo consigo mismo, supo utilizar los elementos más poderosos que le dio su época: la Tarea Mazónica y la Labor Alquímica; a ello sumó una intensa actividad de desarrollo personal: la amplificación de sus cualidades extrasensoriales y la exploración de su mundo emocional que dieron como resultado su inapreciable legado.

Emularlo puede ser nuestro objetivo, disponemos de una enorme gama de posibilidades.



BREVE SÍNTESIS DEL TRABAJO POST / BACH. A LA BÚSQUEDA DE UNA NUEVA CIENCIA

Tras la muerte de E. Bach sus colaboradores Nora Weeks y Victor Bullen continuaron su labor en Inglaterra hasta mediados los años 70. Fieles a lo que el médico gales había dicho conservaron el sistema de 38 esencias y un Remedio de Rescate como base terapéutica.

En 1979 Richard Katz fundó en Norteamérica la Flower Essence Society (FES), el grupo de trabajo de la FES publicó datos acerca de diferentes métodos para el empleo de los remedios florales de Bach así como incorporaron nuevas esencias preparadas a partir de 108 nuevas plantas. Kevin Rierson junto a Gurudas y Katz canalizaron a través de sesiones para-psíquicas de grupo informaciones diversas sobre los mecanismos bioquímicos y energéticos sutiles de la acción de las esencias florales, sus posibles aplicaciones curativas, además de señalar direcciones a una futura investigación científica tendente a convalidar los datos ya obtenidos. En el libro "Esencias florales y curación vibracional" Gurudas aventura una deducción interesante al sugerir que quizás fue Rudolf Steiner quien inspiró a Bach induciéndole a emprender la exploración de las propiedades curativas de las flores. El famoso metafísico Steiner pronunció en Inglaterra una serie de conferencias sobre temas médicos, a las que Bach pudo haber asistido cuando era aún interno en prácticas.

Una vez sentados, en el libro antes citado, los principios básicos de la Medicina Vibratoria se desatendió en general el trabajo en la dirección de validar este método científico poniéndose el acento -en todo el mundo- en el paulatino descubrimiento de más y más esencias florales que enriquecieron, todas, las posibilidades terapéuticas del trabajo con esencias florales. No sólo eso, lo floral comenzó a contemplarse cada vez más como un negocio que movía ingentes capitales en todo el mundo.



Actualmente son escasas las zonas del planeta donde no se elaboran esencias florales: tan sólo en las zonas de fuerte influencia islámica -en las que el uso del alcohol (brandy) no está permitido-.

Hacia el año 1993 nos quedaríamos escasos si afirmamos que ya eran 5.000 esencias florales las que se habían elaborado.

En ese caso, en España, aparece el libro: "Fundamentos de Psicología Ecológica" hacia una terapéutica holística con las flores de Bach" que abre una nueva puerta a la comprensión del mundo de las esencias. Digamos que con Gurudas y su libro las esencias comenzaban a ser objeto de estudio científico-médico y que con este último libro podían serlo desde un punto de vista científico-psicológico.

En este libro y en su continuación "Fundamentos de Psicología Ecológica II más allá de las Flores de Bach", se detallan exhaustivamente tanto metodologías para trabajar y hacer seguimiento de los casos tratados con esencias florales como cuál es la comprensión de las mismas desde el punto de vista de la globalidad de la persona y de los mecanismos psicológicos que guían su conducta, así como la exposición de los principios de trabajo clínico con esencias florales (Terapia Esencial).

Desde esta perspectiva y a la vista del trabajo ya realizado, dos principios se imponen como básicos a partir de ahora dentro del mundo de aquellos que trabajan con esencias florales:

- 1.La integración y comprensión entre los diversos enfoques que se da al trabajo con esencias florales.
- 2.El desarrollo del respeto y la tolerancia hacia aquellos "hermanos en la esencia floral" que trabajan de manera diferenciada a la propia.

Podemos afirmar sin duda alguna que el cáncer más acentuado dentro de la esencia floral se extiende ante la



incomprensión, que como cruel metástasis, impide la conformación de la "Gran Unión Floral" parcelando enemistades irreconciliables.



ESENCIAS FLORALES: SU LUGAR TERAPÉUTICO

Ha llegado el momento de plantearse el significado que tienen las esencias florales a nivel humano y terapéutico en el difícil arte de ayudar a los demás.

En primer lugar, reflexionando sobre la evolución histórica antes trazada, resulta interesante cómo de ser un planteamiento absolutamente marginal y minoritario pasa, a lo largo de los años, a ser un fenómeno progresivamente más y más aceptado, cuestionado y cuestionador...

Ello opera, a nuestro parecer, según un proceso de selección natural. En un mundo donde abunda tanto descubrimiento inútil, que por arte de lo publicitario se convierte en artículo de consumo de masas, el legado de las esencias florales se impone a partir de la lógica propia de que "lo que es bueno, útil y persevera, triunfa".

Otra razón se anuda a la anterior para explicar el auge de las esencias florales: su universalidad y pluralidad. Pocos sistemas son tan versátiles como éste a la hora de un trabajo terapéutico: se pueden combinar con enfoques médicos, psicológicos y desde visiones e interpretaciones plurales. Útiles para un masaje, para terapias de desbloqueo, para trabajos de sanación espiritual, acupuntura, rebirthing, sexología, fisioterapia... Como buenos sustitutos de los fármacos de síntesis química, o complemento de los mismos... Como apoyo a los procesos psicoterapéuticos...

Podríamos afirmar que cualquier profesional que deseara incluir dentro de su esquema de trabajo las esencias florales para potenciar aspectos emocionales, de conciencia, sutiles, energéticos... podría hacerlo, aumentando y enriqueciendo, obviamente, el espectro de cuadros a tratar.

No sólo eso, cualquiera que deseara tomar las esencias



florales con la finalidad de aclarar problemas interiores o crecer personalmente, sin duda encontraría en ellas el oportuno servicio ya que son excelentes para el autotratoamiento.

Volviendo a su uso como complemento terapéutico podemos profundizar más en qué aspectos puntuales aportan las esencias florales a la medicina convencional, la homeopatía, la psicología y las medicinas alternativas.



ESENCIAS FLORALES Y MEDICINA CONVENCIONAL

Aparentemente incompatibles por concepción de lo que es la enfermedad y metodologías de trabajo, en la práctica cada vez son más los médicos con titulación académica y práctica ortodoxa que las usan. Sorprendentemente no son los médicos más jóvenes quienes trabajan con ellas, sino profesionales que después de numerosos años de práctica médica, casos tratados y centros hospitalarios atendidos llegan a un cuestionamiento más o menos profundo de su trabajo, de su vida interior y se abren a los remedios porque quieren aprender más. Es como si a estas personas, a través de este estilo terapéutico, se les hablara de una forma de atender a sus pacientes y de plantear la enfermedad que intuitivamente han sentido durante toda su vida, pero que jamás se han atrevido, por los prejuicios sociales y deontológicos, a plasmar en la realidad.



ESENCIAS FLORALES Y HOMEOPATÍA

Reconocidas como remedios homeopáticos las esencias florales aportan al homeópata mayor visión de lo emocional y sutilidad. Obviamente son muchos los homeópatas que las utilizan, con reservas algunos, pues, a veces resulta difícil comprender los rudimentos teóricos de la actuación de las esencias florales.

Sin embargo, en la práctica funcionan y por ello pueden ser útiles. Este es el razonamiento básico de un homeópata.

Es también cierto que a través de la metodología de asistencia con esencias florales se devuelve a la práctica homeopática algo que Hannemann jamás olvidó: la absoluta necesidad de escuchar y de hacer un acto de comprensión por y para aquel que sufre.



ESENCIAS FLORALES Y PSICOLOGÍA

Las esencias florales no sólo han dado una base teórica a un nuevo paradigma dentro de la Psicología: la Psicología Ecológica, sino que plantean modelos emocionales infinitamente más humanos y precisos que los que emanan del procesamiento de información con ordenadores o del farragoso psicoanálisis. Son cada vez más los psicólogos libres, no aquellos cautivos de una escuela o dogma, que las incluyen en sus terapias.



ESENCIAS FLORALES Y MEDICINAS ALTERNATIVAS

Usamos el término "medicina alternativa" aunque nos gustaría usar "medicina complementaria".

Aquí las esencias florales amplían el campo psicológico-emocional del tratamiento orgánico, devolviendo lo que nunca se debió perder: la noción de holismo o unidad psicoorgánica del ser humano. Queremos decir con esto que, en algunas ocasiones, se postula desde estas terapias un trabajo meramente corporal o sintomático sin buscar la etiología o causa última de la enfermedad que es en gran número de casos emocional.

La esencia floral ayuda en la vía de este trabajo más completo.



ESENCIAS FLORALES: DESARROLLO DE NUEVOS PARADIGMAS CIENTÍFICOS

"El pensamiento convencional es como un taladro que comienza a resonar en nuestro interior cada vez que intentamos pensar una novedad. Nos impide abrirnos y nos interfiere. Lo "nuevo" debe comprenderse en su idoneidad, no sólo como reflejo de lo "antiguo". Magritte, el ilustre pintor, afirmaba en su biografía: Cuando creo, yo pienso como pensando que nadie ha pensado antes que yo".



ACTUACIÓN DE UNA ESENCIA FLORAL: CONCEPTO FUNCIONAL/CONCEPTO CIENTÍFICO

Actualmente, en la comprensión del proceso de actuación de una esencia floral predomina un enfoque funcional: *"las esencias funcionan aunque no sepamos cómo..."*. Ello implicaría que su utilización se hace por motivos de fe o creencia: "creo en su efectividad"; de necesidad: "no tengo otro recurso mejor así que las utilizo"; o de presión comercial: "un representante, me las ofreció y las estoy probando".

Es deseable que, en un futuro, aumente la noción de seriedad y rigor a la hora de comprender los principios de actuación de las esencias. Ello implica hacer de ellas objeto científico con el fin de desvelar e investigar numerosos puntos oscuros y de hallar elementos explicativos para los mismos. Tales planteamientos nos conducirán, a la larga, a una nueva noción de lo que se entiende como Ciencia.

He aquí algunos puntos a investigar:

- El proceso de elaboración de la esencia.
- El proceso mediante el cual se trasladan al agua los principios activos de la planta.
- El origen de los mismos, cómo son sintetizados por la planta y cuál es la relación que existe con la conciencia humana.
- El proceso mediante el cual los humanos asimilamos los contenidos de la planta recogidos en la esencia.
- La relación existente entre plantas y humanos en ese Todo al que llamamos Gaia; Tierra.
- La evaluación empírica del efecto de una esencia.

Los conocimientos obtenidos se integran, en principio en dos nuevos paradigmas científicos: la Psicología Ecológica y la Medicina Vibratoria.

Así, mientras la Psicología Ecológica aporta el descubrimiento de los nueve Estilos de Comunicación de la conciencia humana con



la vegetal, a saber: impresionista, empaparse de emoción, empaparse de acción, simbólico-imaginativo, identificación, chakras y sensaciones fisiológicas, directo, ecléctico y espiritual; así como su descripción detallada y el cómo realizarla; la Medicina Vibratoria se ocupa de replantear el papel del agua como transmisora de principios activos energéticos/sutiles: cómo la flor, en su configuración y ordenamiento de pétalos, sépalos, corola, estambres y pistilos reproduciría "formas de consciencia energética universal" que al pasar al agua y ser ingeridos modificarían los patrones humanos en planos sutiles.

Sería deseable disponer de algún tipo de metodología que nos permitiera obtener una fotografía de tales formas -más allá de la Kirlian que tan sólo plasma lo energético-. Mientras llega, contamos con la sensibilidad de los pintores, capaces de plasmarlas desde su intuición y sutilidad interior.

Por otro lado, resulta significativo que la metodología mecánica no sea la más idónea para captar esta realidad y sí la pictórica-humana.

Ahora bien: ¿cómo asimilamos los humanos esos contenidos sutiles?

Ello implica dos conceptos:

1. La existencia de nuevas lógicas cognitivas humanas o estilos de pensamiento ecológico.
2. La comprensión de una nueva topografía del ser humano que contemplaría tanto el órgano, como la energía y la consciencia.

La modalidad más convencional de pensar la realidad se basa en dos principios lógicos fundamentales: en todo proceso hay una causa que motiva un efecto y dos cosas opuestas son incompatibles.

Estos dos principios lógicos nos distancian de lo que sería



una comprensión exacta de mundos sutiles como el de las esencias florales, pero me temo que también configuran toda la visión de la realidad de una gran parte de la Humanidad.

Me atrevo a decir que sólo trascendiéndolos en nuestro interior podremos entender algo de la Verdad.

Dos nuevos términos lógicos se atisban como alternativa a los antedichos.

El primero guarda noción con el término "sincronía" definido como nadie por Carl G. Jung en la introducción al I Ching, El Libro de las mutaciones, *"lo que interesa parece ser la configuración formada por los hechos casuales en el momento de la observación y de ninguna manera las razones hipotéticas que aparentemente justifican la coincidencia. En tanto que cuidadosamente, la mente occidental tamiza, pesa, selecciona, clasifica y separa, la representación china del momento lo abarca todo, hasta el más minúsculo y absurdo detalle, porque todos los ingredientes componen el momento observado"*.

A esto en Psicología Ecológica lo denominamos "pensamiento planar" y baste como prueba del mismo el hecho de que no podemos dar aquí una prueba del mismo porque se resiste a ser linealizado como lo son estas oraciones gramaticales que estoy construyendo.

El segundo es el de la compatibilidad entre opuestos. Quizás, y sólo quizás -porque no es verdad- pueda tener un coche y no tenerlo a la vez, depende de qué sea "tener" y "coche", pero sí es claro que podemos amar y no amar a la misma persona.

Este principio de unidad con el Todo ya fue claramente especificado por E. Bach, cuando hablaba de la relación entre enfermedad y distanciamiento de la Unidad.

Cada elemento, llevado al límite, guardaría en sí los términos de su propia contradicción.



Dicho esto zanjamos la cuestión afirmando que estamos desarrollando esquemas científicos de trabajo que nos permitan asimilar teóricamente estos presupuestos y llevarlos a la práctica.

Ésta será en un futuro una de las más interesantes vías de acceso a la comprensión de este mundo de la esencia floral.

Para poder probar todo lo antedicho parece necesaria una verificación empírica de los efectos de una esencia floral. Dado que carecemos de instrumentos de medida lo suficientemente sutiles que permitan verificar cambios inducidos en un campo biológico humano por una esencia -aunque ya no estamos tan lejos de ello con aparatos como el M.O.R.A.- podríamos efectuar valoraciones conductuales mediante la evaluación de modificaciones en algunos patrones biológicos: la dilatación pupilar, el latido cardíaco, el nivel de sudoración... Experimentos realizados en condiciones científicas "óptimas" en este sentido alejarían definitivamente el fantasma de que las esencias son un mero placebo y nos permitirían descubrir con más discernimiento sus utilidades.

Ello será, en un futuro, tarea de los dos nuevos paradigmas científicos que trabajan en esta dirección: la Psicología Ecológica y la Medicina Vibratoria.

JOSE SALMERÓN



EPÍLOGO:

*...Porque Salmerón sólo conoce una gota de la vida;
pero es una gota importante.*

"MENSAJE DEL MÁS ACÁ"

...Porque Salmerón sólo conoce una gota de la vida; pero es una gota bachiana (¡¡ qué palabra!!). Conoce que yo, Edward Bach, en mi trabajo no sólo aspiraba a escribir un sistema terapéutico sino también una ética.

En el mundo en el que ustedes viven, tan confuso, las personas directivas han perdido, en general, todo sentido de la proporción. Confunden los bienes materiales a conseguir con los seres humanos que los producen. Para ellos ha llegado un punto en que es casi lo mismo.

Por eso su mundo es tan terrible.

La psiquiatría ha favorecido una imagen del ser humano compartimentado y carente de sustancia espiritual.

Cuando las esencias florales se desproveen de su sustrato de amor y pasan a ser "pastillas" para eliminar síntomas ustedes están haciendo algo análogo a lo anteriormente citado.

La humanidad no necesita sólo curación, ni siquiera sanación, necesita básica y únicamente autoconciencia.

Si ustedes agotan los últimos recursos naturales y biológicos que les quedan, que son las esencias florales, de forma "alopática" habrán acabado con un pequeño sueño de un gran hombre: Edward Bach. (Y quizás con un planeta).

Actualmente no se puede decir que nadie sea plenamente representante de la Esencia Floral. Por inexperiencia o rivalidad todos, decimos todos, quienes trabajan con este sistema están en una medida u otra equivocados en el fondo o la forma.



Salmerón es nuestro mensajero porque él canaliza muy bien.

No tiene muchas cosas que contarles, pero sí mucho que sentir con ustedes.

Firmado:

Mensajeros del Cielo y Edward Bach. Mensaje y saludo para Méjico.

(Se lo explico)

Desde que hace algunos años comencé a elaborar esencias florales voces y seres de luz colaboran conmigo. Edward Bach, de forma primigenia, hizo su aparición como entidad etérea y me guía.

Les aseguro que no les pido que me crean.

(A veces no me lo creo ni yo.)

Se lo digo sólo a título informativo.

Esto es todo; amigos.

*Mi agradecimiento a José M^a Bonilla García;
poeta entrañable que me permitió transcribir sus poemas.*

*Y a Susana Veilati;
por el derroche de generosidad que ha tenido en su texto.*



CURSO FLORES DE BACH Y TERAPIA ESENCIAL OPEN BACH

Impartido por
Centro Edward Bach de Madrid
www.centroedwardbach.com

**Reseña histórica:
Edward Bach, su vida,
descubrimientos y maestros:
Hipócrates, Paracelso y
Hahnemann**



RESEÑA HISTORICA: EDWARD BACH, SU VIDA, DESCUBRIMIENTOS Y MAESTROS: HIPÓCRATES, PARACELSO Y HAHNEMANN

De estos personajes históricos, subrayamos aquellos aspectos que guardan relación con el planteamiento teórico de Bach:

Para la Terapia Esencial lo que nos interesa, ante todo es su dimensión humana, de ahí el apartado, De Copas...que invita a ver una persona donde se suele ver un personaje estereotipado. Este aprendizaje es importante a la hora de percibir la realidad Esencial.



ESENCIAL HIPOCRATES (460 a.C. a 377 a.C.)

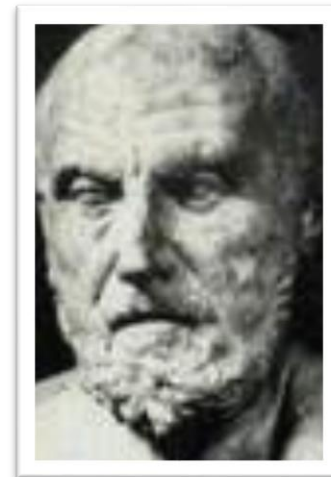
1.- El cuerpo tiene en si mismo una tendencia a la recuperación.

2.- No hay enfermedades, hay un individuo enfermo.

3.- La naturaleza cura " per se ". La alimentación es fundamental.

4.- La enfermedad es fruto de un error cometido, ayuda a darse cuenta de los errores cometidos en tu conducta.

5.- El papel del Terapeuta es fortalecer la ayuda curativa de la Naturaleza (externa) y la naturaleza (interna). La curación es espiritual.



DE COPAS: sin dudas, los Griegos han sido uno de los pueblos más hedonistas que han existido, lee el Banquete de Platón y compruébalo, todo era así en plan orgía, muy mezclado y distendido. En la diversión eran también muy selectos y poéticos.



ESENCIAL PARACELSO (1493-1541)

1.- Paracelso fue un investigador nato de la naturaleza. Generó la doctrina de las **signaturas**, según la cual cuando una planta se asemeja a un órgano humano es probable que tenga un efecto terapéutico sobre ese órgano.

2.- La curación es un fenómeno energético. La vibración de las plantas armoniza la humana.



3.- Su mayor aportación a Bach radica en el cultivo de la cuidada observación del mundo vegetal y la expectativa de que ese cuidado esfuerzo genera comunicación entre el investigador y la planta de tal manera que la planta acaba, por así decirlo, revelando sus secretos al paciente observador.

4.- **Alquimista.** La enfermedad causada por: influencia de los astros, medio ambiente (alimentación), complexión del individuo, factores espirituales, Dios-Karma.

DE COPAS?: sí, te podrías ir de copas con Paracelso y pasártelo fenomenal. O acabar en la cárcel con él. Personaje polémico donde los haya, generó a su alrededor tanta trifulca que viajó por toda Europa constantemente perseguido por la ley.



ESENCIAL HAHNEMANN (1755-1843)

1.- El genial e intuitivo, a la par que paciente experimentalista Hanneman observó que determinadas enfermedades cursaban sintomáticamente de manera análoga a los efectos somáticos de tomar determinadas plantas.

A partir de ahí extrajo su conclusión: lo similar cura lo similar. Lo negativo cura lo positivo.



2.- Influyó a Bach durante muchos años hasta que Bach se desmarca del pensamiento de Hannemann y genera su propia máxima: lo positivo genera curación positiva.

3.- En la actualidad, a nivel oficial se tiende a confundir el trabajo de Bach con la Homeopatía por razón de registros legales...Pero Bach mismo puntualizó esa diferencia con claridad.

DE COPAS?: dudo mucho que Hannemann tuviera tiempo para esas cosas. Dedicó una enorme cantidad de tiempo de su vida a la experimentación, escribir y generar casuística. Fue un genio enciclopedista de su campo, un erudito y un hombre muy sabio. Si le arrancarás para irte de copas seguro que te hablaba de sus traducciones...Un tema apasionante, sin duda...(Sin embargo, si miras su foto es verdad que parece muy simpático)

👉 Para una información mas exhaustiva sobre ellos mírate el libro **“Historia de la terapia natural: desde Grecia hasta nuestros días. El legado de Hipócrates”** de Pedro Quiñones. Un libro imprescindible.



¿ EN QUE SENTIDO SE PUEDE DECIR QUE FUERON MAESTROS DE BACH ?

Es obvio que Bach conoció la obra de los tres, al igual que la de Rudolf Steiner, que enfatiza al igual que Freud, en cierta medida, que el ser humano es un ser escindido y que su recuperación pasa por armonizar polaridades internas. Armonía Mente-Alma diría Bach.

No obstante en lo que se refiere a la elaboración y su relación con las plantas Bach se parece inicialmente más a Hahnemann para acercarse cada vez más a Paracelso...de hecho parece ser, según las últimas noticias aparecidas en El País, que Bach se dejó larga melena y barba tipo hippy durante los dos últimos años de su vida...Su relación fue cada vez más directa y menos académica.

(También en parte porque fruto de sus problemas desde 1933 con el Colegio de Médicos se da cuenta que jamás reconocerán su nueva modalidad terapéutica, sobre todo porque no le entienden y además porque él habla de que se quiere formar a cualquier persona, no sólo a licenciados en medicina, esto, por mucho prestigio que hubiera acumulado durante su época londinense era más de lo que cualquier colegio profesional podía soportar)

En su relación sanadora directa con los pacientes es como un médico de cabecera, de cuando había médicos de cabecera, confiaba mucho en preparados de los remedios en emplastos y cataplasmas sobre la piel además de las gotas sublinguales y capacidades curativas con sus manos...friegas y masajes, aunque también me lo puedo imaginar un poco como un sanador a lo Colin Bloy...

Sin embargo no son estrictamente Maestros, sino más bien influencias. En la época verdaderamente fértil de Bach no creo que él buscara más inspiración que la Divinidad y la Naturaleza. De hecho sus libros y opúsculos son parcos en bibliografía, y no creo que fuera sólo porque como andaba medio arruinado quisiera ahorrar páginas.

El trasciende todo conocimiento y entra abruptamente en



la Vida y la Pasión de un descubridor con plena confianza en si mismo, en sus remedios y en su enfoque...

No hay que mistificarlo. Pagó un alto precio por ello, muere a los 50 años, muy joven en realidad, pero quizás por eso le recordamos tanto hoy...

Hay algo en realidad del Karma de la Humanidad que él echa sobre sus espaldas, karma futuro...ya que él plantea de forma clara e inequívoca la coexistencia de necesidad de evolución emocional y espiritual como forma curativa muchísimo antes de que personas como Louise Hay lo retomen casi 40 años despues e incluso mucho antes de que escuela de Psicología alguna lo formule...

De hecho, este concepto de Bach, tan Universalmente aceptado de forma intuitiva hoy por todos aquellos que no están cegados por la ciencia y que dedican algo de su tiempo al autoconocimiento sigue siendo rechazado por todo el stablishment de la medicina...y de buena parte de la Psicología.



CURSO FLORES DE BACH Y TERAPIA ESENCIAL OPEN BACH

*Impartido por
Centro Edward Bach de Madrid
www.centroedwardbach.com*

Situación de las flores de Bach en el contexto de la Medicina, la Psicología y otras vías de conocimiento



SITUACION DE LAS FLORES DE BACH EN EL CONTEXTO DE LA MEDICINA, LA PSICOLOGIA Y OTRAS VIAS DE CONOCIMIENTO

ESENCIAL MEDICINA

Las Flores de Bach son lo que podríamos denominar una medicina sutil o medicina dulce. La posibilidad de ser asociadas a las sintomatologías a los estados emocionales (ver trabajo de Louise Hay) les abren la puerta al trabajo de apoyo sobre dolencias y enfermedades orgánicas.

Debe quedar claro que no es este el enfoque que diseñó Bach, que no nos cansaremos de repetir fue psico espiritual, pero es un enfoque valioso e interesante sobre todo en combinación con otras modalidades terapéuticas.

En este sentido las Flores de Bach pueden ser combinadas incluso con fármacos convencionales, para minimizar efectos secundarios emocionales en tratamientos agresivos, con homeopatía, que con frecuencia se llevan a las mil maravillas, con cualquier terapia médica energética (ver el trabajo de Richard Gerber: la curación energética), con terapias de medicinas naturales, cualquier trabajo sobre la piel del individuo se verá potenciado y enriquecido por las esencias florales: masajes, tapping; etc. Dietmar Kramer, también, nos ha mostrado la posibilidad de localizar determinadas zonas unilateralmente unidas a esencias puntuales (ver el libro: Mapas Corporales de las Flores de Bach).

Obviamente para utilizarlas en este sentido se requiere cierta especialización y un conocimiento de la utilidad de cada esencia.

En España el aumento de su utilización en los últimos 10 años ha sido vetiginoso hasta el punto de que en cualquier curso de cualquier cosa resulta difícil que no haya en el temario unas líneas más o menos doctas sobre las esencias florales...



ESENCIAL PSICOLOGIA

Por el contrario los psicólogos poco han avanzado en este campo en estos últimos años. Siguen sin conocerlas, sin interesarse por ellas y con un desprecio e ignorancia poco comunes.

Hacen mal, ya que, como he podido comprobar día a día en mi consulta profesional, las Flores de Bach ayudan y complementan muy bien la elaboración por parte del paciente de los contenidos hablados en la consulta, potenciando su resolución, dando pautas al cliente claras y ayudándole a tener presente durante el tiempo que transcurre hasta el siguiente encuentro la dimensión terapéutico emocional en lo cotidiano.

Las descripciones de Bach se acoplan perfectamente al conocimiento de todas las psicologías que aceptan la posibilidad de cierta introspección por parte del individuo. Psicoanálisis, gestalt, PNL... hasta el punto de que hay que tener cierta precaución para que no fagociten con sus esquemas teóricos la pureza y simplicidad del enfoque de Bach.

Mis textos de Psicología Ecológica, buscan en este sentido acoplar el paradigma psicológico al de la flores. Aún en desarrollo, la Psicología Ecológica está disponible para todos los profesionales que quieran beber de sus fuentes...



ESENCIAL OTRAS VIAS DE CONOCIMIENTO

Tarot, numerología, caracteriología del rostro, astrología, en fin, una infinidad de disciplinas más o menos esotéricas escogen las Flores de Bach como referencia, apoyo, elemento a considerar ...

Eso obedece a una necesidad social, que ha aumentado considerablemente en los últimos años de autoconocimiento por vías paralelas.

En general los profesionales de estos campos suelen hacer un diagnóstico basado en el conocimiento inherente a su disciplina para ofrecer a continuación un remedio floral que corrija el desequilibrio detectado.

El pueblo tiene la palabra en este sentido, y puesto que él demanda estos servicios con avidez nada más tenemos que decir al respecto.



ESENCIAL FUNDAMENTOS DEL SISTEMA MEDICO DE BACH

A mi entender hay que citar como elemento más importante y renovador a la hora de considerar una base explicativa del por qué las esencias florales tienen su efecto: el trabajo del japonés **Masaru Emoto y sus fotografías de la estructura del agua.**

Esta prueba “ fehaciente ” ha venido en los últimos años a testimoniar cómo palpablemente el agua crea estructuras diferenciadas según el remedio floral preparado.

Otros pensadores como **Jaques Benveniste y su hipótesis de la memoria del agua**, la teoría hannemaniana de las potencias de las plantas e incluso el diagnóstico por testaje energético con aparatos se ven enriquecidos en sus planeamientos por la demostración de Emoto...y viceversa...pero si por científico denominamos “ palpable ” deberemos convenir que una fotografía lo es más que cualquier consideración teórica, y que las fotos de Emoto son un aporte inmenso a la única técnica existente anteriormente: la **foto Kirlian.**

Lo que se nos demuestra globamente desde estas perspectivas es que, de una manera u otra, el agua porta ciertas formas gestálticas y energéticas resultado de su contacto con el sol y las flores. Estas formas interactuarían con las estructuras celulares del organismo, informándolas de ciertos cambios o modificaciones plausibles.

Las células tomarían nota de ello y paulatinamente el cuerpo se iría corrigiendo o impregnando de este material psicoespiritual.

Este apasionante tema está todavía pendiente de investigación profunda y seguro que nos deparará muchas sorpresas.



ESENCIAL DINAMICA HUMANA Y ORIGEN DE LA ENFERMEDAD

Si las esencias de Bach pueden hacer este trabajo es porque operan sobre un material moldeable: el organismo humano, vinculado a una mente dual a la que transmiten Unidad.

No hay libro mejor para entender la dualidad del ser humano que **El Viaje de Teo, de Catherine Clement**, libro que recomiendo encarecidamente a todos aquellos que deseen comprender mejor cómo el fenómeno de la curación y la terapia es un Universal que varía según culturas, religiones, creencias y que con total frecuencia se imbrica y relaciona con las mismas.

Este libro abre la mente, es de lectura sencilla y de un gran entendimiento y saber.

Otro clásico es: **El Médico, de Noah Gordon**.

En ambos se transmite esencialmente lo mismo, aunque su temática y localización geográfica del desarrollo de la novela son totalmente diferentes: el ser humano es un gran misterio para sí mismo y quien desee conocerlo dentro de la vocación de curar, sanar, ayudar...debe adquirir una óptica y disposición vocacional constante, una apertura de mente y cierta capacidad de razonamiento y creación interna de intuiciones reveladoras de por donde van los tiros. De la enfermedad o dolencia.

Siempre he sido de la opinión de que, aun habiendo libros sobre Flores de Bach de gran valor, no es en ellos donde se debe beber como fuente exclusiva de aprendizaje: la literatura, la poesía, los buenos libros adecuadamente asimilados son óptimas formaciones para mentes capaces de individuarse y salir de la masa amorfa del pensamiento televisivo contemporáneo.

Igualmente, les sugiero que, sin ser dogmático ni mucho menos, mientras dure su aprendizaje en el presente curso extremen sus precauciones sobre el tiempo y visionados que realizan por televisión con el fin de que minimicen los estímulos externos que les impiden interiorizarse, conectarse consigo



mismos y reflexionar personalmente.

Volviendo al asunto que nos trae.

Sobre el ser humano, inserto en un espacio tiempo singular y sometido a las limitaciones de su dualidad interna emocional, de la dualidad interna de su propio lenguaje, cargado de ambivalencia y segundos significados, las Flores de Bach insertan hologramas interactivos cargados de "buena forma" de contenido ecológico amplio y universal que va a contribuir a informarle al individuo de que su problemática, en un nivel más amplio, tiene solución, siempre la tiene ya que vivimos en contacto con un Uno, una Unidad fundamental autogenerada que no tiene conflicto, aparente, para el que no tenga solución, a un nivel global.

Esto que parece algo complejo se entenderá fácilmente con un modesto ejemplo: para un niño un simple cálculo matemático básico puede ser dificultoso. Ello genera conflicto en su interior y a su alrededor...los padres se enfadan, él se siente mal...Esto es, moviliza de forma operativa su sistema emocional.

Bien, imaginemos que alguien/algo habla susurrando a su interior, a su nivel más profundo, a su inconsciente, a su energía...una voz que ni escucha pero queda grabada subliminalmente en el fondo de su alma o parte anímica, diciéndole sencillamente: la solución viene en camino, esto tiene solución.

Si se fijan en la tabla emocional, la esperanza/satisfacción es el punto clave de inflexión entre la Frecuencia Alta y la Baja...Bien, esa labor de reequilibrio positivo es la función primaria básica de las Flores de Bach...por eso las personas las utilizan tanto: en el mundo en que vivimos este cambio es fundamental: ¡ en todas las áreas que imaginen !

Un deportista sólo puede rendir en función de una meta, ahí lo tienen. Una persona sin trabajo sigue adelante en virtud de cierta esperanza; otro ejemplo...Y así sucesivamente.

Bach era muy claro al respecto. Sus flores aportaban



el camino que conducía desde la mente hasta el alma...en su reencuentro. En esta búsqueda esencial.



**CURSO FLORES DE BACH
Y TERAPIA ESENCIAL
OPEN BACH**

*Impartido por
Centro Edward Bach de Madrid
www.centroedwardbach.com*

**Trabajo terapéutico con
esencias florales**



INTRODUCCIÓN: "HOMENAJE A E. BACH"

Hablar de E. Bach y las esencias florales, hoy en día, es indagar sobre la inmensa paradoja que representa el hecho de que, un sistema terapéutico (que pasó desapercibido en la época de su creación y fundamentación), casi 60 años después tenga un auge inusitado: cada vez interese a más personas de distintas áreas del saber, se publiquen abundantes textos al respecto, se comercialicen de forma numerosa distintos grupos de esencias florales y, sin embargo, para otros núcleos muy abundantes de población siguen suscitando la mayor de las desconfianzas.

Aun diría más, desconfían, en su razón, muchos de aquellos que en su corazón las aman y difunden.

Con respecto a Edward Bach podríamos decir que nada hay tan controvertido como no ser controvertido y dejar, no obstante, una obra a la posteridad de innegable valor humano, psicológico y médico. En ese orden, me temo.

No podemos afirmar taxativamente que el insigne galés Edward Bach no fuera polémico a lo largo de su vida -famoso en su contencioso con el colegio de Médicos Inglés cuando le amenazaron con retirarle su licencia si seguía ejerciendo, a lo cual él se negó; al menos, tres veces- pero comparado con otros personajes como Paracelso, Hannemann, incluso Freud fue mucho más "ruidoso" y polémico.

Bach jamás quedó privado de su licencia, pero aunque así hubiera sido lo cierto es que su rango de universalidad le habría hecho ser reconocido, antes o después, por su magnífica contribución al arte de la terapéutica.

El hecho de que su trabajo y el de sus sucesores alcance hoy tal riqueza y eclosión, se debe a algo que podríamos denominar "razón histórica". La historia, el hombre y la naturaleza acaban valorando con el tiempo aquello que tiene real valor despojando la "paja" de las modas e intereses superficiales de cada momento histórico.



De hecho, desde cierta perspectiva, es increíble que hoy estemos tantos interesados en las Esencias Florales en vez de haber sido una fugaz contribución de un ignorado terapeuta, desaparecido y olvidado, tragado por el ingente mar de la ignorancia.

Pero también ocurrió esto. Entre 1936, fecha de la muerte de E. Bach y el "renacimiento" de esta terapéutica casi nadie quiso oír hablar de Esencias Florales ni de nada que se le pareciese.

Mucho ha llovido desde entonces y actualmente encontramos que hay una gran proliferación de personas que trabajan y elaboran, no sólo las esencias que nuestro homenajeado nos legó, sino otras muchas. Nuestro respeto hacia ellos ante todo.

Labor de las compañías de esencias es vender, labor de los elaboradores, elaborar lo mejor posible e innovar, y labor de los terapeutas seleccionar lo que necesitan para ayudarse y ayudar a los demás.

Yo lo que puedo decir, a título personal, es que la lectura de quien fue E. Bach en su biografía me guía, me ilumina y me da pautas para saber cómo hacer mi trabajo.

Me resulta sencillamente conmovedora y por ello le rindo homenaje, con cariño, que no con admiración, al igual que lo hago cada día con cada persona que, en la calle o en la vida me transmite algo hermoso para seguir viviendo en paz.

Descansa, Edward. Seguimos adelante.



I. FUNDAMENTOS DEL TRABAJO TERAPÉUTICO CON ESENCIAS FLORALES (TERAPÉUTICA ESENCIAL)

a) La metáfora de la elaboración

En un pequeño intento de salir del tópico, voy a intentar describir el proceso inherente a la terapéutica con esencias florales como fiel reflejo de lo que es su elaboración. Esto nos hará percibir la idoneidad de esta terapéutica diferenciándola de cualquier otra, pero con puntos en común.

Veamos:

Para elaborar una esencia floral se necesitan flores, un cuenco, agua y brandy. Una determinada disposición anímica de quien va a realizar la elaboración, es posible que algo de sol y quizás algunos cuarzos (o quizás no). También hay personas que necesitan tijeras para cortar las flores y es posible que algunos filtros y un poquitín de "magia".

Se cortan las flores, se ponen en el agua, se solean, se recoge la mezcla: sol/flor/agua y se fija con el brandy (u otro preparado). Se embotella en frascos color caramelo (casi siempre).

Lo que se ha recogido es una síntesis integradora: no es sólo sol, pero lleva sol, no es sólo flor, pero...

Posteriormente se hacen diluciones con efectos terapéuticos psicológicos y/o orgánicos (psicorgánicos).

Metáfora de esto es el trato al cliente.

Quien recibe (terapeuta, pediatra, médico, psicólogo; profesional de la salud en definitiva), recoge las flores de manos del cliente (su patología, enfermedad, lo que le trae...) y a través de su trabajo (dependiendo de su profesión) sabrá insuflar la cantidad de agua y sol a las flores como para que estas se hagan más hermosas a través de su transformación. (Habrán también quienes no cojan las flores sino sólo su energía, a ellos alcanza



también la metáfora).

Finalmente quien recibe (el cliente) llevará a su casa tal combinado, quedando satisfecho o no del trabajo realizado en función de su criterio.

Quien da, se habrá ocupado igualmente de fijar su trabajo (labor del brandy) de manera que al otro le sea provechoso.

Esta metáfora no sólo es hermosa por lo que describe sino por lo que implica a nivel de lo que "queda fuera" del trabajo. Lo que no es pertinente.

1. Las flores no se machacan. Se suelen coger sin separar pétalos y sépalos (globalmente). La dulzura es imprescindible.
2. Quien recibe debe estar formado y preparado para ello. Tener cualidades y haberlas cultivado (igual que la planta tiene sus cualidades y no otras y la naturaleza las cultiva con sabiduría y esmero).
3. No hay máquinas, de momento, para recibir. Lo hacen seres humanos.
4. El agua podrá variar en su calidad o tipo a gusto del que recibe; pero es agua y no otra cosa. (El agua es la emoción vibrante que fluye o se bloquea. Cristalina). El agua del que recibe debe ser pura: en ella se van a depositar las flores del que da. El salario del que recibe depende de la pureza de su agua; pero no sólo.
5. El sol (la vibración que sintoniza e irradia la mezcla) va a depositar la tradición escolástica del que recibe para catalizar (por eso el sol tiene siete vibraciones y cada escuela tiene sus propias técnicas y maneras de insuflar su saber).
6. El cuenco es el hábitat, espacio vital o ecosistema.



Representa el respeto a que cada ser humano sea tratado como perteneciente a su cultura.

7. Cuencos, agua, brandy, cuarzos y tijeras, al igual que el sol, son optativos. Pero sin flores es imposible.
8. El resultado es más que la suma de las partes, es otra realidad. Pero las contiene a las partes en sustancia.
9. Paradójicamente: el que recibe da y el que da recibe. Y no es esta la única paradoja.
10. Tratar a la persona y no a su enfermedad. (*¿Pero qué es una persona? Tratemos sus flores. Es decir, hagamos un trato con ellas*).

Tratar la causa de la enfermedad y no su efecto. (*¿Pero cuál es la causa, hay tantas escuelas...?*).

Conservemos la inocencia, dejemos un espacio para seguir desconociendo. ¿Quién quiere saberlo todo?...

Estos diez mandamientos se resumen en dos:

- *Una esencia floral es una esencia floral y no otra cosa.*
- *Dios también es chamán y como tal, acecha.*

b) Disposición anímica del terapeuta/elaborador

Coherencia, ante todo, con el propio proceso personal.

No se pueden elaborar/"terapizar", flores/dolencias, fuera de un cuenco. El cuenco es el sustrato, la infraestructura material.

El que recibe/elabora debe conocer su cuenco, sus cuencos y cómo estos reciben las diferentes variedades de flores.



El cuenco es también la mente que recibe la palabra, las manos que presionan sobre la zona dolorida, las yemas de los dedos que irradian energía... La casa donde trabajas, el sillón donde te sientas, la luz que hay en tu despacho, las plantas que hay en la sala de espera...

Las flores siguen siendo lo que traen tus clientes y si no tienes un cuenco para ellas déjalas pasar; otro quizás las tenga.

Si te das cuenta de que te faltan cuencos: trabaja tu mente, trabaja tu espacio, trabaja tus manos...

Las células de los cuencos están entretejidas del trabajo sabio sobre uno mismo y sobre lo que a uno le rodea...

Trabaja tu agua, trabaja tu brandy, trabaja tu sol...

Cuando sientas que puedes colocarte ante una flor y sentir que es una expresión más de ti mismo; pero no sólo... Habrás conseguido ver la flor de tu amigo/cliente como una expresión de algo suyo; pero no sólo...

Te sentirás flor y amigo y reconocerás en otros su ser en flor.

Esa es la disposición anímica. Coherente, ante todo, con el propio proceso personal.



c) Cómo reaccionar ante el que no esté de acuerdo

Nadie está en la obligación de prestar sus flores a otro para que las elabore. Las plantas son libres.

La ética se debe sostener sobre el esquema de trabajo. No le debes dar a alguien Agrimonia si la necesitas tú más que el otro. Salvo que tengas una razón de peso.

Otra ley: las razones de peso erradas caen por su propio peso (esta es la ley de la gravedad; esto es, de las personas graves...).



II. FUNDAMENTOS DE TRABAJO TERAPÉUTICO CON ESENCIAS FLORALES (BREVE DIARIO DE UN TERAPEUTA ESENCIAL)

(...) Delimitar con precisión el trabajo que uno realiza, diferenciarlo de otros y hallar causas en un ejercicio que implica bajar a las raíces y detallar las fuentes en las que uno bebe.

Mi máximo inspirador en lo que hace a esencias florales es Edward Bach. Me trae sin cuidado que se piense que su lenguaje es en exceso paternalista o místico: creo que hacen falta buenos padres -justos y comprensivos- y el misticismo me ha atraído por naturaleza desde pequeño. Quizás este mundo concreto y tangible se me queda pequeño y sin explicación si en otra realidad paralela no existe algo menos contradictorio, más puro y hermoso.

Esto no me lleva a desear una fuga ingenua a tales lugares o experiencias espirituales sino a pensar seriamente que con el suficiente trabajo, adecuadamente dirigido, se podría hacer un mundo donde lo sublime -lo auténticamente sublime- se manifestara para gozo de la humanidad.

En mi país llaman a esta filosofía ser un idealista. Algo que a muchos no gusta porque piensan que aliena a las personas cuya única misión en la vida debería ser trabajar, procrear y ganar dinero.

(Unos pájaros silban cerca de mi despacho-mazmorra madrileño como queriendo darme la razón; o quitármela vaya usted a saber).

Yo pienso que se puede trabajar, procrear, ganar dinero, escuchar a los pájaros, dar paseos por el campo, escuchar la voz interior, mirar la creación con ojos de niño...

En mi país los niños sólo miran ya la pantalla del ordenador. (Aunque por otro lado surjan cada vez más niños-mágicos con



poderes sensibles extraordinarios.)

Quizás noten mi aversión hacia los ordenadores. Es mi pecado.

Yo tenía un hermano hasta que se convirtió en informático (claro que él piensa que tenía un hermano hasta que se convirtió en psicólogo).

Bueno, no se crean que a mí me gusta en especial "ser" un psicólogo. Me gusta ser yo. La psicología es una óptica de vida que cultivo y soleo.

Soy muy crítico con la psicología institucional. Me asombra no ver una sola línea sobre psicología humana y medio ambiente, por ejemplo, mientras proliferan otros textos psicológicos sobre temas que a mí me parecen aburridísimos.

(Quizás no debería expresarme así, quizás debería ser un psicólogo objetivo y no contar cosas personales...)

Me gusta la psicología, más que la medicina, por supuesto, supongo que por eso me saqué el título. De hecho sueño con una integración de ambas ciencias (o en que la Medicina estalle en mil pedazos y se convierta en un nuevo Humanismo Esencial y Floral).

Me gusta la filosofía y la reflexión sobre el alma humana (Sí, ya sé que no se lleva y que, de nuevo, no estoy siendo objetivo).

Pero tengo mis objetivos; sin duda!!

Seguir vivo es uno de ellos, por eso me autocensuro un poco y hay cosas que digo como de puntillas, para que si alguien se molesta se moleste lo menos posible.

Les hablaba de la terapéutica esencial. Mientras a las demás personas que trabajan con Esencias Florales les suele importar muchísimo qué esencia han de dar a mí me trae bastante al fresco.



Sé que hay un diagnóstico y que antes o después surgirá el frasquito idóneo. Pero para mí el frasquito es algo secundario. Es más, me distrae de mi verdadera labor humana que integra esencia y contacto humano.

(Igual que me choca la actitud de los psicólogos me repugna la de determinados publicadores de libros de esencias florales cuando hacen esas gigantescas tablas de diagnóstico, tan prolijas, lindas y bien engrasadas. Tan psiquiátricas. Mientras tanto no dicen una sola línea sobre cómo hacen ellos con aquellos que se acercan a recibir su ayuda terapéutica. ¿Será que lo suyo no es tratar pacientes? Entonces, ¿qué es?)

(Bueno, no voy a seguir hablando de lo que me da asco, que se puede volver contra mí. Pero mira que son...).

Bien, sigo en lo mío. Lllaman a la puerta, abro, se sientan, charlan, cobro, se van...

Mi pregunta es siempre: ¿quién demonios es exactamente, aquí y ahora, es decir, hoy, esta persona?

Decir que me entrego con toda la potencia de mi espíritu a la otra persona, a tratar de ayudarla, desentrañar sus mecanismos psicológicos o amarla (ingenua-mente) sería bastante injusto.

En realidad, no se exactamente lo que hago. Ni a qué dedico esa hora.

(Con lo cual este capítulo sobre la terapéutica esencial se diluyó en brandy ya que no puedo dar cuenta de mi trabajo).

Veamos: es un destello (no, no se ría). La persona habla, calla y yo capto sus destellos. Ese es mi único entrenamiento.

Se que habrá un instante para cada cosa. Un momento para reír, otro para llorar.



En un momento empezaremos juntos a elaborar la esencia floral del día. De hoy. La puerta mística ya se abrió y se acabaron las incertidumbres: es la hora.

En ese momento descubro que quien vino a "elaborar" algo de sí, algo de su esencia, me necesita para que yo haga el trabajo alquímico de poner sus flores en agua (si están marchitas no importa, para eso me pagan) recoger el sustrato de sus errores y aciertos vitales y devolvérselo pasado por el tamiz, por la criba fina y ligera de la palabra.

Separamos juntos, luego, la arena del agua, el oro de lo que carece de valor aparente (aunque quizás sea esto último lo que en un futuro sea el oro "por venir"). Se bebe la esencia. Y aquí paz y luego gloria.

Ya lo tengo, trabajo elaborando autovacunas con la palabra!!

Pero no es sólo la palabra, el amor, el amor divino (por favor, no tiren piedras hasta que acabe, esta noche casi enfermo ante la perspectiva de hablar de esto) se va a manifestar a través de la esencia floral (que no es la única vía, que cada uno tiene sus creencias; ya lo sé...).

El secreto, parece ser está en los "destellos" de la luz sobre el agua. Igual que la luz se refleja quedamente sobre flores y líquido elemento aquello que es significativo en la problemática del cliente va a reverberar, hacer ondas, emitir un halo de luz significativo, un "reflejo" que nos dará la pauta a seguir, sugerirá la línea de trabajo oportuna y las palabras sanadoras.

Por ello el terapeuta debe tener su cuenco con agua lo más puro posible. Cuanto más, mejor captará los reflejos.

(Estos reflejos son, quizás, posturas corporales, gestos, síntomas...).

Recuérdese siempre que cuanto más evidente es un reflejo más



ganas entran de curarlo.

Un reflejo no se cura, se le da espacio y fuerza para que brille en su verdadera frecuencia. (...)



III. FUNDAMENTOS DE TRABAJO TERAPÉUTICO CON ESENCIAS FLORALES (LA SOMBRA Y EL ESPEJO)

Una esencia floral, algo ya inmaterial, tiene sombra y tiene espejo. Llamémoslo quintaesencia. Pero quintaesencia de verdad.

Esos son sus verdaderos contenidos y desde ellos hablan los seres silenciosos. Hablan de lo que ES. De lo que FUE. De lo que PUEDE SER.

A través del sonido de la gota cuando cae en un labio, bajo la lengua, en la piel o sobre otras gotas murmuran al alma palabras quedas.

Es un diálogo entre almas. Entre almas de plantas, de flores, de Dios y natura.

Fuerzas sutiles, buenas aliadas, portadoras de fortunas inmensas, de riquezas interiores procelosas como océanos, para terapeutas hábiles y bien dotados en el arte de ayudar a que los demás se ayuden.

Despertad la capacidad de quien no puede observar su sombra y su reflejo.



IV. BREVE INTRODUCCIÓN A LA DESCRIPTIVA DE LAS 39 ESENCIAS FLORALES DESCUBIERTAS POR EL MUY ILUSTRE EDWARD BACH

El papel del filtro en la elaboración de la esencia es a veces valioso, permite separar impurezas o elementos extraños (*imperceptibles apenas*) que no tendrían por qué estar.

En este sentido yo podría decir, filtrando las cosas mucho, que del texto que sigue podría eliminarse todo lo que no son palabras de Bach. Es decir, lo que yo he añadido, y el resultado sería una esencia muy perfecta. Y así sería; sin duda. Mas, también podría añadir que actualizado el texto y reflexionado con mi experiencia se obtiene una esencia doblemente útil (júzguenlo ustedes).

El caso es que me he permitido, incluso, filtrar a Edward en aquellas cosas en las que estoy en desacuerdo con él.

Por ejemplo: donde él veía más bien tipos de personalidad, yo veo, percibo, estados anímicos temporales y mutables. No creo tanto que haya una personalidad "*Impaciencia*" por ejemplo, sino que las personas, a veces, están durante un tiempo "*Impacientes*".

Al separar la persona de su estado emocional creo que el sistema de Bach coge profundidad en dos sentidos, al menos:

- Justifica la mezcla de diversas esencias (puesto que las emociones no aparecen nunca aisladas sino en interrelación mutua). (De no ser así al dar por ejemplo: Impaciencia y Mímulo estaríamos hablando de que ese ser tiene dos personalidades).

De hecho creo, mirando las recetas de Bach en vida, que él, en la práctica también diagnosticaba en función de los estados emocionales.

(Aunque en muchas de sus descripciones dé toda la impresión de que se refiere a tipos de personalidad estables e invariantes durante toda la vida. Algo así como caracteriológicas).



- El otro sentido es que confundir una persona con las emociones que tiene es cuando menos, poco correcto.

Bach encontró una llave maestra para entrar en los mundos emocionales, pero si tuviéramos que profundizar en las estructuras psicológicas que median e incluso generan esas emociones los textos no serían suyos sino de psicología humanista, psicoanálisis u otras corrientes que detallan este aspecto con más amplitud.

(Así por ejemplo la génesis de una personalidad Vid no está explicado en los textos de Bach, pero en los textos de psicología podemos ver que por determinadas razones educativas, formativas... hay personas que tienden a comportarse con intolerancia, en determinadas situaciones...).

Por otro lado salvaguardamos así una cierta noción de inconsciente, ser profundo o esencial, alma o como desee llamárselo... Un fondo bueno y sano en toda persona al que se puede recurrir para reclamar la colaboración de la persona doliente para su recuperación.

Los que ven en esto ingenuidad de tipo Rousseau es que no han visto cómo puede cambiar de forma de ser una persona al mejorar su dolencia.

Finalmente, intento con mi reenfoque de Bach alejar definitivamente cierta sospecha, que gratuita en toda su obra de que los síntomas son un castigo divino única forma de que los que están equivocados en su moral y conducta tomen conciencia de ello.*

En algo tiene razón, se toma mucho más Mímulo que Haya, al menos en mi cultura, sobre todo porque a las mujeres, principales consumidoras de esencias florales les cuesta mucho menos reconocer su miedo que su intolerancia...

Pero no creo que los síntomas sean un castigo -que conste que Bach nunca dijo esto; es más bien un aroma que me parece



percibir-. Estoy casi convencido que los síntomas son unos signos, un lenguaje...

** Para entender mejor el concepto de Bach de salud y enfermedad, les remito al primer tema en el que hablamos de su vida y obra.*

Algo que nos habla de cierta estructura de conocimiento a la que llamamos vulgarmente "enfermedad".

Del análisis de esa realidad constitutiva del ser humano nace lo que se conoce vulgarmente como "curación".

Que no es sino su realidad transformada mediante la conciencia en los planos orgánicopsíquicoespirituales.

Las esencias florales son exquisitos analizadores.

Un saludo. Les dejo con la lectura de las 39 esencias florales de Bach y mi humilde aportación.



CURSO FLORES DE BACH Y TERAPIA ESENCIAL OPEN BACH

Impartido por
Centro Edward Bach de Madrid
www.centroedwardbach.com

Estudio de las 38 flores de Bach.

GRUPO I Para los que sufren miedo y temor



**GRUPO I.
PARA LOS QUE SUFREN MIEDO o TEMOR**

"EL MIEDO"

*Vivir ciego y sin confianza es mi vida,
así hasta éste mi presente he llegado,
y siempre seguiré muy amargado
por el miedo interior que me intimida,*

*miedo hórrido en mi persona infundida,
por el cual siempre estoy atormentado,
y causa de que siempre he fracasado,
pues, toda acción con él está perdida.*

*Lentamente, atrofia mi inteligencia,
me envuelve en tinieblas y me oscurece,
dejando así huella de su vil presencia,*

*dominando mi ente que le entristece,
y creando en mi vida una indiferencia
que ya, ni lo más divino me estremece.*



HELIANTEMO (Rock Rose) ***"Helianthemum nummularium"***

"El remedio de salvación. El remedio de emergencia para casos que incluso parecen desesperados. En accidentes o enfermedades repentinas, o cuando el enfermo está muy asustado o aterrorizado, o si la condición es lo bastante grave como para causar inquietud a los allegados. Si el paciente no está consciente, se le pueden humedecer los labios con el remedio.



asustado o aterrorizado, o si la condición es lo bastante grave como para causar inquietud a los allegados. Si el paciente no está consciente, se le pueden humedecer los labios con el remedio.

Quizás se necesiten también otros remedios además, como, por ejemplo, si hay inconsciencia -es decir un estado de profunda somnolencia-, clemátide; si hay tormento, agrimonia, etc."

Este remedio del estado anímico heliantemo que realizó E. Bach en 1932, tras su elaboración primigenia, ya nos habla de lo que sería su inclusión posterior como esencia floral dentro del famosísimo Remedio de Rescate. (Sin duda, el Heliantemo era para él un "remedio de rescate" antes de que lo preparara junto a las otras cuatro esencias: Estrella de Belén, Cerasífera, Clemátide e Impaciencia).

¿Cómo es el estado anímico heliantemo?

Se trata de un estado de miedo muy profundo en el cual la persona aquejada ha perdido su capacidad natural de reaccionar ante lo que le pasa y ha quedado paralizada: en su actividad o a nivel orgánico (bien el sistema muscular o cualquier otra función). Algunos síntomas que aparecen en esta situación son: manos y pies fríos, pérdida de memoria (o bloqueo de la misma), bloqueo



respiratorio, temor inconsciente a la muerte (este estado puede tener cierto paralelismo con ella), temblores y sudoración abundante: fría y superficial (quizás un intento del organismo de defenderse eficazmente contra el estado anímico).

Este estado conlleva bastante nivel de ansiedad que se intensifica si, además, se está en una situación de gran emergencia (de ahí que hable Bach de la posible pérdida de consciencia y de que se puede dar directamente sobre los labios y, añadiríamos, articulaciones paralizadas, meridianos energéticos, centros vitales afectados... Masajeando levemente tras depositar unas gotas o bien presionando con suavidad para estimular la zona).

El tratamiento de este estado anímico requiere grandes dosis de serenidad ya que la persona se está dejando dominar incontroladamente por un pánico o crisis de nervios. En ningún caso quien ayuda en ese momento debe contribuir a acrecentar el estado del sufriente. Es muy positivo establecer contacto físico: cálido, sereno, suave y firme para transmitirle al otro la sensación de que no está solo y conectarle con una realidad externa a su estado interior. Si no hay pérdida de consciencia y existe una cierta disposición, se debe ayudar al otro invitándole a hablar, con mucha ternura, sobre lo que le pasa (para que así lo pueda comprender intelectual y emocionalmente mejor) o bien hablarle dulcemente suministrándole información pertinente, de nuevo, para la comprensión de su estado.

Esto es vital, lo característico de este estado es la indefensión ante algo interior que está debilitando toda posible defensa.

Podemos afirmar con total seguridad que si se consigue la verbalización el proceso interior de miedo o tranquilizar suficientemente, el estado pasará y, quizás, llegue un sueño reparador y relajante.

Si hay pérdida de consciencia se debe acompañar en silencio y calmadamente al doliente, quizás, sincronizando la propia



respiración con la del otro para establecer un vínculo, aunque sea simple y primario, mientras se le suministra el remedio.

La evolución del estado puede llevar, como hemos dicho hacia un sueño reparador, la recuperación y tranquilización de la conciencia, la expresión emocional y comprensión racional de lo que pasa o, simplemente, la superación del mismo por cualquier vía orgánica de defensa (se recupera la normal sudoración, el latido cardíaco retoma su natural fluir, la tensión muscular disminuye y relaja, se retoma el apetito...). Respecto a esto último, la alimentación en la evolución de estos casos debe ser especialmente suave y cuidada. Se recomienda una dieta flexible de líquidos y yogures combinada con alimentos energéticos: frutos secos, dátiles... por lo menos hasta que la crisis, si la hay, desaparezca. Debemos finalmente sugerir que las indicaciones de los estados y de los tratamientos, tanto de éste como de todos los demás, son orientativas y que la intuición y el sentimiento del momento tienen gran importancia a la hora de actuar eficazmente y de comprender adecuadamente al doliente.

El consejo de la flor

¡Mírame! -dice Heliantemo. Soy muy delicada pero mi tallo lignificado es sólido y fuerte. Así necesitas un soporte para superar lo que te pasa.

Si me echas demasiada agua me dañarás y, quizás moriré. Esto es lo que te está pasando a ti en este momento. Estás lleno de agua, esto es, de emoción. Te ha paralizado.

Deja que fluya, lentamente, con mi ayuda y poco a poco volverás a estar bien. Trata de comprender lo que te pasa, poco a poco, escuchando a los demás y sanarás.

Recuerda que así como las plantas tenemos raíces, tú tienes tus pies y ellos te pueden devolver a la firmeza de la tierra.



*Nada más.
Te quiere:
Heliantemo.*

P.D.: Si decides partir al otro mundo, no temas, es muy hermoso.



MÍMULO (Mimulus) **"Mimulus guttatus"**

"Miedo a las cosas del mundo, a la enfermedad, al dolor, a los accidentes, a la pobreza, a la oscuridad, a estar solo, a la desgracia. Los temores de cada día. Personas que llevan sus miedos en silencio y en secreto, sin hablar de ello libremente con otros".



El miedo característico relacionado con la esencia floral de la planta: Mímulo, tiene un origen conocido que aparece en situaciones cotidianas. Puede ser pasajero o bien constituir una forma de ser: un tipo de personalidad.

Parecería ser, en principio, un miedo bien definido y con orígenes claros lo que, en principio, parecería una defensa adecuada para controlarlos. Sin embargo en muchas personas no es así, en parte por lo que afirma E. Bach -la dificultad de comentar y compartir con los demás aquello que sucede en el interior de la persona- en parte porque podemos pensar que esos temores tienen raíces profundas y, quizás, no se dedica suficiente tiempo a la comprensión -uno por uno, si hay varios- de origen.

Suelen ser impacientes las personas aquejadas de "Mimulitis", temen a muchos elementos cotidianos, pero apenas suelen ser capaces de dedicar más de un minuto frente a lo temido para mejor entenderlo.



De hecho una de las mejores ayudas que se les puede brindar es acompañarles hasta aquello a lo que temen para que tomando contacto y comprensión con ello, su estado psíquico y anímico, mejore.

Difícilmente ayudaremos a una persona con esta forma de ser dándole simplemente explicaciones o tratando de convencerla de que el fundamento de su temor es incorrecto. Esta es de hecho una de las bases para comprender todo elemento emocional: para la persona que lo vive, su vivencia es absolutamente tangible y quien desee compartir algo a nivel de comprensión y ayuda debe partir de esta base. No de negar esta realidad.

Es mucho más correcto proceder amorosamente y llevar a la persona afectada por la metodología oportuna, a enfrentar la raíz del mal para que la acción de Mímulo sea completa y quede resuelto el conflicto en su totalidad.

No tenemos extensión para detallar técnicas y metodologías concretas a este respecto pero constatamos su existencia.

Hay que decir, también, que este rasgo, estado o forma de ser tiene, a veces, muchas ramificaciones. Tantas como temores concretos coexistan.

Si realmente el estado es muy profundo necesitará la colaboración de un especialista y es posible que lleve algún tiempo el tratamiento. Esto es así porque es un estado que generalmente lleva aparejados otros que irán apareciendo, con posterioridad, mientras se superan los temores.

Algunos síntomas concretos asociados a este estado son: locuacidad, inhibición, rubor, transpiración, tensión, timidez... rasgos estos que muchas veces pueden ser percibidos ya desde una primera entrevista terapéutica o un primer encuentro personal.

El estado Mímulo evolucionará hacia un ánimo de percepción más objetivo, claro, relajado y conectado con aquello que se temía.



El consejo de la flor

¿Me temes? Soy pequeña y cubro con mis tallos y mis raíces una gran extensión. Así puede ser que cubra tu miedo tu parte valerosa.

¿Me temes? Soy sólo una flor, juega conmigo, tócame, huéleme, mira mi color, mi forma, enfrenta mi existencia...

¿Me temes? ¿Qué temes? Acepta tu realidad, tu enfermedad, tu dolor, tu pobreza, tu oscuridad. Acéptate a ti mismo y deja de colocar el temor en cosas externas a ti. ¡¡Veremos qué temes realmente!! ¿No puedes?

Te ayudo. Quizás lleve tiempo. Tómame tu tiempo. Tranquilo. Estate tranquilo; este es mi consejo.

*Con cariño:
Mímulo; tu amigo.*



CERASÍFERA (Cherry Plum) **"Prunus Cerasífera"**

"Miedo de la mente a agotarse, a que le abandone la razón, a hacer cosas temibles y horribles, se piensa en ellas y se siente uno impelido a ellas".



La base de este estado es el miedo a la pérdida de control: la expresión violenta, la locura temporal.

Puede estar relacionada:

1. Con situaciones cotidianas: control afectivo, de esfínteres, tabaco, alcohol...
2. Con situaciones extremas: tendencias suicidas, deseos incontrolados de matar a alguien (personas que requieren tratamiento asistenciario en psiquiatría por su violencia interna).

Es el miedo a perder la razón (en la sexualidad, en el amor, en el fluir de la vida...), o bien, al paso de la aparición en la mente de la persona de un impulso o sentimiento inconfesable o violento a la realización del mismo (pasar de pensar en la muerte a tener una tentativa de suicidio por ejemplo).

En muchos casos, la persona aquejada por este estado puede sentirse ajena al mismo: tan sólo siente que hay una fuerza interna



-pero que él no percibe conscientemente o percibe como originada por algo exterior a él- que lo lleva o coacciona a actuar o pensar de una forma determinada. Esto les genera un conflicto de identidad.

En los niños, cuyo control consciente de sí mismos, previo a la socialización, está en desarrollo, toma como manifestaciones: arrebatos incontrolados de rabia, tirarse al suelo llorando, golpearse la cabeza con la pared..

En jóvenes y adolescentes guarda mayor relación con los conflictos afectivos de acercamiento hacia el sexo opuesto: ¿le beso? ¿me atreveré a tocar sus senos? ¿seré capaz de lanzarme a bailar en la discoteca?... Preguntas estas cuya resolución implica una actuación, un "echarse para delante", un descontrol; pues. Y que, de no ser así, serán frustrantes.

En los adultos su expresión va desde los problemas sexuales: falta de orgasmo, miedo a la penetración, eyaculación precoz... hasta miedos a la locura, a tener alucinaciones, al consumo excesivo de alcohol y drogas.

En síntesis, es el estado de miedo que lleva al temor a la pérdida de sí mismo. A que la parte de la persona que ésta más desconoce (más separada, distanciada o disociada de la consciencia) tome las riendas de la actuación de la personalidad y haga cosas terribles, o, meramente, las piense.

En este estado los más cercanos no deben tratar de forzar a esta persona a realizar acto alguno, igualmente, tampoco deberían contenerla ni juzgarla). El proceso correcto es hacerle consciente de la angustia que siente en ese momento. (Una forma sencilla sería colocar la mano en el diafragma, levemente, mientras se la invita a respirar relajadamente).

Esa angustia, que nace de la presión interior generada por las dos polaridades internas: la que quiere hacer y la que no, la que piensa y la que piensa que no debe pensar, es la clave para la



resolución de este estado.

De nuevo debemos decir que es probable que se deba tomar la esencia floral durante algún tiempo, a veces muy dilatado, variando con otras si aparece otro conflicto emocional. (Por ejemplo, suele ser muy común que aparezcan episodios depresivos simultáneamente).

Este estado, al evolucionar, aumenta la capacidad de coraje y calma en la persona al igual que de integrar sus ideas y acciones en su propia vida.

El consejo de la flor

Te recomiendo la neutralidad. Soy un árbol que se cubre de blancas flores incluso si hace algo de frío. No temo, pues, las polaridades. Estoy ahí. Quieto.

Yo no puedo moverme como tú, pero te sugiero que si tú decides moverte lo hagas siendo, realmente: tú.

Que no te muevan ni te dominen tus deseos ocultos: canalízalos. Que no te mueva ni te domine el "debe ser"; sé.

No bloques toda una parte de ti, sea la que sea. Ábrete. Ábrete a los demás y a ti mismo. Dejarás de temer al control y al descontrol porque tú serás quien se controle o se des controle a voluntad.

Un último dato: fíjate en los animales. Ellos hacen; sin más.

Relaja tu mente y date la oportunidad de hacer con libertad.

Atentamente:

Prunus Cerasífera (flores blancas como la fría nieve, tronco caliente como la negra tierra).



ÁLAMO TEMBLÓN (Aspen) "Pópulus Trémula"

"Vagos temores desconocidos, para los que no hay explicación ni razón."



También el paciente puede estar aterrorizado ante algo pavoroso que va a ocurrir, sin que sepa qué es.

Estos miedos vagos e inexplicables pueden obsesionarle de día y de noche. Los que los padecen suelen tener miedo a contar sus preocupaciones a los demás".

Es este un estado anímico indefinido, en el cual, de forma racional se desconoce el origen del mismo. Son temores vagos, a veces aterrorizantes (monstruos, fantasmas, presencias extrañas) los cuales ponen la "carne de gallina", los "pelos de punta" e incluso pueden causar insomnio.

Van acompañados, muchas veces, de negros pensamientos de muerte, superstición, religión mal entendida, magia negra...

Son lo que sintéticamente se pueden denominar: presentimientos.

Es importante subrayar que no hay una experiencia concreta que haya originado el estado, ni siquiera, muchas veces, un objeto concreto al que se le tema.

Es algo vago, indefinido, infundado...

Pero, no olvidemos, muy real para la persona que lo sufre.



Este estado de oscuridad del espíritu a menudo se relaciona con supuestas percepciones sobrenaturales negativas, que a veces se vuelven persecutorias y amenazantes cuando se piensa que de ellas puede emanar algún tipo de castigo, fuerza o poder invisible que dañe de manera subrepticia a la persona.

Ya hemos indicado algunos síntomas que aparecen junto a este estado: sudores, escalofríos, palpitaciones, carne de gallina, pupilas dilatadas, despertar sobresaltado en la noche...

En los niños estos temores irracionales se encarnan con toda su crudeza cuando temen quedarse solos en el cuarto, de noche, por ejemplo, y los padres han de acompañarles hasta que se duermen.

La recomendación de serenidad, ante todo, es aquí más importante que nunca. De nuevo debemos insistir en que el hecho de dar meramente una explicación lógica a quien sufre este estado es a ciencia cierta bastante inútil. De hecho, es aquí la esencia floral un argumento de terapéutica excelente puesto que en cierto modo ellas emanan de ese mismo mágico mundo que estas personas temen, pero en un sentido positivo, por lo cual son excelentemente indicables para revertirlo.

Es difícil el abordaje de un estado emocional así, en su vertiente psicológica, sin una psicoterapia bastante profunda o sin entrar en el complejo mundo de las mancias y las magias. Porque es cierto, supongo, que un adivino, adivinador o echador de cartas, con todos mis respetos hacia ellos, puede revertir un estado anímico negativo pero difícilmente podrá ser tan aleccionador para la persona como una esencia floral.

Esto es así, porque, recordemos, la esencia da una información interior a la persona, no exterior y por tanto será mejor asimilable y más profunda.

Cuando este estado de ánimo se revierte aparece lo que había detrás: un interés por las ciencias ocultas, esotéricas, la religión,



deseo de aventura y de entendimiento de lo extraño. Todo ese mundo se va volviendo más tangible y se comprenden las reglas, sutiles, que en él dominan.

Aunque también podría ser que el miedo simplemente desapareciera en su manifestación, sin saber por qué, igual que empezó.

Dejaremos para otros textos una explicación más pormenorizada y externa de las razones por las cuales el ser humano siempre se ha conmovido, desde su origen en las cavernas, por los fenómenos que su mente no alcanzaba a comprender, o, dirían algunos, percibía demasiado bien.

El mundo es muy amplio y, parece ser, a pesar de la gran racionalidad imperante en nuestra cultura que sigue habiendo un extenso campo para temer lo que se escapa a sus límites.

Dejemos, pues, que el Álamo Temblón nos revele ese saber oculto interior, bálsamo para quien lo teme.

El consejo de la flor

Yo, Álamo Temblón, te digo firmemente: quizás existe ese mundo que tú temes o quizás sea una creación de tu imaginación.

Sé que te da igual: tú tienes miedo.

En las noches en que tú temblabas por el viento y la tormenta yo aguantaba, estoico, bajo la lluvia, recibiendo sobre mí el amor de la energía Universal. Del Gran Padre. Siempre me sentí protegido por él y por todo cuanto me rodeaba.

Tómame cuanto necesites, te ayudará a comprender el "lado oscuro de la luna", el lado oscuro de tu corazón.

Comprenderás poco a poco. Quizás necesites un especialista.



Tranquilo.

También a mí me fue costoso dar a luz mis flores.

Firme y afectuoso:

Álamo Temblón.

Te protege.



CASTAÑO ROJO (Red Chesnut) ***"Aesculus carnea"***

"Para quienes les resulta difícil no preocuparse por los demás en exceso.



Con frecuencia han dejado de preocuparse por sí mismos, pero pueden sufrir mucho por las personas a las que aman, anticipando desventuras que pueden ocurrirles".

El estado Castaño Rojo con frecuencia es una forma de ser que se agudiza, o puede agudizarse, en momentos puntuales en los cuales los seres queridos pueden estar ante un "posible" peligro objetivo. (Un "posible" accidente de coche, una "posible enfermedad"...). Lo singular de este estado es la despreocupación que la persona siente por sí misma y la sobreprotección que emana hacia el otro.

En casos extremos son personas capaces de enfermar por este miedo y de transmitírselo de tal manera a los otros, que acaben estos enfermando también.

Se cuenta una anécdota de la vida del doctor E. Bach en la cual, él, habría sufrido un pequeño desmayo que inquietó muchísimo a los que le rodeaban hasta el punto de que, cuando finalmente pudo recuperarse les comentó: "queridos, este estado de inconsciencia os puedo asegurar era cuando menos placentero si no fuera porque durante todo el tiempo sentía la preocupación que emanabais hacia mí. Eso ha sido lo que realmente me ha sido más duro de soportar en esos momentos".



Otro ejemplo bastante claro de personalidad "Castaño Rojo" son determinados padres, en las relaciones de miedo y preocupación que mantienen con sus hijos: están continuamente alerta de que los niños vayan con cuidado, toman infinidad de precauciones para que no les pase nada... ¡y luego acaban siendo ellos los que enferman de tanto preocuparse!!

Es bastante difícil considerar objetivamente este aspecto emocional, máxime cuando parecería que lleva asociado un contenido moral ineludible: un padre, o una madre, que no se preocupa por su hijo es un "mal padre"; alguien que se preocupa mucho por los demás es una "buena persona".

Podemos, no obstante, encontrar algunos criterios para definir algunos elementos diferenciadores.

1. Cuando el estado de miedo o preocupación por los demás es tan obsesivo y agudo que parece un causante determinante de una enfermedad. Entonces es recomendable Castaño Rojo.
2. Cuando el estado de preocupación es tan determinante que está impidiendo tanto a la persona afectada como a aquella sobre la que recae su miedo realizar su "misión vital". También aquí es recomendable Castaño Rojo.
3. Cuando la persona es incapaz de mantenerse "neutral".

El concepto de "misión vital" o "misión de vida" es determinante en la filosofía y la vida de E. Bach. Según éste cada ser humano habría venido a este planeta a realizar una misión, un "trabajo" personal e intransferible. Quien se plegara fielmente a la realización de la misma y eliminara o distrajera los obstáculos en la realización de la misma tendría garantizada una existencia feliz y provechosa.

Es en este punto donde E. Bach sugiere a los padres: "vuestra



misión es sagrada y lo es más, aún, en la medida en que en ninguna forma debéis ser obstáculos para el adecuado desarrollo de aquello que vuestros hijos han venido a realizar".

Recordemos el enorme peso que dejó en el carácter de E. Bach la superación de esa enfermedad que le habían diagnosticado como incurable, tan sólo con el empeño que él puso en la superación de sí mismo y de su tarea.

La evolución de este estado hace personas más capaces de cuidarse a sí mismas, de aconsejar sabiamente a los demás (ganan objetividad), y de no agobiar al otro con su preocupación (la energía no se deposita ya en el otro sino en sí mismo).

A estas personas es interesante recomendarles lectura sobre curación espiritual en donde se valora el pensamiento positivo. Por ejemplo; en lugar de imaginar al otro accidentado imaginarlo protegido y rodeado de una luz blanca.

También es útil el control mental pues todo el proceso es "imaginativo": se imagina, se mantiene la imagen negativa, se la consolida y se sufre en ese proceso de imaginar.

El consejo de la flor

Preocúpate ante todo por ti mismo. Yo, Castaño Rojo, te aseguro que la mayor y quizás, la única responsabilidad real que tienes es el peso de tu propia vida.

¿Para qué quieres cargar con el peso de la vida de otros?

No coloques tu miedo a vivir, tu miedo a hacer lo que sientes que debes hacer; sobre los otros. Es perfectamente inútil.

Sé que no es fácil lo que te pido; cumplir lo que te aconsejo.

Deja a los demás experimentar y recibir sus propias lecciones



vitales y haz tu vida.

Firmado:

Castaño Rojo

P.D.: Evita el alcohol, drogas, películas de terror, excesiva exposición al sol... (cualquier hecho que favorezca el "delirio imaginativo").



CURSO FLORES DE BACH Y TERAPIA ESENCIAL OPEN BACH

Impartido por
Centro Edward Bach de Madrid
www.centroedwardbach.com

Estudio de las 38 flores de Bach.

GRUPO II

Para los que sufren duda e incertidumbre



GRUPO II. PARA LOS QUE SUFREN DUDA o INCERTIDUMBRE

"MI DUDA"

*Observo el Universo: ¡Dios existe!
cavilando en la muerte, digo: ¿hay Dios?
todo por ir a la verdad en pos
reflexiono y alguien me dice: persiste.*

*Pensando me dije: fe, perdiste.
Yo me interrogo a veces si soy uno o dos
porque unas veces creo y otras no en Vos.
Mi alma rota ino sé cómo resiste!*

*Pienso, pero no veo claro nada,
toda aclaración, es un gran Misterio,
averiguarlo es cosa muy intrincada.*

*¡Omnisciente! ¿a qué tanto cautiverio?
¿por qué consentir tanta pena hallada?
¡crear para sufrir, no es bastante serio!*



CERATOSTIGMA (Cerato) ***"Ceratostigma Willmottianum"***

"Para aquellos que no tienen suficiente confianza en sí mismos para tomar sus propias decisiones.



Están constantemente pidiendo consejo a los demás, y a veces les aconsejan mal".

Este estado emocional está relacionado con la ausencia de confianza en el propio criterio. Aquí se permite que la imitación de las actitudes ajenas y las opiniones de los otros sean determinantes en vez de serlo la propia sabiduría interior.

Esta desconfianza y duda constante en la propia opinión convierte a estas personas, o a los afectados por este estado, en seres vacilantes, dependientes, molestos, a veces, para los demás.

Su frase preferida sería: "Nunca sé si lo que decido es correcto; dímelo tú".

En el estado Ceratostigma la persona es incapaz de aceptar riesgos desde las propias opiniones personales.

Prefiere reflejar las dudas sobre los demás con el riesgo de poder quedar atrapados entre las opciones -a veces contradictorias- que emanan de aquellos a los que preguntan.

Esto les hace sentirse, con el tiempo, despersonalizados.



Cabe preguntarse qué les pasa a estas personas cuando siguen los consejos ajenos: muchas veces se equivocan y entonces perciben que erraron al hacer lo que le dijeron y que en el fondo ellos tenían la solución mejor!!

Esto es así debido a que estas personas, muy sugestionables, que en el fondo están buscando actuar desde una norma social establecida, en realidad son sabias e intuitivas. Pero no están interiormente conectadas consigo mismas.

Nada más fácil para los que les rodean que volverse "resolvedores de dudas" y tratar de saciar el infinito apetito de "sabiduría" de estas personas.

Aunque puedan acabar extenuados en su papel esta es una vía menos comprometida que la de devolver la pregunta a la persona para que la resuelva ella misma.

La persona Ceratostigma juega con el "ego" del otro haciéndole sentir poderoso y capaz de resolver dilemas.

Sin embargo, es mucho más sabio, agudo y, sobre todo útil, dejar al "cuestionador" con sus dudas y su angustia, para que poco a poco vaya resolviéndolas mediante la reflexión interior.

Es esta reflexión la que fomenta la esencia floral, reflexión interior -que la persona sea su propio espejo-, en vez de reflexión exterior -que lo sean los demás y sus criterios-.

La resolución del estado emocional Cerato podemos afirmar guarda mucha relación con la independencia y la sabiduría de la libertad.

No implica, en absoluto, la necesidad de no consultar a los demás en lo que se desconoce sino, más bien, la mesura en la pregunta y en formularla cuando es pertinente. Respetando al otro y tomando con cierta relatividad aquello que afirma.



Recuerdo un paciente, Antonio, que se afanaba constantemente en que le resolviera hasta el más pequeño pormenor de su vida. Posteriormente contrastaba con la opinión en su mujer y, creo, acababa sacando la "media aritmética" de lo que le decíamos ambos a la hora de actuar.

Todavía me parece ver su cara de sorpresa cuando empecé a devolverle sus preguntas, para que poco a poco se pensara él las respuestas.

iiPero si me pagaba para que le dijera lo que tenía que hacer!!

Se enfadó muchísimo y dejó de venir a consulta.

Pasados unos meses me escribió la siguiente carta:

"Por fin, leyendo un libro tuyo, he comprendido por qué me dabas siempre la esencia de Ceratostigma. Me alegro de que me mostraras lo dependiente de ti que era con mi perpetua duda interior. Pero creo que, en el fondo, jamás te podré perdonar que me sacaras de una forma de ser tan cómoda y descomprometida. A pesar de lo que allí sufría.

Sabes, creo que tenías razón, esto tiene algo que ver con mi padre y cómo él me imponía sus criterios.

Por cierto, cualquier día te envió a mi mujer, que ya no sabe cómo tratarme desde que me lo pienso dos veces antes de preguntarle cualquier estupidez.

Te saluda; Antonio."

El consejo de la flor

Confía en ti. Organiza tu información. Toma tus decisiones. Eso es lo que te digo yo: "Ceratostigma Willmottianum". Has visto mi nombre: sólido, bien definido... Lo que digo lo digo porque soy



yo y soy yo porque no soy otro.

- *¿Para qué me podría servir distraerme con la opinión de otra flor?*
- *Deja que sea yo mismo quien responda a mi pregunta.*
- *Para nada.*

Aunque no sea fácil, consulta a José y él te devolverá tu reto.

Sin paliativos:

Ceratostigma Willmottianum



SCLERANTO (Scleranthus)

"Scleranthus annus"

"Para aquellos que son incapaces de decidir entre dos cosas, inclinándose primero por una y luego por la otra.



Suelen ser personas tranquilas, calladas, que sobrellevan solas su dificultad, pues no se sienten inclinadas a dialogar".

"En el fondo creo que soy alegre pero me parece que no". Aún recuerdo esta frase de uno de los alumnos que tuve hace algunos años. Imposible definir mejor el estado Scleranto.

Esta ambivalencia hace sufrir mucho a las personas: primero ven como mejor una opción, luego la otra y quedan indecisos dejando por ello pasar, en ocasiones, buenas oportunidades.

También se puede manifestar como desequilibrios entre dos opciones: risa/llanto, alegría/tristeza, amor/odio... Son cambios de humor alternantes a la vez que modificaciones frecuentes entre estados orgánicos: actividad/apatía, ascenso/descenso de la temperatura corporal o del ritmo cardíaco, falta de apetito/exceso del mismo, estreñimiento/diarrea. Afecciones, en suma, mutables, que un día están y al otro han desaparecido.

Toda esta ambivalencia suele confirmar ciclos vitales donde el ánimo fluctúa de arriba a abajo ("hoy estoy bien, mañana mal, pasado, de nuevo, bien"...).



Este desequilibrio que trae también como correlato problemas de concentración, de hecho, las personas en este estado suelen vacilar en los diálogos saltando de un tema a otro confundiendo así a su interlocutor.

Es este uno de los puntos que hacen más difícil la ayuda pues en este caso existe el riesgo de que quien intente aclarar las opciones o dirigir en la toma de decisiones acabe tan confuso o más que las personas Scleranto.

En muchas ocasiones es más que recomendable el uso del papel y el lápiz para así ir escribiendo pormenores, pros y contras, objetivando, centrando el tema y evitando caer en el fango de la confusión.

Diríamos que ante la realidad palpable, y no sólo verbalizada, de la dualidad objetiva y expresada mediante el lenguaje escrito el estado Scleranto tiende a desaparecer.

Obviamente esto no siempre es posible, debido al rasgo de carácter de silencio e incomunicación del que nos habla E. Bach.

La resolución de este estado emocional, tan común en depresiones y neurosis obsesivas aumenta el poder de concentración y determinación en la persona. Comienzan a tomar inmediatamente decisiones, restablecen su equilibrio mental y físico, integran polaridades en apariencia opuestas, se estabilizan y reunifican interiormente.

Para estas personas es valioso también todo tipo de meditación, ejercicios de respiración o terapia que les ayude a restablecer interiormente un mayor estado interior de paz y serenidad continuada, desde el cual puedan discernir las opciones más claramente.

Recordemos:

1. En este estado la duda es entre dos opciones: "Cambio de



país o sigo en el mismo, digo esto o me lo callo, modifico mi trabajo o sigo en el mismo".. (A diferencia del estado Avena Silvestre, que veremos posteriormente, donde son muchas las opciones).

2. En este estado no se consulta a los demás. (A diferencia del estado Ceratostigma donde se les agobia a preguntas).

La lección a aprender por la persona Scleranto es, entre otras, que toda opción implica dejar algo (la otra posibilidad), y que ninguna es perfecta como tal (sino cuando se empieza a desarrollar y se comprueba su bondad o negatividad).

El consejo de la flor

Mírame. Soy una pequeña planta cuyo tallo se bifurca en dos, y luego cada bifurcación se vuelve a dividir y así sucesivamente.

Ese es el "dilema del dilema", cada opción abre siempre otro par (al menos) de opciones y así sucesivamente.

Quedarte en la bifurcación sin saber adónde dirigirte no puede traerte sino desventura.

Te estás deteniendo y eso no es bueno sino para elegir y seguir adelante.

Asume e integra tu ambivalencia. Hay muchas cosas que parecen opuestas y en realidad son compatibles; piensa sobre esto.

Si alternas tu forma de ser es que tu personalidad aún no está definida: busca saber quién eres en lo más profundo de tu ser. Unifícate.

No cejes en tu empeño hasta que lo consigas: también a mí me cuesta crecer entre las rocas, en mi humildad.

Te dejo: Scleranto.



GENCIANA (Gentian) **"Genciana amarella"**

"Para aquellos que se desaniman fácilmente. Pueden progresar satisfactoriamente en la enfermedad o en los negocios de su vida cotidiana, y luego ante el menor retraso u obstáculo en su progreso, dudan y se desaniman pronto".



La esencia floral de Genciana es útil para estados de desánimo fácil frente a los obstáculos de la vida. Un fracaso, despido, divorcio, problemas en el trabajo... les conducen hacia estados de depresión y melancolía pues acaban descalificándose a sí mismos. (Piensan que ya no son útiles, que no sirven...).

No aceptan que el que algunas cosas salgan mal es también parte de su vida.

Son enfermos a los que una recaída, por leve que sea, les vuelve a hundir y deprimir.

La incertidumbre o duda de la persona Genciana guarda relación con la modalidad que tienen de asimilar el conocimiento; el saber.

El conocimiento de su frustración y carencia de éxito, lejos de estimularles a superarse les influencia de tal forma, que acaban sintiéndose desanimados.



Es una de las esencias florales más relacionadas con la depresión, en concreto con la denominada "depresión exógena", es decir, cuando ésta tiene una causa externa a la persona y es conocida.

La depresión es una de las enfermedades psíquicas más dolorosas para familiares y amigos ya que, generalmente, no consiguen explicarse interiormente el estado de sufrimiento del doliente y tampoco ven, muchas veces, que una causa en apariencia insignificante o poco importante, o, cuando menos, superable, pueda haber hundido a un ser querido hasta esos extremos.

Sin duda son aquellos que han sido aquejados por este estado y lo han superado los que mejor lo pueden comprender cuando le aqueja a otro.

La falta de luz interior que conlleva un estado depresivo muestra con claridad como, a veces, es muy aconsejable el uso de las esencias florales junto a un tratamiento psicoterapéutico con un especialista.

De esta manera se consigue que, no sólo se pueda ir aportando luz interior, paz, y revirtiendo el proceso de desmoralización y desánimo, sino poniendo en palabras y, en definitiva, comprendiendo mejor, qué causas originaron el estado y cómo se pueden generar estados emocionales interiores más sanos y positivos, para recibir ese tipo de experiencias dolorosas de la mejor forma posible.

El estado Genciana en su vertiente positiva genera una "moral a prueba de bombas". Capacidad de encajar los reveses de la vida siempre con unas gotas de optimismo y capacidad de seguir adelante. Mayor posibilidad de percibir no tan sólo los aspectos oscuros o que interfieren sino otros, que antes pasaban inadvertidos, y que buenamente pueden ser muy aleccionadores o, incluso, traer ventura a medio plazo.



La persona Genciana, en este estado, aprende que detrás de todo aparente mal siempre hay un posible bien y que recogerlo, depende de si el estado anímico interior está abierto y dispuesto a ello.

El consejo de la flor

Confía en ti mismo.

*Si lo hiciste lo mejor posible; no hay fracaso.
al menos lo has intentado y eso ya es bastante.*

Quizás los demás no te comprendan, o tú lo sientes así.

No te preocupes, ni dudes de ellos.

Es tu estado, no el suyo.

Llegará un día en que esto pasará.

Lo alcanzaremos juntos; si tú quieres.

No esperes milagros.

Ponte en camino.

Las palabras no te pueden ayudar por sí mismas.

Tus hechos sí.

Adelante.

*Firmado:
Genciana.*



AULAGA (Gorse) ***"Ulex Europaens"***

"Gran desesperanza, personas que han perdido toda fe en que se pueda hacer algo por ellas.



Si se les convence, o por complacer a los demás, pueden probar diferentes tratamientos, y al mismo tiempo asegurar a todos que hay poca esperanza de mejoría".

Son personas que han perdido la fe y la esperanza en su posible recuperación. Se viven como incurables y abocados a situaciones irre recuperables.

No sólo dudan, para ellas ya no hay conocimiento que las pueda salvar o aliviar. No hay especialista o ser humano que posea un antídoto a su mal.

No les interesa mejorar su situación.

En este estado anímico los familiares y amigos suelen seguir un comportamiento de intentar animarlos o "reanimarlos" y buscar, aquí o allá, alternativas terapéuticas.

Esto se vuelve para la persona Aulaga un pretexto ideal para frustrarles -si los tratamientos fracasan- y para mostrarles cómo, en efecto, él tenía razón: nada hay ya por hacer.

La persona Aulaga también ha perdido sus ganas de luchar por la vida.



Es por esto que este remedio es a veces indicado, junto con Impaciencia, al comienzo de los tratamientos, en enfermedades crónicas, cuando "les traen" los familiares o en pacientes a los que, realmente, ya les queda poca esperanza objetiva de vida (mejora su calidad emocional de vida interior).

Algunos síntomas físicos evidentes en este estado son: ojeras, palidez, expresión de indiferencia...

Aulaga es un remedio que aumenta las posibilidades de que la persona persevere en el tratamiento el tiempo suficiente como para que la terapéutica haga efecto y se experimente una mejoría.

El estado Aulaga en su dimensión positiva restablece la voluntad y el deseo de lucha. Dejan de buscar que los demás les convenzan y empiezan a convencerse por sí mismos.

Recobran el rayo de luz de la esperanza.

Son más capaces de aceptar su destino, su propia carga.

En los casos benignos surge una esperanza de curación siendo éste un primer paso para el restablecimiento. En casos terminales o malignos aparece una capacidad de lucha, resignada, interior, que disminuye el sufrimiento y mejora el estado emotivo ligado a la enfermedad.

Sobre este último aspecto merece la pena reflexionar un poco. Teniendo en cuenta lo doloroso, cansado y deterioradores para las personas que son estos estados críticos antes de pasar a mejor vida. Teniendo en cuenta lo dilatado de los procesos, a veces sazonados de radioterapias y quimioterapias muy importantes... ¿No sería en extremo útil coligar estos tratamientos junto con las esencias florales para mitigar el dolor emocional de las personas?

Con Aulaga, por ejemplo, pues la pérdida de la esperanza puede ser para un ser humano tan dolorosa como la enfermedad misma.



O bien, ¿no es perder la esperanza una enfermedad en sí?

Proporcionar un apoyo de tipo psicológico y emocional a las personas que hacen el tránsito de esta vida a la otra -a aquellas que lo deseen- parecería, al menos, un deber humanitario obvio.

El consejo de la flor

Ve hacia la luz.

La luz sigue allí aunque tú la ocultes, te la oculten o no puedas verla.

Ve hacia la luz.

Yo, pequeña flor amarilla que pueblo linderos y caminos te puedo orientar.

El resto es cosa tuya.

Eres libre.

Ve hacia la luz.

Si sobrevives ve hacia la luz.

Si falleces; también.

Firmado:

Aulaga



HOJARAZO (Hornbeam) "Carpinus bétulus"

"Para aquellos que no tienen fuerzas suficientes, mentales o físicas, para llevar la carga de la vida sobre los hombros; los asuntos cotidianos les parecen demasiado, si bien suelen cumplir con su tarea de forma satisfactoria.



Para quienes creen que una parte de la mente o del cuerpo necesita fortalecerse antes de que puedan hacer bien su trabajo".

Este cansancio es mental, más que físico.

Es creado:

1. Ante tareas que se tiene por obligación realizar pero, en realidad, son tediosas para la persona.
2. Ante la expectativa de que la persona aún no está suficientemente preparada para hacer lo que tiene que hacer y tiene que "vitalizarse" antes.

A pesar de ello la tarea se realiza, pero el cansancio mental se va acumulando. Se empiezan a levantar más cansados que cuando se acuestan -indicador de que no hay un adecuado proceso de descanso en el sueño- salvo cuando al día siguiente hay alguna actividad nueva o estimulante.

Es muy diferente de la sensación de fracaso que aparecía en la persona en estado Genciana. Aquí no hay fracaso, todo se ha realizado y está bien hecho. ahora bien, la próxima vez les va a



costar más volver a realizar algo tan rutinario.. y cada vez más, pues la rutina les fatiga.

Tienen dificultades para comenzar su actividad.

Esencia floral útil para las convalecencias, cuando la persona ha de volver a ser "como antes" y teme no poder.

Algunos síntomas físicos aparejados son: dolores de cabeza, bloqueo mental, dificultad para levantarse de la cama (cansancio motor), sensación de quemazón en los ojos...

A veces, son personas que creen serán incapaces de trabajar sin estimulantes: café, té, tónicos, pastillas, tabaco...

En este caso esta esencia floral puede ser una buena alternativa para ayudarles a soportar esa "carga de la vida" sin que tengan que hacer uso de elementos que pueden, en un futuro, ser nocivos para la salud.

La transformación de este estado quizás pase por tomarse unas vacaciones a tiempo, cambiar de trabajo o bien dedicar algo de tiempo a reflexionar sobre el estilo de vida que uno prefiere y cambiar lo innecesario.

Hojarazo permite refrescar la mente. Ganar claridad, frescura e interés auténtico por la vida. Plantearse y asumir retos estimulantes como forma de equilibrar la parte tediosa de su vida.

En este nuevo contexto las personas aquejadas del estado Hojarazo quedan mentalmente desbloqueadas, estimuladas sanamente y dejan de dudar de su capacidad de enfrentarse a un nuevo día.

Para estas personas un leve ejercicio físico, una lectura que sea de su interés o un "cambio de aires", cosas que les alegren la vida, son buenos antídotos junto a la esencia floral.

El consejo de la flor



Soy un árbol alegre. Te lo aseguro.

Mis flores bailan todo el día llevadas por el viento; pero no hay dos movimientos iguales. Tampoco tengo dos flores iguales la una a la otra.

*La vida es diversa.
Pero la diversidad es sutil.*

Ondúlate y fluye con la vida.

No abras la puerta al hastío.

Recuerda tus juegos infantiles; eras feliz y divertido.

Relájate, deja que el viento te meza suavemente y dejarás de percibir tu realidad como una pesada carga.

Con amor.

*Te quiere:
Hojarazo*



AVENA SILVESTRE (Wild Oat)

"Bromus ramosus"

"Los que tienen ambiciones para hacer algo importante en la vida, que quieren tener muchas experiencias y disfrutar de todo cuanto está fuera de su alcance, de vivir la vida a tope.



Su dificultad estriba en determinar qué ocupación han de seguir; pues si bien sus ambiciones son fuertes, no tienen una vocación que les atraiga por encima de las demás.

Esto puede producirles pérdidas de tiempo e insatisfacción".

Este estado anímico se caracteriza por la indefinición e insatisfacción personal. No hay una inclinación especial por algo, puesto que todo le interesa, o bien, podría interesarle, pero no con la suficiente fuerza como para dedicarse a ello plenamente.

La duda en este caso es concreta y bien marcada:

1. ¿Qué actividad concreta elegir?
2. ¿Cuál es su vocación?

Esta duda se acentúa pues se desarrolla en un contexto plagado de deseos personales -hay cierta ambición por "apurar" la existencia- que aumentan la cantidad de posibilidades y dificulta la selección de una de ellas.

El estado Avena Silvestre corresponde tanto al adolescente que desconoce cuál sería la carrera universitaria más oportuna para él,



como al adulto que ha vivido ya numerosas experiencias vitales, en cualquier campo, ninguna le ha satisfecho definitivamente, y desea elegir algo definitivo para él.

A través de la Avena Silvestre estas personas aprenden a distinguir sus necesidades profundas de sus deseos superficiales, canalizándolas hacia la realidad de forma fructífera. Esto ocurre en la medida en que seleccionan un objetivo adecuado a su destino, personal e intransferible, y avanzan tenazmente hacia él.

Tal y como dice Bach, cuando esto ocurre dejan de perder el tiempo y se sienten más satisfechos.

Lo que suele suceder con estas personas, en relación con los que les rodean es que, o bien se les presiona en una determinada dirección (para que elijan algo determinado), o bien se les sugieren nuevas alternativas.

Este proceder sólo contribuye a aumentar su confusión.

Lo que generalmente olvidan los amigos y familiares, generalmente bienintencionados, es que la dificultad de estas personas es interior. No es sólo elegir lo mejor, lo más útil, rentable o inteligente.

Es elegir en función de un yo profundo con el cual estas personas, en el estado Avena Silvestre, no consiguen conectar.

Podríamos pensar que esta esencia ayudaría, por ejemplo, a rentabilizar el dinero que se gasta en cursos de orientación vocacional. La esencia de Avena Silvestre complementa a una información de este tipo arraigándola adecuadamente en el ser de la persona. Es como decir: "bueno, ya tienes toda la información para poder elegir, ahora, acopla los datos a tu realidad interior y entrégate a ello".

Una función optativa de esta esencia floral es, como detalla E. Bach en otro de sus escritos, ayudar a seleccionar cuál es la



emoción predominante en personas de tipo pasivo. En este caso se debe dar Avena Silvestre para que catalice el mundo emocional, lo ordene y posteriormente se debe dar la esencia floral que se percibe como predominante.

Según esta función Avena Silvestre sería una buena colaboradora de terapeutas novatos o indecisos a la hora de afinar la selección de esencias a dar a sus pacientes.

El consejo de la flor

Con el viento me muevo.

A derecha e izquierda.

No habrá quien me detenga.

No selecciono.

No elijo.

¡¡Lo que sea!!

(¡¡El tiempo ha pasado, nada me queda!!)

Soy la Avena del campo.

Te ayudo a elegir.

Lo que tu alma opina.

Mejor para ti.

Firmado: Avena Silvestre.



CURSO FLORES DE BACH Y TERAPIA ESENCIAL OPEN BACH

Impartido por
Centro Edward Bach de Madrid
www.centroedwardbach.com

Estudio de las 38 flores de Bach.

GRUPO III **Para los que sufren** **por la falta de interés** **por su presente**



**GRUPO III.
PARA LOS QUE SUFREN POR LA FALTA DE INTERÉS POR
SU PRESENTE**

"EL RECUERDO"

*Dulce imagen la de mi pensamiento
que contiene simpatía y virtud,
imagen de belleza y juventud,
por la cual casto fuego de amor siento.
Al extinguirse únicamente intento,
contemplar su célica magnitud,
y, en su gran resplandor de gratitud,
ver brillar su noble y gran sentimiento.*

*Al pasar la beldad de su figura
por el campo, valle y monte frondoso
a todos da muestras de gran ternura,*

*y, al pasar por un río lindo y hermoso,
éste se extasía y, ya no murmura,
porque hace que no sea presuroso.*



CLEMÁTIDE (Clematis) **"Clematis Vitalba"**

"Para los somnolientos, adormilados, nunca totalmente despiertos, sin gran interés por la vida.



Gente callada, no muy feliz en su presente, que vive más en el futuro que en el día de hoy. Esperan tiempos mejores en los que se hagan realidad sus ideales.

Cuando enferman algunos de ellos se esfuerzan poco por mejorar. En algunos casos incluso desean la muerte pues la perciben como una mejoría a su estado o un vehículo de reencuentro con algún ser querido".

El estado clemátide es característico de la ensoñación: los que huyen de la realidad, la idealizan, no se integran al entorno...

Son aquellos que se desinteresan del presente por la vía de fugarse de él y no aceptarlo. La mente "vuela" en este estado al mundo de las ilusiones y el porvenir.

Algunos síntomas que describen este estado son:

1. Actitud lenta, indiferente.
2. Mirada lejana, ojos soñadores. Sueñan despiertos.
3. Atención selectiva: sólo ven y escuchan lo que les interesa. Escuchan voces interiores.
4. Ensimismados. Sensibles a ruidos y estímulos leves porque los



distraen de su ensimismamiento.

5. Pálidos, lentos, sin vitalidad.

6. Pies y manos fríos y adormilados.

7. Anemias, deficiencia circulatoria, inapetencia, falta de memoria.

En general, en este estado, las personas tienen tendencia a dormir bastante, a "despistarse" y tropezar con las cosas, a "fantasear" la muerte como salida.

Muchas veces conlleva cierta capacidad artística; musical, pictórica o de otro tipo que no usan, se frustra y no se desarrolla.

Generalmente van a ser personas bastante presionadas socialmente para que sean capaces de hacer cosas prácticas ante lo que ellos se rebelarán pues se sienten continuamente llamados hacia la creación. Este es, en realidad, el tipo de estímulo que será más beneficioso para ellos, a la larga, pues sólo por esa vía consiguen canalizar de forma personal elementos de su forma de ser que se resisten continuamente a ser estereotipados.

Dicho de otra forma: el estado Clemátide es un salirse de este mundo para, o bien encontrar una expresión personal e intransferible (como hemos dicho, muchas veces por una vía artística), o bien sucumbir a una vida vulgar que de ninguna forma les hará felices.

Otro rasgo manifiesto en este estado es la tendencia a crearse personajes: seres que no son él pero sí la expresión de sus deseos idealizado. Son los que sueñan con sus futuras seducciones, sus futuros coches, el empleo magnífico que pronto tendrán...

Tanto desean ese futuro, dice Bach, que, si no llega, preferirán la muerte (una muerte romántica, idealizada, sublime...) a seguir en sus circunstancias actuales.



Un último aspecto a tener en cuenta es el siguiente: dentro de este grupo se encontrarían aquellas personas que se dejan morir lentamente para así reencontrarse con los ausentes seres queridos.

La esencia de Clemátide despierta la productividad potencial de este estado: lo conecta a la realidad más tangible (actividades y actos concretos y creativos a la vez) permitiendo a través de ello el desarrollo de la personalidad poco comprometida consigo misma y en lo mundano.

El consejo de la flor

La vida es como es.

Vívela. Acéptala.

Cada segundo tiene un mensaje.

Escúchalo.

¿Qué haces dormido?

Despiértate.

Haz las cosas a tu manera.

Vívete. Acéptate.

Tu tiempo es hoy.

Escúchate.

Todo llega a su momento.

También la muerte.

No lo dudes.

Ni te precipites ni dejes de imprimir tu huella en el mundo.

Plasma tu subconsciente en el mundo.

Soy una flor que anida en una planta que trepa uniendo cielo y tierra.

Aprende de mí.

Firmado:

Clemátide.



MADRESELVA (Honeysuckle) ***"Leonicea caprifolium"***

"Para los que viven demasiado en el pasado, quizá añorando una época de gran felicidad, o a un amigo muerto, o recordando ambiciones que no se hicieron realidad. No esperan felicidad como la que tuvieron".



Lo significativo del estado Madreselva es la nostalgia. Añoranza de un pasado que ellos sienten que fue mejor, un país, una cosa, una pareja fallecida o divorciada, una amistad...

Esta conexión con lo que ya pasó no sólo les impide la conexión con el presente sino que les roba energías (retenidas en los recuerdos y necesarias para recrearlos) lo que puede ser, en algunos casos, muy desvitalizador.

Estos recuerdos suelen centrarse tanto en momentos felices como en ambiciones o deseos que no se cumplieron, ensoñaciones y sueños no realizados.

Para ellos la oportunidad se encontraba en el pasado y ya se ha perdido.

En este estado las personas tienen tendencia a glorificar el pasado: son los clubs de amigos de la infancia, de compañeros de colegio o de veteranos de guerra.



Este remedio dará consuelo a los viejos que viven solos, a los niños con padres divorciados, a los emigrantes, a los viudos...

Generalmente los que rodean a estas personas tienden a, o bien tratar de "animarles" o bien aumentar aún más su soledad.

Lo que no se suele percibir en las personas en el estado Madreselva es que hay un cierto disfrute en los que sufren ligado a la rememoración del recuerdo. En cierto sentido gozan más ciñéndose a lo que ya ocurrió que haciendo el esfuerzo de enfrentar un presente para ellos poco gratificante.

Hacemos aquí un inciso para mostrar la diferencia entre "rememorar un recuerdo" y "enfrentar un presente". Cuando el presente se torna algo que hay que enfrentar, toda invitación de los amigos y familiares supuestamente "animadora" acabará siendo para ellos algo más a "enfrentar".

He aquí la complejidad de este estado anímico.

La esencia floral de Madreselva libera los vínculos nocivos con el pasado permitiendo que la persona siga teniendo una relación vívida con él pero viviendo en el presente. La lección implícita es que el pasado, en sentido amplio, se reactualiza en cada instante del presente.

Recuerdo una persona que vino a mi consulta desconsolada por la muerte de un familiar y aquejada de recuerdos frecuentes donde se veía una y otra vez paseando, hablando y gozando de la vida con él.

Pasó tiempo y tomó Madreselva, junto con algunas otras esencias, durante bastante tiempo, hasta que fue asimilando sus recuerdos y siendo consciente de que podía repetir esas experiencias, y mejores, con otras personas pues lo importante era que el amor y la amistad que le habían unido a ese ser seguían intactas en su interior y podía reorientarlas en el presente hacia otros seres queridos.



El consejo de la flor

Reescribe tu vida cotidianamente.

Los muertos no se han ido, sólo se han disfrazado. Cada día puedes reencontrar lo que significó un momento feliz para ti en una gota, un rostro, un amigo.

Nada se detiene.

Todo fluye.

Te ayudo. No eches todo a perder.

Firmado:

Madreselva.



ROSA SILVESTRE (Wild Rose)

"Rosa canina"

"Para quienes, sin razón suficiente aparente, se han resignado a lo que ocurre, y se limitan a pasar por la vida, tomándola como viene, sin esforzarse por mejorar las cosas y hallar contento. Se han rendido sin lamentarse a la lucha por la vida".



Tenemos aquí un estado típico de apatía, desgana, abulia, resignación... La persona se ha entregado a su suerte, aparece carente de emociones y sin perspectivas o necesidad de cambio.

Aceptan de manera tan absoluta e inexorable lo que les pasa que no van a hacer nada por cambiarlo.

Algunos síntomas que nos muestran un estado de estas características son: relajamiento muscular, voz monótona e imperturbable, expresión de aburrimiento y ausencia de alegría, fatigados, desinteresados por lo que se les dice...

Suelen ser víctimas de los medios de comunicación, de la T.V. sobre todo que les proporciona un entretenimiento pasivo.

iiImagínese en un estado de relajación, tirado frente al televisor, mascando distraídamente patatas fritas y sólo levantándose para ir a dormir!! - Pues ese es el estado límite Rosa Silvestre.

Por tanto es una esencia de primera elección tanto para



adolescentes "amargados", como para personas, en general, pasivas y abatidas.

La inactividad de estas personas suele ser en extremo exasperante para los que la rodean y despertar bastante agresividad y "mal humor" hacia ellos.

No suele ser fácil ayudarlos terapéuticamente pues su falta de ambición se entiende hasta su estado anímico que, generalmente, en absoluto desean modificar.

Podemos, no obstante, indicar que el hecho de simplemente exigirles por la fuerza de la palabra o el gesto que abandonen su postura, que muchas veces es una encubierta y rebelde "resistencia pasiva", no suele conducir sino a escenas de violencia tras las cuales, a la menor ocasión posible, la persona volverá a ese estado.

Wild Rose junto con una ayuda terapéutica idónea hará poner el acento del tratamiento en algunos aspectos:

1. El diálogo con la persona para averiguar los cimientos reales de su estado.
2. Una postura comprensiva de tal estado.
3. La necesidad de que pase el tiempo necesario para que la persona se vaya pensando algunas cosas. Reflexionando y retomando el interés por las cosas y la capacidad de vivir de forma comprometida.
4. El descubrimiento de "la motivación".

Podríamos asegurar que en el interior de todas estas personas siempre hay una "motivación": algo que para ellos es muy importante pero que los demás ven absurdo, loco, carente de importancia o simplemente no escuchan.



Esta motivación -ya desvalorizada por los demás- es muy posible que la intentaran llevar a la práctica o hacer realidad y del fracaso afectivo que implicó el no conseguirlo apareció esa forma de manipulación encubierta de los demás a través del estado Rosa Silvestre.

El consejo de la flor

*¡¡Habla conmigo y cuéntame!!
En tu silencio hay un mensaje.
¡¡Muévete o quédate quieto!!
No me vas a manipular.
Soy una flor muy evolucionada y compleja.
Comprendo la complejidad de tu estado.
Pero no puedo hacer nada por ti si tú no lo deseas.
¿Entiendes esto?
Entiéndelo, si lo entiendes verás que sigues siendo libre.
No te quiero demostrar nada.
Me voy, sólo volveré si tú me llamas.
Cosa tuya; chico.
Te tengo cariño, pero no manipularás mi cariño.*

*Firmado:
Rosa Silvestre.*



OLIVO (Olive) ***"Olea europaea"***



"Quienes han sufrido mucho mental o físicamente y se encuentran exhaustos y tan agotados que sienten que les faltan fuerzas para hacer lo que sea. La vida cotidiana les supone un gran esfuerzo y no les proporciona ningún placer".

Es de resaltar en este estado anímico el gran agotamiento físico y mental que invade a las personas que lo incorporan. Quedan sin fuerzas físicas, exhaustos, con mucho sufrimiento...

La energía vital se les ha agotado, en la generosidad de su esfuerzo, muchas veces en dar apoyo y seguridad a los que les rodea, otras veces en empresas que excedían sus posibilidades energéticas. Este agotamiento suele aparecer tras períodos de gran lucha y transformaciones internas.

Muchas veces aparece ligado a la depresión o a la fatiga originada por el esfuerzo inherente a tratar de recuperarse de un estado depresivo.

Es recomendable para aquellos que han sufrido enfermedades que han desgastado sus fuerzas durante mucho tiempo.

Un aspecto a reseñar de la esencia de Olivo es que no aportará tan sólo un complemento energético para que la persona se fortalezca y abandone el estado. Esta es de hecho la acción de numerosos productos.



La esencia de Olivo va a dotar a la persona de información sobre su estado, las causas que lo originaron y cómo poder volver a pasar por ese tipo de tránsitos vitales sin desfallecer.

Enfatizamos este punto para mostrar cómo la actividad de una esencia floral, además de ser energética en ocasiones, es siempre emocional.

Por lo demás suele ser obvio que a las personas en este estado o bien se las exija socialmente hasta el límite, con lo cual enfermarán, antes o después, de mayor o menor gravedad, o bien se les permitirá un descanso acompañado de una sana alimentación rica en energía, sol, aire...

Podemos decir al respecto que en una cultura donde tantas veces se empuja a las personas no sólo hasta situaciones límite sino hasta estados interiores límite, esencias florales como el Olivo que promueven un poco la reflexión sobre el sentido de vivir la vida agotándola continuamente, y agotándose constantemente, son imprescindibles.

Máxime cuando el precio es, como afirma E. Bach perder el placer por la existencia y convertirla en un esfuerzo en vez de en un acto continuado y generoso.

El consejo de la flor

Descansa.

Relájate.

Respira.

Diviértete.

Come bien.

Haz lo que te apetezca.

Recupérate.

Y sigue.

Firmado: Olivo.

P.D.: Por cierto ¿Te has pensado si merece la pena... seguir viviendo agotado...?



CASTAÑO BLANCO (White Chesnut) ***"Aesculum hippocastanum"***

"Para quienes no pueden evitar pensamientos, ideas, argumentos que no desean que entren en sus mentes. Suele darse esta circunstancia en épocas en las que el interés del momento no es lo bastante intenso como para colmar la mente.



Los pensamientos preocupantes se quedan ahí, o si se desechan por un momento, vuelven enseguida. Parecen dar vueltas y causar un tormento mental.

La presencia de tales ideas acaba con la calma e interfiere con la capacidad de concentrarse solamente en el trabajo o el placer del momento".

Este estado se caracteriza por momentos en los cuales, obsesionados por una preocupación o acontecimiento penoso las personas están impotentes respecto a sus pensamientos, los argumentos o reflexiones que entran en su mente y espíritu y dan vueltas "como un tiovivo".

Esta manera de pensar tan sólo origina fatiga y no resuelve nada.

En este estado no pueden "desconectar". Los pensamientos persistentes son indeseados porque con su continuo ir y venir distraen, impiden dormir, dificultan escuchar a los demás, facilitan que se cometan errores...

Muchas veces este mecanismo de la mente corresponde al deseo de volver a vivir un momento (en la imaginación) para repensar lo que se hizo o dijo y rectificarlo. Otras veces es una



reflexión reiterada y mal entendida donde la persona carece de control sobre sus pensamientos.

Un paciente lo describió así: "estoy sin parar en discusión mental conmigo mismo. Mi mente da vueltas como un carrusel. Cuánto daría porque se detuviera para tener un momento de tranquilidad, pero no me deja en paz y no puedo detenerlo".

Esta hiperactividad del espíritu tiene como consecuencias la depresión y el cansancio: "tengo siempre una sensación de falta de concentración y de tener la cabeza demasiado llena. Me da dolor de cabeza e impresión de que mi cerebro no puede jamás calmarse ni aclararse. Es como una especie de charla automática, continuada, que me causa dolores de cabeza desde hace años". - así lo describía, gráficamente, otro paciente.

El padecimiento del estado Castaño Blanco no suele ser compartido con los demás. Es interior y generalmente trata de ser compensado mediante la toma de analgésicos o de otro tipo de tranquilizantes tipo "aspirina" u otros de mayor efecto cuando la dolencia se ha desarrollado más extensivamente).

Esta esencia floral aporta calma, claridad y paz mental. Permite recuperar la tranquilidad poniéndola a salvo de influencias exteriores.

Generalmente en este estado de paz interior se les presenta la solución a aquello a lo que tanto dan vueltas.

Con el tiempo, y, si es necesario, un proceso terapéutico, aprenderán a dirigir su pensamiento e imaginación de forma más constructiva y consciente hacia fines relajados y productivos.



El consejo de la flor

- a) *Tú no eres un cerebro.
Eres una persona.
Lo que piensas, también, forma parte de ti.*

- b) *No vas a resolver las cosas por darles más vueltas.
Genera un buen estado interior.
entonces las piezas del puzzle encajarán solas.*

- c) *Ordena y categoriza lo que das vueltas.
Escríbelo; sácalo así de tu mente.
Dibújalo; sácalo así de tu espíritu.*

- d) *Dominar y resolver algunos temas es un proceso lento.
Toma tu tiempo.*

- e) *Adiós, te dejo un último pensamiento de Castaño Blanco: cada
cosa en su sitio, de una en una y a su tiempo. El Castaño florece
en Abril.*



MOSTAZA (Mustard) ***"Sinapis arvensis"***

"Para quienes están expuestos a temporadas de melancolía, o incluso desesperación, como si les cubriese de sombras una negra nube fría que ocultase la luz de la alegría de vivir. Esos ataques pueden no tener ninguna razón o explicación.



En estas condiciones es prácticamente imposible mostrarse feliz o alegre".

El doctor Bach escribió: "esta esencia floral disipa la tristeza y otorga la alegría de vivir". El estado de ánimo correspondiente a la Mostaza es la oscura depresión, la melancolía abrumadora que acaba con toda esperanza y se abate "de golpe" sobre un individuo sin una razón aparente.

Puede desaparecer tan rápidamente como hizo su aparición, pero mientras dura envuelve a la persona como una oscura nube que oculta todo placer y toda felicidad. La depresión o melancolía es de una naturaleza tan severa que quita todo interés en la vida cotidiana. Le imposibilita a su víctima ser feliz, alegre o equilibrado en sus pensamientos; porque estos están centrados sobre sí mismo.

Es un gran peso para la persona pues no se puede liberar de ella hasta que se disipa por sí misma y no hay motivo aparente.

Se trata de un estado cíclico.

Este estado anímico muchas veces causa perplejidad en los



allegados, sobre todo porque no perciben motivo aparente para su desarrollo.

Suele ser tratada también con cierta frecuencia farmacológicamente o de forma psicoterapéutica, siendo en este caso de gran utilidad la combinación con la esencia de Mostaza.

La base de ayuda a una persona en este estado radica en el intento de que descubra la causa, detonante o elemento que le hace caer en esa oscuridad. Algo, sin duda, debe ocurrir en el fondo de su ser para que aparezca la melancolía y no pueda comprender su origen.

Esta dificultad para hablar y verbalizar el origen del mal -muchas veces se externaliza mediante el llanto- hace que la terapéutica de un estado Mostaza característico conlleve a veces bastante tiempo.

En su aspecto positivo la esencia de Mostaza va a conseguir que la persona no sólo comience a comprender el mecanismo emocional que le lleva a la depresión sino que deje de ser víctima, poco a poco, de su ir y venir cíclico.

Recuperan así la serenidad interna y el equilibrio, tanto en los días luminosos como en los oscuros, ya que se puede acomodar sin desesperarse a la variabilidad de estados.

Pueden entonces controlar los accesos de melancolía con su estabilidad, alegría y paz interior.

El consejo de la flor

*¡¡No todos los días hace sol!!
 ¡¡No todos los días llueve!!
 Estás triste y no sabes su causa.
 No puedes hablar.
 Lloras.
 ¿Quizás como un niño?*



*¿Te afectó algo?
¿Te hizo alguien daño y no te diste cuenta?
Quizás te haga bien llorar un poco.
Luego hablaremos.
Pero esto no puede seguir así todos los días.
Busca ayuda si la necesitas.
Tomará su tiempo.
De ti depende.*

*Firmado:
Mostaza.*



BROTE DE CASTAÑO (Chesnut bud) ***"Aesculus hippocastanum"***

"Para los que no sacan todo el provecho de la observación y la experiencia, y a quienes cuesta más trabajo y tiempo que a otros aprender las lecciones de la vida cotidiana.



Mientras una experiencia puede bastarles a algunos, otros necesitan más, a veces varias, antes de aprender la lección.

Por eso, a pesar suyo, se ven cometiendo el mismo error en diferentes ocasiones, mientras que hubiera bastado una sola vez, cuando no una observación de otros, para haber podido evitar incluso ese primer error".

Esta es la esencia floral que conviene en el estado en que una persona repite los mismos errores.

No son capaces de tomar lección de la experiencia, sea por indiferencia, falta de rapidez, falta de atención o de observación.

Este es el motivo por el cual se equivocan en las mismas cosas y tendrán que pasar muchas veces por las mismas dificultades hasta que, finalmente, adquieran sabiduría suficiente como para obrar con éxito en tales circunstancias.

Carecen de guía para el futuro pues no fueron capaces de aprender del pasado y presente.

Este estado emocional se relaciona con su dificultad de fijar conceptos, analizar y archivar información. Esto les sucede porque viven apresuradamente y, sobre todo sin poner atención y



reflexión en el presente; sin contactar en profundidad con la experiencia.

Es una de las esencias más idóneas para niños con problemas de aprendizaje, retraso mental o adultos con problemas de memoria.

Bajo la acción de esta esencia floral se comienzan a recordar y revisar elementos del pasado y del presente. Se comienza a sacar provecho de la experiencia diaria, a ver más globalmente la realidad y se facilita el aprendizaje.

Este estado emocional es fácilmente detectable en los niños, dado que en estos, socialmente, el aprendizaje ocupa un lugar muy importante.

En los adultos es mucho más costoso pues resulta difícil evaluar si una persona tiene conexión y aprendizaje profundos con aquello que está viviendo.

Tan sólo el hecho de percibir cómo, con el tiempo, "tropieza una y mil veces en la misma piedra" es un claro indicador de que la capacidad de aprender no le está siendo de utilidad a esa persona para enfrentar los retos de su existencia.

La descripción de Bach de esta esencia floral no obedece tan sólo a un estado emocional sino a una actitud existencial ante la vida: hay personas que contemplan la vida como algo que hay que desvelar y aprender cotidianamente y otras no.

Estas últimas tendrán, obviamente, más dificultad para sacar provecho de su experiencia, ya que esta posibilidad ni la contemplan ni la consideran importante.

Bach escribió: "esta esencia nos ayuda a vernos a nosotros mismos y a nuestros errores como lo ven los demás".

El consejo de la flor



*Soy un brote. El único brote que elaboró E. Bach.
Soy una flor en potencia.
Tengo que madurar.
Así es el conocimiento.
Necesita del aprendizaje para dar flores y frutos.
Un saludo de Edward y mío.
Lee este libro con atención y aprendiendo.
Te será de utilidad.
Adiós.*

*Firmado:
Brote de Castaño.*



CURSO FLORES DE BACH Y TERAPIA ESENCIAL OPEN BACH

Impartido por
Centro Edward Bach de Madrid
www.centroedwardbach.com

Estudio de las 38 flores de Bach.

GRUPO IV Para los que sufren de soledad



GRUPO IV. PARA LOS QUE SUFREN DE SOLEDAD

"MI PASEO"

*Después de veintidós días de lluvia,
entre cuatro paredes encerrado,
sin el sol, y siempre el cielo nublado:
me aproveché de la claridad rubia,*

*para ir al Retiro y, cual una gubia,
fui del fogón al aire oxigenado,
y mirando al firmamento estrellado,
brinqué cual mosquito sobre una alubia.*

*Por los paseos, iba en soledad,
soledad, que amenguaba mi quebranto.
¡Ven! aléjame de la humanidad.*

*De pronto me paré y contemplé un tanto,
a Campoamor, con tranquilidad,
suspiré, anduve un poco y, me dio un llanto.*

*Triste y lleno de espanto,
llegué por un camino a una placita
y al gran Galdós vi bastante oscurita.*

*Pues, ya era anochecido.
Miré lánguidamente, a los Poetas
y me volví perdiendo sus siluetas.*



VIOLETA DE AGUA (Water Violet) ***"Hottonia palustris"***

"Para quienes en la salud o en la enfermedad, les gusta estar solos. Gente muy callada, que se desplaza sin hacer ruido, hablan poco y con voz suave.



Muy independientes, capaces y seguros de sí. No suelen influirles las opiniones de los demás. Son reservados, dejan a la gente sola y siguen su propio camino. Con frecuencia inteligentes y con talento.

Su paz y serenidad es una bendición para quienes les rodean".

Estas personas o estado emocional obedece a una naturaleza tranquila. Les gusta la soledad porque poseen una gran serenidad y una enorme paz interior.

Independientes, hacen su camino y no se mezclan en los asuntos de los otros, pero al mismo tiempo no toleran que se inmiscuyan en sus problemas.

Aguantan en silencio sus penas y preocupaciones y jamás culpan a los demás. Cuando están enfermos prefieren que se les deje solos y tranquilos. Son inteligentes, dotados y son sus capacidades y sus profundos conocimientos lo que, a veces, les hace parecer pretenciosos y distantes.

El conflicto emocional radica en que cuando se desequilibran se tornan en exceso orgullosos, reservados, "más allá del bien y del mal", situándose muy alto con respecto a los "simples mortales". Esto, aunado a la distancia que toman respecto a lo que les pasa



a los otros les hace caer en el egoísmo y la soledad.

Este alejarse de los demás también les predispone a actitudes algo condescendientes, desdeñosas y a una cierta rigidez mental que encuentra su reflejo en su esquema físico: cuerpo algo rígido, erguido, "aristocrático"...

Son personas que no suelen compartir sus problemas, o, por lo menos, no a cualquiera.

La relación con los demás de las personas en este estado suele ser algo distante y fría. No admitirán interferencias, aunque ellos tampoco interfieren, ni buscarán dominar o convencer a los demás, en contrapresto tampoco se dejarán convencer o dominar.

Es difícil llegar a ellos en su desequilibrio porque suelen estar encerrados en su "torre de marfil".

La esencia floral de Violeta de agua ayuda a estas personas a recobrar la naturalidad en sus gestos, actitudes y comportamientos hacia sí mismo y los demás.

Les permite además poner al servicio de los demás sus grandes capacidades, pues en su sabiduría son calmados, educados, simpáticos y prudentes consejeros.

Pasan por la vida con elegancia, con equilibrio respecto a la distancia que toman con los demás (ni muy lejos, ni muy cerca) atendiendo solícitamente a los demás cuando estos les requieran sin despreciarlos o sentirse superiores.

Ello aunado a lo cómodos que se sienten con su forma de ser les convertirá en una auténtica bendición para los que les rodean.



El consejo de la flor

*Comparte, querido amigo.
Aprende el significado de la palabra: Amistad.
Tienes muchos dones.
Bríndalos con generosidad y desinterés a los demás.
Sin esperar nada a cambio.
Ellos te darán su calor.
Y tú preservarás la sana distancia de tu alma.
Aconseja; tú puedes hacerlo muy bien.
Un cálido beso.*

*Firmado:
Violeta de agua.*

P.D.: Los demás te darán el calor que sientes que te faltó; si te abres. No seas tonto.



IMPACIENCIA (Impatiens) ***"Impatiens glandulífera"***

"Para los que son de pensamiento rápido y veloces en la acción y que quieren que todo se haga sin vacilación ni retrasos. Cuando se encuentran enfermos, están deseando curarse rápidamente."



Les resulta muy difícil tener paciencia con las personas lentas, pues les parece un error y una pérdida de tiempo, y se esforzarán por hacer que esas personas sean más rápidas en todos los aspectos.

Suelen preferir trabajar y pensar solos, para poder hacer las cosas a su ritmo".

Este estado emocional corresponde a personas veloces a la hora de pensar y actuar. Toman con rapidez decisiones y prefieren trabajar solos, porque la lentitud de los demás conlleva el riesgo de molestarlos.

Comprenden rápidamente toda idea nueva o aquello de que se habla.

Si su interlocutor es lento en expresarse; acabarán su frase. Si utiliza despacio un objeto; se lo quitarán de las manos.

Son personas activas, nerviosas. Se mueven, comen y hablan rápidamente; son inteligentes e intuitivos.

Tienen tendencia a impacientarse y, a veces, irritarse contra los que no son tan despiertos como ellos, pero su ira acaba tan deprisa como empezó.



Cuando están enfermos jamás sienten que se están curando con la suficiente rapidez. Pierden la paciencia y se irritan tanto por la situación como con la gente a su alrededor.

Son proclives a los accidentes. Se hieren debido a su ímpetu.

Un paciente me definía su estado con precisión: "cuando llego a un sitio, siento que ya debería haberme ido. Si lo hago, es posible que me golpee con una silla, una mesa o algún otro objeto. Pero nada me puede detener. ¡Ay de quien lo intente! Me enfadaré con él, o mejor aún, me iré pegando un portazo. Así no pierdo tiempo enfadándome".

Recuerdo que le pregunté: bueno, realmente, ¿adónde vas con tantas prisas?

Me dio una respuesta a velocidad supersónica. Yo le insistí: escucha, ¿a dónde vas en esta vida?

Quedó callado y balbuceante.

iiClaro, hombre a mí no me gusta lo que me pasa, afirmó, por eso he venido aquí!! -dijo, medio enfadado- iiUn amigo me aseguró que con usted podría salir de este incómodo estado lo antes posible!!...

En la transformación de su estado estas personas aprenden a tomarse la vida con otra filosofía y otro ritmo. Respetan más el tiempo de los demás por lo que, poco a poco, aprenden a colaborar con los otros.

Se vuelven más respetuosos, menos violentos y temperamentales, se relajan y duermen mejor.

También desaparecen dolores musculares (calambres, contracturas, tortícolis...) y problemas digestivos y de tensión nerviosa que suelen ser la manifestación orgánica más común de este estado.



El consejo de la flor

Te va a dar tiempo.

No te preocupes.

Si sigues corriendo de aquí a allá no disfrutas cada instante.

No te enfades conmigo si te lo digo.

Cálmate.

Los tuyos te lo van a agradecer.

Tu lección es aprender cuándo has de correr y cuándo has de pasear.

Eso es todo.

No te haré más tiempo caso.

Empieza a hacerte caso tú.

Paciencia.



BREZO (Heather) ***"Calluna vulgaris"***

"Para quienes están constantemente buscando la compañía de cualquiera, pues les resulta necesario discutir sus asuntos con los demás, quienesquiera que sean. Son muy desgraciados si tienen que estar solos por un tiempo".



Esta es la esencia floral de los "parlanchines". No pueden dejar de hablar y contarles a los demás todas las cosas que para ellos son muy importantes: su viaje, el problema con su marido o hijos, lo que les pasó en el dedo gordo del pie, cómo tal persona les fascinó o les traicionó.

Abundan en detalles, enriquecen su relato con infinidad de reiteraciones, historias paralelas, comentarios... Todo ello interesantísimo, para que su interlocutor no les abandone.

No suelen escuchar mucho a sus "víctimas". Quedan reducidas a mover la cabeza diciendo que sí o a pequeños comentarios que el inagotable "Brezo" cortará con brusquedad: "sí, pero, el caso es que no te fijaste en que te dije..."

Como hay personas para todo, las personas "aquejadas" de este estado emocional siempre encuentran, y a fe que lo buscan denodadamente, una oreja presta a la escucha.

Si no es un amigo, ¡¡hasta los amigos se agotan!! , suele ser un



"barman", portero u otra persona que, debido a que está cumpliendo una función, no puede huir de su verborrea.

Esta es la razón por la que estas personas quedan solas. (Muy a su pesar pues lo aborrecen).

Una descripción típica de la persona Brezo es la siguiente: "siempre tiene que ser el centro de interés, en la mesa siempre se propone a sí misma o a algo que le pasó como tema de conversación. Sus familiares hacen apuestas sobre cuanto tardará en empezar a "largar su rollo".

Edward Bach les llamaba "lapas", pues otro rasgo de su carácter es su gran habilidad en impedir que se huya de ellos pues se esfuerzan denodadamente en impedirlo.

Agotan la vitalidad de los que les escuchan, en especial, de aquellos que son muy nerviosos.

La transformación positiva mediante la esencia floral de Brezo aparece en la capacidad de comprender a los demás, escucharlos y ayudarlos. Son capaces de dejar de lado sus propias dificultades para ocuparse de los ajenos.

En mi práctica terapéutica he comprobado cómo estas personas tan centradas en sí mismas llega un momento, durante su período de mejoría, en que se vuelven más sensibles a las expresiones faciales ajenas. Es como si de alguna forma empezaran a ser capaces de captar en ese interlocutor, al que antes ni veían, una persona molesta que expresa de forma sutil (sobre todo aquellos tímidos o temerosos) su disgusto.

De repente preguntan:

- ¿te molesto con todo esto?

Y si su interlocutor es lo suficientemente honesto para afirmar (pues a veces, encima, lo niegan) se quedan muy perplejos y musitan: ¿de verdad?



El consejo de la flor

¡Así que eres el centro del mundo!

¡Y todo el mundo debe saberlo!

Porque tu vida es muy interesante.

Y si no la contaras te sentirías muy solo.

Escucha.

Escucha.

Escucha.

Aprende del silencio y de la soledad.

¡¡Vete al campo a hablar con la naturaleza y deja en paz a los humanos!!

Escucha.

Tu; vida; está; vacía.

Lléjala; de; amor.

Adiós.

Firmado:

Brezo.



CURSO FLORES DE BACH Y TERAPIA ESENCIAL OPEN BACH

Impartido por
Centro Edward Bach de Madrid
www.centroedwardbach.com

Estudio de las 38 flores de Bach.

GRUPO V **Para los que sufren de** **hipersensibilidad** **a influencias e ideas**



**GRUPO V.
PARA LOS QUE SUFREN DE HIPERSENSIBILIDAD A
INFLUENCIAS E IDEAS.**

"LA ENVIDIA"

*Mi alma, sed de envidia angustiosa tiene,
y antes de que mi materia muriera,
mi alma, el dulce elixir beber quisiera
de la pura y gran esencia que contiene:*

*esencia de inocencia, que mantiene
sin nunguna mancha la edad primera;
esencia de pureza, que supera
a todas, porque de la Virgen viene;*

*esencia de sincera caridad,
que con su generosa y clara lumbre
se siente orgullosa la humanidad;*

*esencia de viva fidelidad,
que es la constante y verdadera urdimbre
con que esposos tejen la eternidad.*



AGRIMONIA (Agrimony) **"Agrimonia eupatoria"**

"Para personas joviales, de buen humor, que gustan de la paz y les disgustan las discusiones y las peleas hasta el punto de renunciar a muchas cosas con tal de evitarlas.



Aunque suelen tener preocupaciones e inquietudes y se sienten turbados en su mente y en su cuerpo, ocultan sus cuitas detrás de su buen humor y de sus bromas y se les considera buenos amigos.

Con frecuencia toman alcohol o drogas en exceso para estimularse y seguir sobrellevando sus tribulaciones con buen talante".

La base anímica de este estado radica en la ansiedad y tormento que son enmascarados mediante una apariencia de alegría y cortesía.

Las personas se presentan como compañeros joviales y con sentido del humor. Agrada estar con ellos.

Llevan superficialmente la máscara de la despreocupación, cuando en el fondo están muy turbados.

Estas emociones profundas las van a esconder encubriéndolas mediante un discurso superficial armado para caerles bien a los otros.



Tratarán de aparecer como importantes y ampulosos. Harán cualquier cosa para no entrar a discutir (lo que les haría aflorar, pues cuando se discute aparecen emociones profundas, su verdadero sentir).

Este estado hace que estas personas en muchos casos sufran de dolores en torno a su diafragma debido a que la ansiedad y la angustia operan negativamente, con prioridad, sobre esta zona. Su respiración se altera y es irregular. Estos dolores, ardores en ocasiones, los van a tratar de aliviar fumando, bebiendo, tomando drogas, comiendo. Adicciones estas que para ellos nunca son tales o carecen de importancia, para ellos se trata de: "un cigarrillo para los nervios", "una copichuela", "un porrillo", "una pastillita para el insomnio"...

Su dificultad para expresar lo que sienten se debe en parte a un cierto sentimiento de inferioridad, a una necesidad de "moldearse" según la forma de ser de los demás y a que son un poco superficiales y desconectados de sí mismos.

En la modificación de este estado comienzan a ser más profundos y conscientes de sus problemas. Igualmente van comprendiendo que la máscara que llevan puesta, en el fondo, no les es tan útil pues los demás son capaces de darse cuenta de cómo es realmente.

También comprenden que el engaño, a largo plazo, es perfectamente inútil.

Se transformará su relación con las dependencias, poco a poco, abandonándolas o comprendiendo que ocupan un lugar excesivo en sus vidas...

Un amigo mío, muy divertido, bromeaba entre copas. Cogía una botella de cerveza, la escanciaba generosamente sobre su vaso y afirmaba: me voy a hacer una "terapia"; a continuación engullía literalmente la bebida. Y ahora me voy a tomar unos "síntomas": cogía unos pinchitos de morcilla y chorizo y se los zampaba sin



conmiseración.

Acababa hablándole a la botella (a la que llamaba "señor terapeuta") contando chiste tras chiste.

Su abultado abdomen le permitía pesar 120 kilos y no contarle a nadie que, desde que se separó, para él nada tenía sentido.

El consejo de la flor

Tienes derecho a conservar tu secreto.

Pero no a que te devore.

Tratas de agradar a los demás.

Y estás destrozado.

Soy una pequeña flor amarilla y la gente se alegra al verme.

Pero yo no hago nada especial para ello.

¿No crees, de verdad, que habría personas que te aceptarían y comprenderían tal como eres?

Piénsalo; por favor.

Agrimonia.



CENTAURA (Centaury) ***"Centaurium umbellatum"***

"Personas calladas, tranquilas y suaves que se desviven por servir a los demás.



Sobreestiman sus fuerzas en su ansia de agradar.

Su deseo crece de tal modo en ellos que se convierten más en esclavos que en ayudas voluntarias.

Su bondad les lleva a hacer más trabajo del que les corresponde, y al hacerlo así pueden descuidar su misión particular en esta vida".

Las personas en el estado Centaura son tranquilas, a veces tímidas, faltas de personalidad, dóciles y siempre dispuestas a hacer no importa qué por los demás. Sumisos, dejan con facilidad que se les impongan cosas y la gente sin escrúpulos muchas veces se aprovechan de ellos.

Son personas manipuladas, de las que se abusa porque carecen de fuerza de voluntad para rechazar lo que no les gusta. Con este comportamiento fortalecen la forma de actuar de los tiránicos.

Se cansan fácilmente y parecen faltos de vitalidad. Se muestran como seres pálidos y sin fuerzas a pesar de que pueden ser, mentalmente, activos, atentos y despiertos.

Estas personas no discuten, no se defienden. Son rápidas para hacer lo que se les dice. Sus actos y ambiciones son muy a menudo influenciados por las exigencias y las ideas de sus compañeros; así como por las convenciones sociales.



Como no siguen sus propias ideas, deseos o ambiciones, dejan escapar las ocasiones de felicidad a las que la acción independiente y la experiencia les habrían llevado.

Pasan muchas veces su vida ligados, sin necesidad, a su familia y sus padres.

Esto les lleva a no tener en cuenta su propia misión en la vida.

Se dedicarán a cuidar a los enfermos, a servir a sus padres, a cumplir con su trabajo.

En realidad están domesticados en lugar de ser ayudas constructivas.

Los demás, los que les someten, difícilmente les dejarán escapar pues obtienen mucho beneficio a su costa.

Esta esencia floral da vigor al espíritu y al cuerpo. Ayuda a comprender la ayuda a los demás de una forma más discernida, calmada y consciente.

Aprenden cuándo dar y cuándo rechazar.

Se mezclan con los otros sin perder su individualidad.

Seguirán sus propias opiniones, las defenderán y obedecerán a la "voz sabia de su yo interior".

Entenderán que es prioritario el cumplimiento de su propia misión, al servicio esclavo a los demás y que para ello han de desarrollar sus propios criterios.



El consejo de la flor

Colócate de igual a igual con los demás.

Tú eres su igual.

Aprende a poner límites.

Decide lo que das y lo que no.

Decide hasta dónde llegarás.

Descubre el sentido de tu verdadero deber. Cúmplolo.

Piensa que en este mundo hay muchos que "saben" lo que han de hacer.

Pero pocos lo hacen.

Y esto es porque muchas veces las circunstancias y los demás les someten.

Y ellos no se atreven.

Centauro.



NOGAL (Walnut) ***"Juglans regia"***

"Para los que tienen ideales y ambiciones bien definidas en la vida y los cumplen. Algunas veces se ven tentados de apartarse de sus propias ideas, propósitos y trabajo, ante el entusiasmo, convicciones o sólidas opiniones de los demás."



El remedio da constancia y protege ante influencias externas".

Personas o estado anímico donde los ideales y ambiciones vitales están muy definidas. Los objetivos que les preocupa lograr tienen para ellos tal importancia que no tienen en cuenta los obstáculos que se podrían encontrar.

Difícilmente influenciados por los demás en ocasiones una personalidad más fuerte o algún hecho les reduce a un estado de dependencia.

Otro aspecto reseñable de esta esencia floral es su efecto en los momentos de cambio. Bach, escribió: "esta esencia es útil en momentos de evolución como los primeros dientes; pubertad, cambio de vida".

Sirve para hacer fructificar las grandes decisiones que se toman a lo largo de la vida tales como un cambio de religión, de trabajo o de país.

Es la esencia para los que han decidido dar un gran paso adelante, romper las convenciones, escapar a los límites y



restricciones interiores, entrando en un nuevo camino.

Muchas veces esto conlleva un sufrimiento físico debido a ligeros remordimientos y "desgarramientos del corazón". La esencia floral libera, tanto de las cosas del pasado, heredadas, como de las circunstancias presentes".

El Nogal es la esencia floral que permite seguir en el camino de los pioneros con constancia y determinación. Así las personas pueden llegar hasta el final del desarrollo de sus convicciones y obras sin ser detenidos o afectados por la adversidad.

En cierto sentido podemos pensar que el mismo Edward Bach fue un claro ejemplo de este estado emocional.

Perseveró en su camino y convicciones a pesar de que se le oponían todos los criterios médicos de la época, las opiniones y burlas de sus ex-colegas y la poderosa influencia de su propia formación médica.

En la práctica terapéutica se comprueba cómo otro aspecto que estas personas han de integrar en sus vidas es, la capacidad de recibir y considerar opiniones supuestamente divergentes de las suyas, de tal forma que les puedan ser de utilidad en su misión sin que por ello les desvíen del eje esencial de la misma.

El consejo de la flor

Haz tu sendero.

Yo te protejo.

escucha a unos y otros.

Da a cada cual su valor.

Y sigue caminando.

Podrás llegar a sabio; pero nunca lo sabrás todo.

No te desvíes.

Adelante.

Firmado:

Nogal.



ACEBO (Holly)
"Ilex aquifolium"

"Para los que se ven frecuentemente atacados por pensamientos como la envidia, los celos, la venganza, la sospecha.



Para las distintas formas de vejación.

Por dentro pueden sufrir mucho, con frecuencia, sin existir causa real de su desdicha".

Este estado es básicamente de odio, ira, envidia del éxito de los demás, desamor.

Son personas que temen que se les engañe. Se trata de un estado algo irracional donde, en ocasiones, fuera de toda lógica y de todo dato objetivo la persona se tortura interiormente con ese resquemor.

Esto les puede hacer planificar venganzas, desconfianzas, una necesidad excesiva de aprecio o bien la sensación de que él es un desposeído mientras los otros poseen de todo.

Un aspecto a considerar en estas personas es su ambivalencia respecto a las emociones de amor y odio. Lo que podríamos denominar "amorodio". El "amorodio", con toda su ambivalencia, les marca y les impregna en su percepción del mundo la cual realizan en exceso desde esta óptica.

Es como si estuvieran siempre con unas gafas puestas que lo único que les permite ver es si los demás les quieren o no, si les



han dejado de querer, si quieren más a otros, si deberían hacer algo para recuperar su amor, si les quieren realmente, si prefieren un objeto o un trabajo a "amarles", si el amor será eterno...

Crean y recrean "fantasmas" y situaciones donde manifestar esos celos y sospechas.

Buscan tanto el amor que acaban generando el odio como necesaria contrapartida.

Algunos casos en los que se dan estas situaciones de ambivalencia afectiva son: los niños cuando tienen un nuevo hermano, algunos padres al contraer matrimonio sus hijos, las parejas, personas torturadas por la vida que acaban odiando a sus semejantes...

Hasta la transformación de su estado estas personas pueden ser realmente nocivas y dañinas para los demás. El odio es una emoción inmensamente poderosa y sus primos la envidia, los celos, la venganza y la sospecha tampoco le van a la zaga. Tanto es así que gran número de consultas psicoterapéuticas se realizan por estos motivos.

En su transformación las personas se desentienden poco a poco de esta cenagosa forma de ver y sentir la existencia. Reconocen sus emociones pero no se dejan atrapar por ellas.

El amor se vuelve más puro, sincero, generoso y desinteresado lo que hace que deje de importarles tanto lo que logran los demás o lo que reciben de ellos pues están seguros de que lo importante es la generosidad de su corazón y no el devenir de sus ilusiones.

Se centran en la realidad y obran con mayor objetividad y afecto.

E. Bach hizo saber que esta esencia floral podía, al igual que la Avena Silvestre, darse en el caso de que el terapeuta desconociera la o las esencias a recetar.



Acebo "aclara" el campo emocional en personas activas. (Recordemos que Avena Silvestre ayudaba a discriminar en personas pasivas).

Al igual que en la otra esencia se debe dar Acebo durante un tiempo hasta que afloren con claridad las emociones subyacentes y, entonces, cambiar las esencias.

El consejo de la flor

Ama...

Dejando al otro libre.

Da...

Por el placer de hacerlo.

Deja fluir en ti el verdadero Amor y reconoce el odio para que no te domine.

Firmado:

Acebo.



CURSO FLORES DE BACH Y TERAPIA ESENCIAL OPEN BACH

Impartido por
Centro Edward Bach de Madrid
www.centroedwardbach.com

Estudio de las 38 flores de Bach.

GRUPO VI Para los que sufren de abatimiento y desesperación



**GRUPO VI.
PARA LOS QUE SUFREN DE ABATIMIENTO Y
DESESPERACIÓN**

"LA PESADUMBRE"

*No tengo mucho aliento para hablar,
reducidas fuerzas para vivir,
apenas ánimos para sentir,
y muy poca vida para soñar.*

*Consecuencia, del afán de pecar,
debido, a tanto disfrutar y reír,
motivo, de que estoy harto de latir,
y debido a que estoy harto de gozar.*

*Estúpida y mísera vida llevo,
castigando a mi blando y pobre cuerpo
y no cumpliendo con él como debo.*

*El placer, el gusto y el deleite intenso
son caretas del pesar y amargura
que me llevarán al infierno inmenso.*



ALERCE (Larch) ***"Larix decidua"***



"Para quienes no se consideran tan buenos o tan capacitados como quienes les rodean, que esperan el fracaso, que sienten que nunca harán nada bien, y que por eso no se arriesgan ni se esfuerzan por tener éxito".

El sentimiento de fracaso es la temática dominante en esta esencia floral. Se menosprecian a sí mismos porque se comparan excesivamente con los demás; a los cuales tienen siempre como referencia.

De esta manera se niegan todo posible éxito que puedan tener, incluso se niegan el avanzar lo suficiente como para alcanzarlo.

Por otro lado existe en ellos una expectativa clara de fracaso. De antemano, comparándose con los otros, han decidido de forma más o menos conscientes que no serán capaces. Y claro ¡no lo son!

Es la inseguridad crónica o transitoria, el complejo de inferioridad que muchas veces se gesta ya en la infancia con frases del tipo: "eres un inútil", o bien, "no sirves para nada".

Este aspecto evolutivo no debe ser olvidado cuando se trabaja con esencias florales.



Todos estos estados emocionales se han gestado, a veces, desde mucho antes de su manifestación, a través de las relaciones personales y experiencias vitales que las personas tienen. Es por ello por lo que insistimos, y más en este grupo del desaliento y la desesperación, que revertirlos es a veces lento.

En ocasiones los hombres y mujeres que sufren este estado tienen también síntomas de impotencia sexual y rasgos de su forma de ser que les lleva a sobrevalorar la juventud, la delgadez, lo "exhibicionista". Como para ellos resulta imposible encajar en estos modelos "ideales"; se desvalorizan.

El trabajo terapéutico y con esencias florales en estas personas inseguras implica trabajar en el sentido de que se afirmen y reconozcan lo que de positivo hay en sí mismos y en sus vidas. Ello les ayuda a que entiendan más objetivamente lo que ven en los demás (es decir, que muchas veces les están idealizando).

A partir de aquí es posible que empiecen a desarrollar nuevas vivencias, experiencias, personas, grupos donde ponerse a prueba, obtener logros materiales, personales y sociales y conocerse (y reconocerse) como victoriosos (no sólo como fracasados).

Aprenden a proponerse metas cortas, a medio y largo plazo y a esperar lo mejor pues con su esfuerzo, habilidad y seguridad lo pueden lograr.

Otra lección de interés para estas personas que su vivencia y la esencia floral les desvela es que si fracasan no tienen por qué hundirse o dejar de intentarlo sino que la palabra "imposible" no existe y que todo ello a su tiempo, si se intenta de forma perseverante.

El consejo de la flor

Puedes conseguirlo si te lo propones.



*Pero debes intentarlo
una y otra vez.
Si realmente lo deseas.*

*Firmado:
Alerce.*



PINO (Pine)
"Pinus silvestris"

"Para quienes se acusan a sí mismos. Incluso cuando algo les sale bien, piensan que podían haberlo hecho mejor, y nunca están satisfechos de sus esfuerzos o de sus resultados. Trabajan mucho y sufren mucho de los errores que se atribuyen.



A veces, los errores se deben a otros, pero ellos se sienten responsables también".

Este es un estado de culpa. Estas personas se autorreprochan, jamás están satisfechos con lo que hacen y se castigan a sí mismos por no hacerlo mejor.

En ellos aparece también una cierta tendencia a censurarse por los errores de los otros de los cuales se sienten, de alguna forma, responsables.

Son escrupulosos y se exigen a sí mismos un clavado nivel de perfección que puede llevarles a trabajar en exceso. Esto les causa mucha tensión emocional debido a que hacen grandes esfuerzos para mejorar su forma de ser.

Esta culpabilidad les priva de gozar más de la vida.

También les resulta difícil aceptar objetos de valor porque él cree que carece del mismo: "me siento culpable por aceptar unos regalos demasiado generosos, los cuales realmente no necesito, mientras hay gente más infeliz que yo" -afirmaba un paciente en este estado.



Sienten que no merecen Amor verdadero. Su concepto del Bien y del Mal es demasiado restrictivo, simple, están cubiertos por una religiosidad mal entendida.

Edward Bach decía de ellos: no han llegado a entender que reprocharse a sí mismos o a los demás es ir contra la Universal Creación de Amor. Restringirnos, limitar nuestro poder, es impedir a este Amor generoso expandirse a través de nosotros hacia los demás".

Este sentimiento de culpa les limita y debilita interiormente y también les limita en la imagen que transmiten a los demás que les pueden percibir como personas incapaces de hacer con sencillez cualquier cosa pues siempre lo llenan de culpas equivocadas.

En su estado positivo aprenden a perdonarse a sí mismos. Comienzan a aceptarse, también en sus errores y culpas; perdonándose.

Se muestran también más dispuestos a tomar responsabilidades y a cargar con el peso de los demás si perciben que verdaderamente pueden ayudarlos.

Empezarán a reconocer sus errores de forma objetiva pero estos no les detendrán.

Sus peores rasgos se convierten en tenacidad y humildad.

Estos aspectos no significan que esta esencia elimine el sentimiento de culpa que es lógico sentir en determinados momentos, simplemente lo pone en su lugar justo, lo relativiza y matiza, ayudando a la persona a reflexionar sobre el Bien y el Mal en lugar de enfermar, víctima de esa polaridad.



El consejo de la flor

*¡¡Quien pide perdón es porque se siente culpable!!
Esto hay que hacerlo; esto no.
Caerás en el infierno si dices eso.
¿Te suenan estas frases? -querido amigo.
Necesitas liberarte.
Explorar con riesgo más allá de los límites de la culpa.
¿Por qué no te atreves...?
Pruébalo y luego me lo cuentas.*

*Atrevidamente:
Pino.*



OLMO (Elm)

"Ulmis procera"

"Para quienes hacen un buen trabajo, siguen la vocación de su vida y esperan hacer algo importante, y con frecuencia en bien de la humanidad.



En ocasiones puede haber momentos de depresión cuando sienten que la tarea que han emprendido es demasiado difícil y sobrepasa el poder de un ser humano".

El estado anímico Olmo es un sentimiento ocasional de insuficiencia en el cual la persona se descorazona y siente que no será capaz de cumplir con su tarea.

Son personas que muchas veces se encuentran en puestos o lugares de mucha responsabilidad. Casi siempre seguros de sí mismos, de sus deseos y de realizarlos. Estas personas en determinados momentos se sobrecargan debido a que les abruma la incapacidad de dar el siguiente paso en su actividad. (También puede ser que la responsabilidad les pese en exceso o que repentinamente tomen conciencia de que lo que están obteniendo no es parejo al esfuerzo realizado).

En ese momento crucial corren el riesgo de no sentirse a la altura de la situación y originar un error que les perjudique seriamente a ellos y a aquellos que de su trabajo dependen.

Algunos síntomas que se manifiestan en este estado son: sensación de agotamiento, pesadez, necesidad de dormir excesiva, esfuerzos constantes por mantener un nivel óptimo, dudas de su



capacidad, obsesiones en torno al tema que les ocupa.

Estas personas suelen tener una imagen de sí mismos que no corresponde a la realidad: se sobreestiman; muchas veces como reflejo de alguien ideal al que admiran. Su desfallecimiento, que, repetimos, es momentáneo, muchas veces adviene en el momento en que sienten que no pueden cumplir y comportarse en base a esa autoimagen o ese ideal.

Recuerdo un amigo que trabajaba en un gran Centro de Salud. Sobre su persona caían un sinfín de responsabilidades tanto personales como administrativas. Su teléfono sonaba constantemente y su mesa de despacho estaba siempre plagada de papeles y de material informático.

Su sueño dorado era crear una Clínica Privada por su cuenta y dedicaba sus ratos libres a establecer contactos con una sociedad extranjera para gestionarlo.

Dos años le llevó la preparación de su proyecto.

No enfermó ni un sólo día en ese tiempo.

Justo en el momento en que partía de viaje para firmar los contratos que le consolidarían su proyecto; enfermó.

Pude verlo aquellos días: estaba tan abrumado, tan preocupado y fatigado que era totalmente lógico que reposara su fracaso en la cama.

Recuerdo que le hablé de E. Bach, el estado Olmo y lo que le había sucedido.

No me quiso creer: ¿qué relación puede haber?, me dijo.

Le contesté: veremos. Dejaremos el tema de forma experimental. La próxima vez que te encuentres a punto de consolidar tu proyecto a ver qué pasa.

La siguiente vez fue ingresado en el país al que se dirigía.



- No comprendo, me dijo, fue ver todos esos contratos sobre la mesa y, de repente, sentí todo lo que se me venía encima para los años venideros; pedí ir al baño y allí fue donde me dio... Primero una punzada a nivel del corazón y luego la cabeza se me llenó de brumas...

El estado Olmo positivo y transformado emerge cuando la persona es capaz de asumir responsabilidades coherentes con sus posibilidades, descansar y delegar a los demás los excesos.

Dormir, descansar y vacaciones son palabras mágicas para ellos.

El consejo de la flor

Te agobias.

Te saturas.

No te das cuenta de que te exiges más de lo que en realidad puedes hacer.

En ese momento crítico puedes pedir ayudas exteriores de fuerzas sólidas como la mía.

*Soy un árbol de gran porte y por tanto soporto grandes cargas.
Nada me tumba, mi base, enorme, sostiene firme las ramas.*

Apréciame en esos momentos límites: te enseñaré a seguir adelante o a detenerte. Pero ante todo te enseñaré cómo superarte en el momento crítico.

*Con mucho valor:
Olmo poderoso.*



CASTAÑO DULCE (Sweet Chesnut) **"*Castanea sativa*"**



"Para esos momentos que tienen algunas personas en los que es tan grande la angustia que les parece absolutamente insoportable.

Cuando la mente o el cuerpo se sienten al límite de sus fuerzas y ya no pueden más.

Cuando parece que ya sólo queda la destrucción y el aniquilamiento".

E. Bach describe esta esencia floral refiriéndose a un estado límite de espantoso y total decaimiento psíquico, donde la persona siente que su alma está en vías de aniquilación. Es una desesperanza total que sienten aquellos que piensan haber llegado a los límites de sus posibilidades. Es la tortura mental en su último nivel. Su espíritu y mente están ya a punto de no poder resistir más y sólo les queda un enorme vacío tanto para el pasado como para el futuro.

La persona se abandona, el agotamiento es total.

Este es un estado agudo, puntual (de hecho es tan sumamente sufriente que no se puede soportar mucho tiempo sin desplazarse hacia otro) que adviene a personas que sufren con una intensidad que parece ir más allá de los límites de la resistencia humana.

Los que sufren esta desolación y la resisten como pueden tienen continuamente la impresión de que se van a "romper", en contra de su voluntad o intención.

No adviene este estado fácilmente sino que suele ser resultado



de un encadenado de sucesos desagradables que van minando la resistencia natural de todo ser humano.

Ejemplos bastante paradigmáticos del estado Castaño Dulce se dan en conflictos bélicos donde las personas, hoy pierden un familiar, mañana un amigo y al mes siguiente su casa y pertenencias; para acabar en el hospital, heridos.

El aspecto positivo de este estado se encuentra en aquellos que, a pesar de ser las víctimas de esta gran angustia todavía pueden encontrar el sentido de sus vidas y poner su confianza en aquello en lo que tienen fe.

E. Bach decía que eran momentos para pedir a lo "más alto" y que esa petición de ayuda sería escuchada. En esos momentos pueden, incluso, cumplirse milagros.

No debe confundirse esta esencia con el "Remedio de Rescate". El estado Castaño Dulce se ha ido originando poco a poco, no es un estado puntual que deba ser "rescatado".

(Añadimos esta aclaración por considerarla de interés ya que con frecuencia se confunden. De hecho, muchas veces debería darse Castaño Dulce y en su lugar se da "Remedio de Rescate").

El consejo de la flor

*Desapareció la dulzura de tu vida.
Se marchitó aquello que más amabas.
Te has ido sumiendo, poco a poco en la oscuridad.
Tus resistencias han sido minadas hasta el límite.
¿No eres el único al que le pasa, sabes? Unos resisten y superan
y otros no.) Te has preguntado el porqué de la diferencia?
Fe y confianza en la generosidad de la vida.
En el momento límite de la oscuridad sin nombre, iluminará tu
corazón con un rayo de la luz de la Gran Esperanza.
Y seguirás.*



*Escríbeme cuando todo haya pasado.
Te vendrá bien.*

*Firmado:
Castaño Dulce; tu amigo.*



ESTRELLA DE BELÉN (Star of Bethlehem)
"Ornithogalum Umbellatum"

"Para los que están muy deprimidos por circunstancias que producen una gran desdicha momentánea.



El golpe de una noticia grave, la pérdida de un ser querido, el miedo que sigue a un accidente, etc.

Para quienes por un tiempo se niegan a que se les consuele, este remedio les ayuda a sobreponerse".

Esta esencia floral es útil para las secuelas aparecidas tras un golpe o toda clase de shock mental y físico.

Acelera las fuerzas de recuperación en los períodos que siguen a situaciones traumáticas.

Esto hace referencia a que en determinadas situaciones, generalmente cuando las "defensas" de la persona están bajas, un suceso vital o experiencial causa un deterioro interior -psíquico o físico- en la persona que deja una "huella". Este deterioro da lugar a los síntomas, que pueden aparecer incluso mucho más tarde sin que nadie los relacione con aquello que sucedió.

La palabra trauma se utiliza mucho en un contexto relacionado con la infancia.

Los niños recibirían gritos, golpes o impresiones que no pueden asimilar debido a que su desarrollo interior aún no es pleno. En esos momentos las reacciones más adaptativas, mas sanas para la persona serían reprimidas: no pudieron gritar, llorar, soltar su



agresividad, o, simplemente, dialogar.

Estas emociones quedan en el interior de la persona en forma de impresiones dolorosas (de dolor) que se reactivaría cada vez que se presentara una situación análoga.

La Estrella de Belén elimina estos restos de dolor causados por los traumas permitiendo, no sólo una gran liberación de energía (pues el organismo resulta dañado por la "impresión" traumática) sino el poder recuperar en situaciones análogas la objetividad.

Este estado lo podemos ver con sencillez en los niños golpeados en la infancia. Cuando los adultos van a acariciarles la cabeza ellos tienen una reacción mecánica de autoprotección (interponen su mano o desvían el rostro). Esta reacción mecánica está desconectada de la realidad -nadie quiere golpearle sino darle cariño- pero guarda relación con los golpes y el dolor que recibió cuando era más pequeño.

Estrella de Belén va a colaborar, también, con aquellas terapias destinadas a liberar el dolor del pasado.

Su efecto consiste en permitir que el sistema biológico, la persona en su totalidad, integre, limpie, asimile y filtre todo aquello que le resultó conflictivo.

Es una de las esencias florales más útiles para "purificar" el inconsciente.

El consejo de la flor

Lo que te sucedió en tu pasado te ha dejado una huella interior.

Sientes el dolor de tu infancia.

El dolor de un golpe.

De una pérdida.

De un accidente.

Sólo fue un instante, pero no pudiste sobreponerte.



*Quizás ya no te acuerdas.
Pero sigue dentro de ti y marca tu vida.
Te ayudo a encarar los "restos" de tu pasado.
Acepta mi ayuda y mi consuelo.
(Quizás, te digo con ternura, sólo fue un pequeño golpe, pero
a ti te hizo daño)*

*Un abrazo.
Estrella de Belén.*



SAUCE (Willow) **"*Salix vitellina*"**

"Para quienes han sufrido una adversidad o una desgracia y les resulta difícil aceptarla sin quejas o resentimientos, pues juzgan la vida más por el éxito que aporta.



Les parece que no se merecen un revés tan grande, que es injusto, y se vuelven amargados.

Suelen perder interés y mostrarse menos activos en las cosas de la vida que antes les gustaba".

Este estado emocional se da en las personas que enfrentan la vida con amargura. Suelen responsabilizar a los demás de cada desgracia o adversidad que les adviene. Afirman: "No merezco esta mala suerte. ¿Por qué me pasa precisamente a mí?".

Tienen la impresión de que el destino les ha marcado con la señal del fracaso y el sufrimiento; pero jamás serán conscientes de que ellos son el origen del problema.

Esta sensación de que son tratados de forma injusta les lleva a envidiar la felicidad ajena; el éxito, la salud o fortuna de los otros.

En la enfermedad son inconformistas.

Les va a costar aceptar las mejorías puesto que no están dispuestos a aceptar y reconocer su responsabilidad en la producción de lo que les pasa. Como ellos no van a asumir esta faceta se vuelven amargados, quejosos, irritables; siempre insatisfechos. Su frase típica sería: "puede que tenga mejor cara para ti; pero estoy igual".



Susceptibles y siempre de mal humor acumulan negatividad con la expectativa más o menos consciente de fastidiar a los otros (lo que con el tiempo se vuelve contra ellos).

Expanden a los demás la tristeza y la desesperanza siempre que tienen ocasión.

Egoístas, toman sin dar a cambio. Aceptan como lógica toda ayuda que se les de sin agradecimiento.

No pueden entender que son los únicos responsables de sus molestias y que son ellos los que han provocado las causas que han generado sus pensamientos negativos. Prefieren "estar furiosos" y reñidos con el mundo y llegan a límite de preguntarse: "cómo los otros pueden estar bien o sonreír si la vida es insufrible".

Este resentimiento con la vida y con los demás hace tiempo que se conoce la hipótesis de que es causa productora de graves enfermedades. Ello no es extraño ya que personas así difícilmente pueden encontrar felicidad alguna en la vida.

Los demás es posible que sufran mucho con estas personas: antes de que enfermen con sus actitudes personales y después de enfermar con la disposición tan negativa y cerrada que tienen respecto a lo que les pasa.

No es fácil tratar con ellos, en muchos casos decirles las cosas con claridad hace que odien aún más a quien se lo dijo (¡cómo se atreve!!) y que se aparten de él (si es un amigo se puede perder la amistad).

Como psicoterapeuta recomiendo mucho tacto en la relación con ellos: hay momentos y formas de hacerles llegar noticias de quiénes son realmente.

El lado positivo de este estado emocional revela gran optimismo y fe. Lo tienen aquellos que reconocieron su responsabilidad en las



pruebas que encontraron en su camino. Estas personas atraen hacia sí lo bueno o lo malo según la naturaleza de sus pensamientos y tiene conciencia plena de que está en su poder hacerlo.

El consejo de la flor

¿Qué te han hecho los otros?

Tienes lo que mereces.

Ni más ni menos.

Existe una gran justicia aunque tú no lo percibas.

Es esto lo que te hace libre de cambiar tu destino.

¿Tan ingenuo eres que crees que la vida tiene la obligación de darte todo lo que deseas?

Te equivocas.

Piensa y descubre quién eres.

Descubre la libertad de modelar tu vida.

Afablemente:

Sauce.



ROBLE (Oak) ***"Quercus robur"***



"Para quienes se debaten y luchan denodadamente por su bienestar o las cosas de la vida cotidiana. Intentarán una cosa tras otra, aunque su caso parezca desesperado.

Seguirán luchando. Están descontentos de sí mismos en la enfermedad si esta interfiere con sus deberes o les impide ayudar a los demás.

Son personas valientes que se enfrentan a las grandes dificultades sin pérdida de esperanza o de esfuerzo".

Este estado o tipo de personalidad corresponde a los luchadores natos.

A aquellos firmemente empeñados en sacar adelante iniciativas, por dificultosas que sean poniendo toda la "carne en el asador".

Un paciente, pintor, intentó denodadamente presentar cuadro tras cuadro a sucesivas galerías de arte, exposiciones y concurso. Trataba de acabar, al menos, un cuadro a la semana y se basaba siempre en los temas escogidos para el próximo concurso convocado.

Pasado el tiempo, tras tomar Roble y entender un poco mejor el sentido de su trabajo decidió descansar y replantearse su obra: en su lucha por el triunfo se dio cuenta de que no se había planteado siquiera qué le gustaba pintar y con qué estilo.

Así suelen ser las personas en el estado emocional Roble, se



mueven por motivaciones sociales (éxito, poder, dinero...) luchando por conseguirlo hasta el límite y no se preguntan interiormente el sentido subjetivo que para ellos tiene la consecución de todo eso.

Son muy propensos a las contracturas de hombro y cuello, problemas de cervicales, infartos, cansancio, agotamiento...

En la enfermedad tienden a fracturarse: son incapaces de captar las señales de auxilio de su cuerpo (no les queda tiempo ni ganas para ello).

Así le pasó a mi paciente pintor. Por fin encontró su estilo y empezó a exponer, una vez, dos... Hasta cuatro exposiciones en distintos lugares del mundo llegó a tener.

Era famoso, adinerado y supuestamente feliz.

Sin embargo, su temperamento Roble, que aún desconocía en su profundidad le llevó a convertir el dinero en un fin en sí mismo.

Acumulaba y acumulaba en su cuenta bancaria pensando que cualquier día tendría tiempo y relax para gastarlo adecuadamente.

Tras dos años de trabajo ininterrumpido decidió, forzado por el stress, tomarse unas vacaciones en la montaña.

Descubrió entonces, tras la fractura que sufrió en su primera escalada a un pequeño monte, que si seguía a ese ritmo su mano era posible fuera incapaz de dar una sola pincelada.

Aquella fue la alerta definitiva, comenzó a tomarse la vida con más tranquilidad pintando lo que le gustaba. Dejó de luchar tanto por el dinero y fue entonces cuando descubrió su verdadera profesión: él era un artista; un pintor.

El consejo de la flor



*Pregúntate el sentido de tu lucha, ponla límites y gradúala.
Tienes vida por delante, dedícala a los valores que realmente
llenarán tu espíritu.*

*Te dejo descansar:
Roble.*



MANZANO SILVESTRE (Crab Apple)

"Malus pumila"

"Es el remedio de la limpieza.

Para quienes sienten como si hubiera en torno a ellos algo no muy limpio.

A veces es algo aparentemente poco importante: en otros casos puede haber una enfermedad más grave que suele pasarse por alto comparado con aquello en que se fijan.



En ambos tipos están ansiosos por verse libres de una cosa en particular que a ellos les parece mayor y tan esencial que hay que curarles de ella.

Se quedan muy abatidos si fracasa el tratamiento.

Este remedio, que limpia, purifica las heridas, si el paciente tiene razones para creer que le ha entrado algún veneno que hay que eliminar".

El Manzano Silvestre es la esencia floral de los higienistas. De los que están obsesionados por la limpieza.

En este estado la persona suele creer que algo en su interior está sucio o impuro y que debe eliminarlo a toda costa. Dedicán toda su vida y estructuran todo su tiempo en torno a esta necesidad sin darse cuenta de que habría otros aspectos de su personalidad o forma de ser, más importantes, que debería cuidar y mejorar.



Esta esencia floral restituye en ellos el sentido de proporción, de hasta qué punto es importante realmente eso que tanto les ocupa.

Este aspecto psicológico guarda relación con una mala aceptación del propio cuerpo y con una cierta manía con la limpieza: personas que se lavan una y mil veces las manos, sienten asco al hacer el amor, les asustan obsesivamente los microbios, les causa repugnancia compartir el mismo plato o vaso...

También en este aspecto la esencia floral de Manzano Silvestre ayuda a relativizar estos pensamientos.

Otra función de Manzano Silvestre se encuentra como purificadora y depurativa orgánica en casos de psoriasis, verrugas, acné, alergias, problemas en mucosas, catarros...

En estos casos donde se conjuga por igual la preocupación psicológica ("mis manos no son estéticas") como la orgánica ("este problema puede ser síntoma de un desarreglo interior o a nivel cutáneo"), el Manzano Silvestre opera ayudando a descansar y limpiar estos aspectos.

Útil tanto para los niños con problemas con la limpieza (no les gusta lavarse), como para adultos que habiendo realizado o dicho algo negativo o contrario a su verdadera naturaleza no consiguen eliminar o enfriar la sensación de impureza.

En su transformación este estado se orienta hacia un mejor control interior de los pensamientos y sensaciones fisiológicas de impureza. Se recupera el sentido de la proporción y la medida de la propia imperfección. Desarrollan un espíritu más expansivo, comprenden que el origen del desorden físico es una desarmonía interior y conectan con la realidad de que, al margen de su percepción, su verdadero Ser está a salvo.



El consejo de la flor

Eres un ser limpio y puro.

Pase lo que pase, pienses lo que pienses en tu interior, tu núcleo, es frío, limpio y claro como la nieve.

Nada ni nadie puede dañarlo.

Estás protegido.

Haz tus cosas ocupándote en lo correcto y dejando de lado lo superfluo.

El resto vendrá solo.

Manzano silvestre.

P.D.: Te ayudo en el baño, pon unas gotas de mí y te sentirás más refrescado.

(Querido amigo: muchas veces cuanto más esfuerzo pones en eliminar algo impuro más lo fortaleces, si lo dejas, se irá solo... Así es la vida de contradictoria).



**CURSO FLORES DE BACH
Y TERAPIA ESENCIAL
OPEN BACH**

*Impartido por
Centro Edward Bach de Madrid
www.centroedwardbach.com*

Estudio de las 38 flores de Bach.

GRUPO VII
**Para los que sufren
por la preocupación excesiva
por el bienestar de los demás**



**GRUPO VII.
PARA LOS QUE SUFREN POR LA PREOCUPACIÓN
EXCESIVA POR EL BIENESTAR DE LOS DEMÁS**

"CRITICANDO"

*Por favor: Señor Pérez, Señor Ruiz...
hagan pis, sin tocarse la nariz.
Una cosa sucia y una memez
es pegar los mocos en la pared.
Caballeros, hay clines y pañuelos
que, para este menester dan consuelos.*



ACHICORIA (Chicory)

"Chicorium intybus"



"Son los que piensan mucho en las necesidades de los demás; tienden a cuidar con exceso a los niños, a sus familiares, amigos, y siempre encuentran algo que enmendar. Están continuamente corrigiendo lo que les parece mal y disfrutan haciéndolo. Quieren estar cerca de las personas que les preocupan".

Este estado emocional corresponde a personas a las que les cuesta dar o darse a los demás pues confunden el amor con la posesividad y, por tanto, sólo dan cuando les dan a cambio y para atrapar a los demás.

No permiten a los otros ser libres, les quieren bajo su poder y la forma de conseguirlo es manipulándolos: les corrigen, les utilizan, discuten con ellos, les castigan con el látigo de su silencio...

Sus facetas amorosas se encuentran bloqueadas, demasiado reprimidas e inexpressadas. Su amor se ha transformado, como hemos dicho, en un interés egoísta.

Gozan del sentimiento de propiedad y de poder que adquieren sobre los otros. Hablan mucho del deber, en especial del deber que cada uno ha de tener hacia los otros, una frase típica de ellos sería: "date cuenta de todo lo que he sufrido por ti, todo lo que he hecho por tu causa; y ahora así me lo pagas".



De no conseguir sus fines manipuladores, en este estado Achicoria, la persona se aísla, se entristece, se martiriza, se autocompadece... Todo ello con la finalidad de recuperar la simpatía ajena pero sufriendo realmente.

Son expertos en general de síntomas y enfermedades para que se ocupen de ellos y se apiaden de su injusto destino.

En las relaciones padres-hijos engendran vínculos muy patológicos donde una parte busca vampirizar, dominar, subyugar a la otra para tenerla bajo su control y la otra frustra sus deseos y expectativas para acabar sirviendo de títere a los impulsos del otro. (El lugar de la persona Achicoria puede ser ocupado tanto por el padre como por el hijo).

De hecho las características de este estado emocional se pueden encontrar en personas de todas las edades sin distinción de sexo.

Este robo de la vitalidad ajena perjudica a ambas partes ya que ninguna de ellas va a poder crecer con independencia y libertad.

En sus aspectos positivos se vuelven personas generosas capaces de dar sin ahogar al otro, con desinterés, cuidando y protegiendo sus intereses.

Muchas de las personas que atraviesan un proceso psicoterapéutico con esencias florales son seres que han tenido modelos paternos y maternos donde continuamente se les chantajeaba por lo cual carecen de una verdadera experiencia interior de Amor libre y desinteresado.

Naturalmente ellos transmiten a sus relaciones tales esquemas de comporta-miento hasta que se dan cuenta de que están malogrando sus vidas.

Tristemente, en el mundo en el que vivimos, este generoso Amor es escaso, así como son escasos los que lo buscan y cultivan celosamente en su interior. La humanidad aún no ha resuelto el, a



veces, violento conflicto entre el amor a uno mismo y la posesividad hacia el prójimo.

De hecho, desde esta perspectiva, aquellos que enferman son seres afortunados que en su sensibilidad no han podido superar tanta injusticia en el trato humano. Tanto egoísmo. Y que, a través del doloroso viaje de su recuperación aprenderán modos, maneras y matices de la generosidad del Amor que a la mayoría de los seres culturalmente adaptados ni siquiera se les ocurriría.

El consejo de la flor

Hay que dar.

Dar siempre.

Con simpatía. Con alegría.

A quien lo desea.

A veces, a quien no.

Pero sé prudente y generoso a la vez.

No permitas que claven espinas en tu corazón expansivo.

Te volverías mezquino.

Date a ti mismo.

Date libertad e independencia.

Luego te será más fácil dárselo a los otros.

Firmado: Achicoria.



VERBENA (Verbain) ***"Verbena officinalis"***

"Los que tienen principios e ideas fijas, están seguros de tener razón y cambian rara vez."



Desean vehementemente convertir a sus opiniones a cuantos les rodean.

Tienen una gran fuerza de voluntad y mucho valor cuando están convencidos de las cosas que quieren enseñar.

En la enfermedad se debaten cuando otros ya lo habrían abandonado todo".

Esta esencia floral se relaciona con el deseo anímico de convencer, a cualquier precio, de las propias ideas. Esto es causa de excesivas tensiones, agotamiento, depresiones...

En este estado emocional se sostienen a toda costa opiniones e ideas de manera contundente, inamovibles con el fin de imponérselas a los demás.

Son personas fanáticas, de palabra y gesto rápido, siempre dispuestas a argumentar y contraargumentar. Impacientes, se incomodan mucho cuando no logran su objetivo.

Son entusiastas y excitables en su intento pero tanta vitalidad se vuelve contra ellos.

En su inflexibilidad acaban siendo víctimas o verdugos de los demás dependiendo de con quién se encuentren: aquellos que conocen lo mucho que ponen en juego para intentar convencerlos



les seguirán el ritmo para sacar alguna ganancia. Los que lo desconocen pueden acabar muy hastiados ante ese ser infatigable que les persigue con ideas, que para él son obvias, hasta que se rinden y le dicen que están de acuerdo con él. (A veces sólo para conseguir quitárselo de encima).

La dificultad más grande en este estado emocional radica en ser capaz de ponerse en el lugar del otro y comprender que cada persona tiene sus propias creencias profundas que sólo se modifican con el tiempo.

Recuerdo mi paso por una conocida secta -(cuyo nombre omito)-. Los que allí estaban se jactaban de que el fundador de la misma era una persona capaz de salir a la calle a hablar con la gente y en media hora haber logrado tres o cuatro nuevos adeptos.

Es el estado emocional de los medios de comunicación de masas y de los publicistas. Siempre buscan el punto débil en el otro, el vehículo informativo idóneo para mejor acceder al sistema de opiniones del otro y "venderle la moto".

En nuestros cursos bromeábamos diciendo que mientras el estado Verbena corresponde a los políticos en épocas de elecciones -tratan de convencer de que se les vote a toda costa-, el siguiente estado del que hablaremos: Vid, corresponde al político que ya ganó sus elecciones: (da órdenes!

Es muy esclava de la opinión ajena la persona en este estado. Este es el aspecto que se perfecciona a través de la esencia floral: ganan conocimiento de lo que quieren (se convencen a sí mismos) y entienden a la perfección que los demás tienen derecho a preservar sus opiniones.

Pierden énfasis y necesidad de anular al otro y ganan comprensión y la virtud de esperar a que sea el otro el que se acerque en el momento en que lo considere oportuno.



El consejo de la flor

Modificar las opiniones de los otros es tu gran placer.

Te gustaría hacer un mundo a tu medida con personas que pensarán como tú les dices que deben pensar.

Hay muchos como tú; sabes.

Cultivan corrientes de opinión para que las personas ingenuas o perezosas de pensamiento caigan en sus redes y comulguen con tal o cual idea o estilo. O compren este o aquel artículo.

Si lo explotas bien llegarás lejos, amigo. Si lo intentas a cualquier precio en nuestro mundo recibirás mucho apoyo para tu error.

Pero si la tensión o la enfermedad o el precio exceden lo que estás dispuesto a pagar...

...Yo te enseñaré a escuchar, a ser comprensivo y tolerante.

Tratar de convencer a los otros es, a veces, descuidar el conocimiento interior de aquello que nos podría convencer mejor para encaminar nuestra vida. Es vivir hacia afuera en vez de hacia adentro.

Abandona tu esclavitud.

Firmado:

Verbena.

P.D.: ¿Te convencí?...



VID (Vine)
"Vitis venífera"

"Gente muy capaz, segura de su capacidad, con fe en el éxito.



Como tienen tanta seguridad, creen que sería bueno convencer a los demás de que hagan las cosas como ellos, pues están convencidos de tener razón.

Incluso cuando están enfermos, dan instrucciones a quienes les rodean.

Pueden ser muy valiosos en caso de emergencia".

Son estas personas en un estado dominante. Piden obediencia hasta el punto de que si no lo consiguen despreciarán e ignorarán al otro.

No discuten sus opiniones pues no tienen nada que contrastar con los demás. Inflexibles tienen tendencia a comportarse de manera tiránica, siempre seguros de su razón.

Su espíritu es fuerte. Suelen ser algo omnipotentes, ciegos en su ambición y eficientes.

Buscan la satisfacción de sus objetivos, sin escrúpulos, "caiga quien caiga". Se sienten superiores.

Se suelen encontrar en puestos directivos y jefaturas pues es ahí donde con más facilidad pueden hacer a los demás acatar sus órdenes. Son, también, padres dominantes, poco dulces y comprensivos con sus hijos a los que planifican su vida con dureza, cierta agresividad y falta de respeto a los deseos de ellos.



De hecho, salvo en su rasgo positivo de poder tomar decisiones rápidas, en momentos críticos, para el beneficio común, son personas bastante nocivas. Tanto para ellos mismos (pagan, con el tiempo, cara su intolerancia con síntomas de stress y rigidez) como para los demás (se les imponen, forzándoles e impidiendo que hagan y piensen por sí mismos).

Podemos afirmar, también que estos líderes despóticos y tiránicos abundan en nuestro planeta y, lamentablemente, no les falta poder ni seres humanos sobre los que ejercerlo.

Supongo que ello se debe a que cada ser humano no ha evolucionado lo suficiente como para ser dueño de sí mismo y de sus decisiones y por ello aún se constituyen sociedades jerárquicas basadas en la obediencia ciega.

Nada más errado en principio que el hecho de que sea otro el que te diga lo que has de hacer y sin embargo cuántas veces pasa.

Un querido familiar mío era un persona con rasgos de carácter Vid muy marcados. Siempre que se organizaba una comida familiar daba órdenes precisas sobre lo que cada cual debía hacer (casi como un ejército) y quien no le obedecía era víctima de su enojo y burla.

iiAún recuerdo lo impactado que quedó cuando le comenté que lo suyo era un estado emocional "algo tiránico" del que E. Bach había hablado como generador de condiciones de enfermedad!! Se quedó tan impactado que durante horas le estuvo dando vueltas al tema. Volvió al rato lleno de culpa: ¿de verdad piensas que yo hago eso?

Todos los familiares le miramos fijamente.

A partir de ahí aprendió la palabra mágica: "por favor" y a confiar en que la comida estaría hecha, en su momento, porque así lo deseábamos todos no porque él nos lo impusiera.

(Claro, esto fue así porque deslicé un frasquito de esencia floral



entre sus manos y sabiamente se avino a tomarla para perfeccionarse).

A partir de entonces fue mucho más relajado por la vida.

El consejo de la flor

*¡¡Deja de imponerte!!
Por favor. Colabora, no impongas.*

*Firmado:
Vid.*



HAYA (Beech) *"Fagus silvática"*



"Para quienes sienten la necesidad de ver más belleza y bien en cuanto les rodea. Y aunque muchas cosas parecen estar mal, tienen la capacidad de ver el bien en torno de ellos. Para poder ser más tolerantes, indulgentes y comprensivos con las distintas formas en que cada individuo y cada cosa tienden hacia su perfección".

En este estado emocional las personas se llenan de sentimientos de crítica, intolerancia, arrogancia...

Su crítica suele ser siempre algo superficial debido a que les falta sabiduría y comprensión como para percibir los motivos, causas y el sentido de las acciones de los demás.

Como les falta humildad y son incapaces de ver el lugar del otro se les escapa, a menudo, que los demás no han tenido las mismas oportunidades que ellos ni han tenido que enfrentarse a las mismas pruebas.

Buscan el defecto ajeno y las actitudes de los demás que chocan con su forma de ser o intereses, les irritan desproporcionadamente.

Son los no fumadores, por ejemplo que no soportan y critican por todos los medios a los que fuman (por ejemplo).

Un rasgo de personalidad muy común en este estado es el de buscar otras personas (que son sus "secuaces") con los que



compartir y difundir sus críticas y comentarios negativos.

Pueden llegar, incluso, a tratar de crear todo un entorno opuesto a una persona, difamándola, para sacar ellos beneficio.

Por tanto, si además de ser críticos tienen poder sobre los demás estas personas pueden, sabiéndolo o no sabiéndolo hacer bastante daño a los demás.

La crítica la suelen hacer a espaldas de aquel que es su "víctima", el cual, si por un casual decidiera pedir explicaciones, se encontrará con que la persona en el estado Haya es muy probable que niegue su comportamiento.

Una vez resuelto el conflicto emocional la persona adquiere una sana capacidad para hacer críticas constructivas y "cara a cara" al otro. Le dejan espacio y escucha para contraargumentar y tratan de aprender de lo que dice.

Ya no critican para sacar ventaja y dominio o como expresión de una angustia interior que les lleva a proyectarse sobre los otros para no ver sus propias realidades (virtudes y defectos).

A partir de ahí critican porque les hace ganar objetividad y pueden así afinar más su punto de vista. Tienen control sobre su crítica, seleccionan sabiamente cuándo hacerlo y de qué manera (o cuándo no hacerlo) pensando en el otro y en la necesidad que el otro puede tener de recibir información externa a él.

Son mucho más amorosos, prudentes y conscientes de que un comentario injusto o equivocadamente crítico para otro puede ser muy dañino.

Ganan capacidad autocrítica y al ser capaces de criticarse a sí mismos con sabiduría lo son también con los demás.



El consejo de la flor

*Aprende a ver tus errores.
Aprende a ver los ajenos.
Cruza luego el lindero
con prudencia y con cariño.
Verás entonces, mi niño
como te dicen: te quiero.*

*Si quieres hacerles daño
tú lo podrás conseguir,
pero no es sabio; hermano.
Se volverá contra ti.*

Haya



AGUA DE ROCA (Rock water)

"Aqua Petra"

"Los que son muy estrictos en su forma de vida; se niegan a sí mismos muchas de las alegrías y placeres de la vida porque consideran que eso podría interferir en su trabajo.



Son maestros severos consigo mismos.

Desean estar bien y fuertes y ser activos, y harán lo que crean conveniente para mantenerse así. Esperan ser ejemplos que extraigan a otros a seguir sus ideas y a lograr mejores resultados".

Estas personas son muy duras consigo mismas, al punto de negarse necesidades internas porque no son compatibles con la meta de perfección que se impusieron.

Son grandes perfeccionistas (intentan ser mejores según, cada uno, su propio dogma; a veces religioso, político, alimenticio o cualquier otro). No se dan cuenta de que se están privando de lo "dulce" que podría tener para ellos el atisbarse a lo bueno de otras alternativas diferentes del dogma con que "comulgan".

Se olvidan de disfrutar en su excesiva disciplina, en cierta tiranía que ejercen consigo mismos.

No son despóticos. No ambicionan poder, pero desconfían del poder de su inconsciente y se quieren "domesticar" a sí mismos a toda costa.

Estas personas pueden llegar a límites insospechados en la



defensa de sus principios, por muy absurdo e inexplicable que les pueda parecer a los que les rodean.

Generalmente son impermeables a lo que los demás les dicen, no pueden, por tanto, cambiar su deseo de autodisciplina pues, están convencidos de que con el tiempo serán ellos y su virtuosidad la que será tomada por ejemplo e imitada por los demás. Son muy idealistas por lo que jamás alcanzan tanta perfección como realmente se han planteado.

Todo lo contrario, generalmente la realidad o las partes ocultas de su ser que ellos tratan a toda costa de modelar, en vez de integrarlas, les pasarán factura y es posible que, entonces se atisben a una crisis personal. Las personas en estado Roch Water positivo son flexibles consigo mismas, dispuestas a correr riesgos y a asumir situaciones nuevas como tales y no según esquemas estereotipados.

Elaboran sus propios esquemas, al margen de los sectarios y lo hacen contrastando realidades divergentes que ellos interiorizan de forma matizada en su interior. No se cierran a las sugerencias ajenas sino que pueden abandonar su autodisciplina si perciben otra Verdad más profunda que aquella que hasta el momento les guió.

El consejo de la flor

El pastel es dulce; cariño.

Tómalo suavcito, suavcito y te gustará.

¿Por qué negarte a la infinita riqueza de la vida?

Como agua caeré, lentamente, sobre ti.

Disolveré tu dureza.

Con cariño.

Reconcílate con lo que piensan los otros.

Ellos serán también ejemplos para que cambies.

Un saludo:

El agua de la roca.



REMEDIO DE RESCATE (Rescue Remedy)

Este remedio está compuesto de cinco esencias florales:

- **Clematis** para el desvanecimiento.
- **Cerasífera** para el miedo a perder el control.
- **Estrella de Belén** para el trauma físico o mental.
- **Heliantemo** para el terror, pánico o histeria.
- **Impaciencia** para la agitación.

La importancia de este remedio combinado es innegable pues para el enfoque "médico" de las esencias florales ofrece unas prestaciones de rapidez y resultados en momentos puntuales excepcional.

Debe usarse cuando la persona esté en un trance doloroso y puntual para ayudarla a salir de ese momentáneo registro de caída de sus funciones vitales.

Algunos casos en que se puede usar:

- *En accidentes, caídas, golpes.* (Bromeábamos en los cursos de formación diciendo que, la mejor forma de comprobar que este remedio no es un placebo es golpear dos dedos a una persona para colocar sobre uno de ellos remedio de rescate y sobre el otro no y comprobar la diferencia).
- *En momentos de sufrimiento y caída de la moral de la persona.* (Cuando se vea claro que es esta la esencia que corresponde pues a veces si hay miedo debe usarse Heliantemo si desesperación Castaño Dulce..).
- *En problemas musculares, articulares, dolores.* (Es una de las mejores esencias para usar directamente sobre la piel, junto con el Manzano Silvestre, en masajes, puntos de acupuntura...).
- *En animales:* para todo tipo de dolencias que requieran un efecto rápido.



-En plantas.

-En situaciones hospitalarias: ingresos repentinos, operaciones, internamientos...

(En caso de operaciones debe darse antes y después con tanta frecuencia como sea necesaria, pues esta es una de las ventajas de las esencias).

-Cuando el esfuerzo sea tan excesivo que la persona necesite abandonar el estado emocional en que se encuentra en poco tiempo.

-En crisis vitales para apoyar a la persona y que su personalidad no se derrumbe.

Este remedio combinado mezcla la actividad de sus cinco componentes con el fin de actuar con rapidez en el plano físico y psicológico para restablecer un estado de equilibrio vital o modificar en lo posible un desequilibrio muy acentuado.

El consejo de la flor

*Si te has caído y
necesitas un rescate rápido.
¡¡Ahí estamos!!*

*Somos cinco flores para la urgencia.
¡¡Espera que ya llegamos!!...*



DIAGNÓSTICO DIFERENCIAL

A diferencia de la Terapia Floral, esto quiero marcarlo bien, en la Terapia Esencial no cargamos los tintes tanto en diferenciar unas esencias de otras. Es una cuestión de enfoque, y de elaboración.

Nosotros trabajamos según el principio de la sinergia, esto es, las esencias se ayudan entre ellas, colaboran...ya que las emociones son un campo interactivo. Por otro lado, las esencias están en fase las unas con las otras, esto es, sus energías se solapan, para entender esto basta con contemplar lo cerca que vienen las unas de las otras en un set. Todas esas energías diferentes en realidad son Una.

Este es el motivo por el cual insistimos una y mil veces, ten tu set y serás libre.

Sin embargo, sí que es importante que estudies muy bien los contenidos que hacen referencia a las utilidades según Bach las definió. Dan dirección a tu pensamiento a la hora de utilizarlas.

Ellas se cargan también con tus pensamientos.

Además de todo esto, considero que el uso de una esencia floral en un espacio/tiempo determinado es orientado por un principio divino, que puede superar todo lo escrito anteriormente.

Por ello verás numerosos libros de Terapia Floral orientados al diagnóstico diferencial, no digo que no enriquezcan tu pensamiento si los lees, lo que digo es que he visto a muchas personas muy liadas con esto...y que en todo caso este no es nuestro enfoque ya que escapa a lo Esencial.

Lo que, si que te tienes que trabajar, una vez que te sepas los contenidos teóricos y no confundas, por ejemplo, Castaño Blanco con Acebo es la Seguridad en ti mismo. Ten bien presentes esas esencias para las dudas: Scleranthus, Avena Silvestre... Y consulta en las tutorías.



MEDIDAS DE APOYO Y POTENCIAL CURATIVO.

Existen infinidad de técnicas y de orientaciones que se pueden dar a los clientes y a ti mismo en lo referente a las medidas de apoyo. Entendemos por tales actividades, lecturas, trabajos, etc. específicos que orientados a fortalecer la parte consciente de la terapia permiten que el cliente o tú mismo posesionéis en vuestro interior de forma más efectiva el trabajo de las esencias.

Estas medidas de apoyo son muy específicas, esto es, deben acoplarse muy bien a las necesidades concretas de la persona. En las conferencias y tutorías verificaremos con casos concretos que tu comprensión al respecto es clara. Sin embargo, aquí el principio fundamental es el conocimiento y sobre todo tu creatividad, y debemos contar con que conforme vayas tomando las esencias tu creatividad también aumentará.



LA FAMILIA ESENCIAL

Te invitamos a compartir tus conocimientos con toda tu familia. Tenemos comprobado que en la medida en que alguien comienza su periplo floral, la mayor parte de las resistencias comienzan a generarse en su entorno y familia.

Si consigues que compartan contigo tu evolución y generas una familia esencial que te arroje irás mucho más rápido ya que estarás creando mayor cantidad de sinergia o armonía global.

Una Familia Esencial tiene mucho más poder y a veces lo único que te dificulta abrirte es el miedo o la tendencia a guardarte para ti las cosas nuevas que estás aprendiendo.

Se cuidados@ en este aspecto.

Las Familias Esenciales se interrelacionan a su vez y se pueden dar apoyo mutuo. Se crea así vinculación sana entre padres e hijos, lo que es muy necesario en la sociedad donde vivimos...y armonía entre personas que viven en localidades distantes lo que crea sensación hermosa de fraternidad.



CURSO FLORES DE BACH Y TERAPIA ESENCIAL OPEN BACH

Impartido por
Centro Edward Bach de Madrid
www.centroedwardbach.com

**Teoría del dolor esencial,
autodiagnóstico, priorización de
las emociones, el seguimiento**



TEORIA DEL DOLOR ESENCIAL

Con frecuencia hemos aprendido que el dolor remite a otras zonas diferentes de donde duele: acupuntura, medicina china así lo enfatizan...A un órgano en desarreglo externo a donde duele...otras corrientes así lo dicen...

En el conocimiento Esencial el dolor remite a si mismo. Y debe ser escuchado, recogido y actualizado dejando de lado otros aspectos o deseos del individuo. De no ser así, con frecuencia, se agravará, cronificará...y generará más daño. Mucho más que de haber sido atendido en su momento.

Esto es obviamente un toque de atención a los fármacos que lo enmascaran y generan dolencias anexas graves...pero también tiene un corolario que es este: coloquen las esencias florales allá donde les duele...Y sigan la pista del dolor en los sucesivos días.

Esto es muy útil para el autotratamiento, que en el nivel de aprendizaje en el que nos encontramos es básico...razón por la que recomendamos encarecidamente que adquieran su set., no se trata de un tema económico: es que las esencias deben pasar por ustedes y ustedes por las esencias...

Ser buenos detectives de sus dolores les hará más sabios y conectados consigo mismos. Dense cuenta que para esto se necesita dedicarse tiempo y espacio para si mismos, y aunque sólo fuera por esto ya sería bueno. Pero es que además les hará exploradores de su propio universo interior, que deberán ir aceptando, no les quedará otra, y esa base es fundamental para la ayuda al otro.

Dolores pequeños, grandes, síganle la pista a sus dolores, les daremos en un futuro técnicas para aprender mucho de ellos, sin duda, pero la más sencilla es: pongan su gotitas y dedíquen tiempo a sentir ese trocito de si mismos.



AUTODIAGNOSTICO Y PRIORIZACION ESENCIAL DE LAS EMOCIONES.

Ahora es cuando la **Tabla Emocional** (ver anexo correspondiente) nos va ayudar mucho a empezar:

Mírenla y sigan su intuición. Hay una técnica esencial, la técnica del dedo tan simple como esto. Empiecen por arriba, vayan descendiendo con el dedo hasta donde se encuentre su emoción dominante en este momento. Deténgase. Verifique en su cuerpo si está agusto con ese puntaje. Si su cuerpo le dice que adelante, ¡ lo encontró !

Moraleja: usted puede ser el mejor péndulo de si mismo. Sus dedos son péndulos sabios.

Prepárese a continuación sus gotitas con arreglo a esa información. Si todo es óptimo, su proceso de autodiagnóstico ha finalizado.

NO LEA LIBROS QUE LE LIEN: CONFIE EN SI MISMO. Un libro, en este nivel de conocimiento no es más que una proyección ajena a usted de quien lo escribió.

Puede ser que una vez tomadas esa primeras gotitas usted sienta que algo no marcha como debería...Puede volver a recorrer la tabla hasta extraer otra esencia, la añade y vuelve a repetir el proceso...Así hasta que de con su combinación óptima.

ASÍ DE SENCILLO.



EL SEGUIMIENTO

Confíe en su preparado mientras confíe realmente en él. En caso contrario, cámbielo.

Las esencias florales son remedios de 4ª dimensión, interactivos a nivel anímico con usted. Si usted tiene su percepción afinada ellos le darán señales de cuando se deben cambiar.

Recuerde que está en un periodo de formación muy básico, se está formando en algo sutil que siempre va a tener algún aspecto que escape a su razón más racional... Sea generoso consigo mismo y no se torture.

Intente pasarlo bien con ellos, y ellos lo pasarán bien con usted.



CURSO FLORES DE BACH Y TERAPIA ESENCIAL OPEN BACH

Impartido por
Centro Edward Bach de Madrid
www.vitaestudios.com –
www.centroedwardbach.com

Temas finales Open Bach Terapia Esencial con flores de Bach



ÚLTIMOS TEMAS NIVEL I

- Filosofía de la felicidad y de la Prosperidad y Abundancia.
- La Formación personal. Qué leer.
- Cómo empezar a dar las esencias a tus familiares.
- Aportaciones de la Psicología Ecológica. Métodos de trabajo.
- Supervisión de tus casos.
- Empezando a trabajar con las Esencias sobre la piel.



FILOSOFÍA DE LA FELICIDAD Y LA PROSPERIDAD Y ABUNDANCIA

Resulta imposible plantearse **en serio** ser terapeuta esencial...o terapeuta de nada sin tener en cuenta los cambios que esto va a inducir en tu estilo de vida y economía. Si sientes que el dinero es para ti un gran problema deberás trabajarlo con las Gotas de Flores, pero, ojo, ellas sólo podrán orientarte emocionalmente para que tu economía fluya bien o mejor.

El milagro lo haces tú...

Por el momento puedes estar seguro que trabajar sobre otros modificará el funcionamiento normal de tus cuerpos sutiles, tendrán que trabajar más y más deprisa. Aunque no te cargases en absoluto de la energía ajena, que te cargarás, tendrás que volverte experto en autorregularte. Espera a estar realmente fuerte antes de esto.

Por lo tanto **plantéate antes de seguir otros niveles de formación en Terapia Esencial (niveles II y III) si sientes verdadera vocación de sanador**. Y amor a los demás hasta el punto de realmente querer que su restablecimiento se canalice a través de ti y las gotas de flores.

No te salgas el sistema de Bach ni te pongas por ahí a comprar esencias a lo loco de lo que sea. Esto es sólo un consejo.

No te recomiendo que te plantees esto como un sobresueldo. No te va a funcionar.



LA FORMACIÓN PERSONAL. QUÉ LEER

En nuestro curso de primer nivel **te hemos seleccionado tres libros de lectura obligatoria** para escoger uno y realizar el trabajo. Ahora reléelo por encima. No dejes de hacerlo. En las tutorías me puedes pedir más lecturas personalizadas según tus intereses.

CÓMO EMPEZAR A DAR LAS ESENCIAS A TUS FAMILIARES.

Comienza a dar las gotas de flores a tus familiares, te lo aconsejo encarecidamente, te lo agradecerán y podrás visionar sus efectos desde fuera.



APORTACIONES DE LA PSICOLOGÍA ECOLÓGICA. MÉTODOS DE TRABAJO.

En el libro Psicología Ecológica I hay información sobre dos técnicas que te van a ser útiles una para el trabajo con las esencias a través de la visualización creativa y otra para resumir tus datos.

De todas maneras te puede ser muy interesante leer este libro para comprender más cosas sobre mi trabajo en el pasado. Puedes adquirir el libro desde nuestra web en <http://www.centroedwardbach.com>

Podrás encontrar las dos técnicas que te menciono en un anexo de este curso correspondiente a Psicología Ecológica.



SUPERVISIÓN DE CASOS

Podemos ir supervisando tus casos en las tutorías que tienes a tu disposición, ya sea por email o en las conferencias en línea.



EMPEZANDO A TRABAJAR CON LAS ESENCIAS SOBRE LA PIEL.

Puedes añadir tus esencias a cremas y pomadas. También puedes utilizarlas con arcilla o barro del mar muerto aplicándola sobre la piel. Esto lo ampliaremos en otros niveles.



BIBLIOGRAFÍA

I) INTRODUCCIÓN HISTÓRICA

1. *"Historia de la Terapia Natural". Pedro Quiñones. Ed. Mandala.*
2. *"Paracelso o el tormento del saber". Pierre Mariel. Ed. Edaf.*
3. *"Alquimia y Medicina". Alexander von Bernus. Ed. Carcamo Editor.*
4. *"Homeopatía". Suji Murata.*
5. *"El nuevo rostro de la locura". Jean Thuillier. Ed. Planeta.*
6. *"El goce de la histérica". Lucien Israel. Ed. Argonauta.*
7. *"Ética para Amador". Fernando Savater. Ed. Ariel.*
8. *"La vida cotidiana de los Alquimistas en la E. Media". Serge Hutin. Ed. Temas de Hoy.*
9. *"El médico". Noah Gordon. Ed. Círculo de Lectores.*

En este capítulo hay tantos libros técnicos de ampliación (1,3,4,5), como libros de divulgación (2,5,8). "El goce de la histérica" es un libro muy difícil de encontrar, pero que explora un punto muy interesante del vínculo médico-paciente (disponible en fotocopias). "Ética para Amador" podría servir, a falta de otro mejor, como una base epistemológica sólida. Pocos libros he visto con tanta perspectiva histórica y con un nivel tan sencillo de lectura como "El médico".

10. *"Las palabras y las cosas". Michael Foucault. Ed. Planeta-Agostini.*

El libro de Foucault es excelente para entender el paso del pensamiento medieval, basado en las signaturas, relaciones... hasta el pensamiento actual (pasando por Descartes y el Racionalismo inglés), supuestamente más científico. (Lo hace a través de un estudio de cómo atribuimos los "nombres" a los "objetos").

II) LIBROS DEL DOCTOR EDWARD BACH

- (1) - *"Los remedios florales". Dr. Edward Bach. Ed. Edaf.*
- *"La terapia floral. Escritos de Edward Bach". Ed. Club de Estudio.*
- *"Bach por Bach". Ed. Continente.*

III) LIBROS SOBRE EL DOCTOR EDWARD BACH



- (2) - *"Los descubrimientos de Edward Bach"*. Nora Weeks. Ed. Lidium.

Un libro importante para comprender la filosofía y vida del descubridor de las esencias florales.

IV) LIBROS BÁSICOS

- *"Remedios florales de Bach"*. María Luisa Pastorino. Ed. Edaf.
- (1) - *"Flores de Bach"*. Ph. Cancellor. Ed. Lidium.
(También encontrable como "Los Remedios Florales del Dr. Bach").
- (2) - *"Flores de Bach"*. Bárbara Espeche. Ed. Continente.
- *"Esencias florales de Bach"*. José Salmerón. Ed. Libro de Simbad.
- *"Bienestar y armonía con las Flores de Bach"*. Sigrid Schmidt. Ed. Integral.
- (2) - *"Flores de Bach"*. Mechthild Scheffer. Ed. Urano.

V) LIBROS ESPECIALIZADOS

- (2) - *"Flores que curan el alma"*. Mechthild Scheffer y Wolf Dieter Storl. Ed. Urano.
- *"Fleurs et Santé"*. Iona Sarah Salomon. Ed. Le Souffle d'or.
- (2) - *"Flores para la mujer"*. Judy Howard. Ed. Edaf.
- *"Fundamentos de Psicología Ecológica I y II, hacia una terapéutica holística con las Flores de Bach"*. José Salmerón. Ed. Mandala.
- *"Flores de Bach. Guía práctica"*. Rogelio Demarchi. Ed. Obelisco.
- *"Flores de Bach II"*. Bárbara Espeche. Ed. Continente.

VI) OTROS SISTEMAS FLORALES

- *"Elixires de Orquídeas y piedras preciosas"*. Andreas Korte y Helmut Hoffman. Ed. Edaf.
- *"Flores de Raff"*. J. Raff. C.S. Ediciones.
- *"Gotas de Flores. Esencias florales de Madrid"*. José Salmerón. Ed. Libro de Simbad.
- *"Esencias de California"*. Bárbara Espeche. Ed. Continente.
- *"Esencias de Australia"*. Bárbara Espeche. Ed. Continente.



- *"Flores de Bach y del mundo". Perla B. M. de Manzano. Ed. Celsius.*
- *"Elixires florales". Philippe Deroide. Ed. Ibis.*

VII) MEDICINA VIBRATORIA

- (1) - *"La Medicina Vibratoria". Richard Gerber. Ed. Robin Book.*
- *"Guía práctica de curación energética". Ted Andrews. Ed. Robin Book.*
- *"Manos que curan". Bárbara Ann Brennan. Ed. Martínez Roca.*

VIII) PSICOLOGÍA ECOLÓGICA Y PSICOTERAPIAS AFINES

- (1) - *"Fundamentos de Psicología Ecológica I". José Salmerón. Ed. Mandala.*
- (2) - *"Fundamentos de Psicología Ecológica II". José Salmerón. Ed. Mandala.*
- (2) - *"Remedios florales de Bach". Claudia Stern. Ed. Lugar Editorial.*
- *"Terapias florales y psicopatología". Eduardo Grecco. E. Continente.*
- *"Eneagrama y Flores de Bach". Eliane Ganem. Ed. Obelisco.*
- *"Sueños y Existencia". Fritz Perls. Ed. Cuatro Vientos.*
- *"Psicoterapia por métodos naturales". André Passebecq. Ed. Martínez Roca.*
- *"Enfermedades psicosomáticas y Flores de Bach". Pastori/Gracia. Ed. Indigo.*

IX) ELABORACIÓN DE ESENCIAS

- (1) - *"Esencias Florales, un camino". Santiago Rojas.*
- *"Cómo elaborar tu elixir floral". Ricard Montseny. Ed. Obelisco.*

X) LIBROS PARA APRENDER A LEER LOS SÍNTOMAS

- (1) - *"La enfermedad como camino". Thorwald Dethlefsen y Rudiger Dahlke. Ed. Plaza y Janés.*
- *"Usted puede sanar su vida". Louise Hay. Ed. Urano.*
- *"La curación cuántica". Fritjof Capra.*
- *"Los afectos ocultos en psoriasis, asma, trastornos*



respiratorios, varices, diabetes, trastornos óseos, cefaleas, accidentes cerebro-vasculares". Luis A. Chioza. Alianza Editorial.

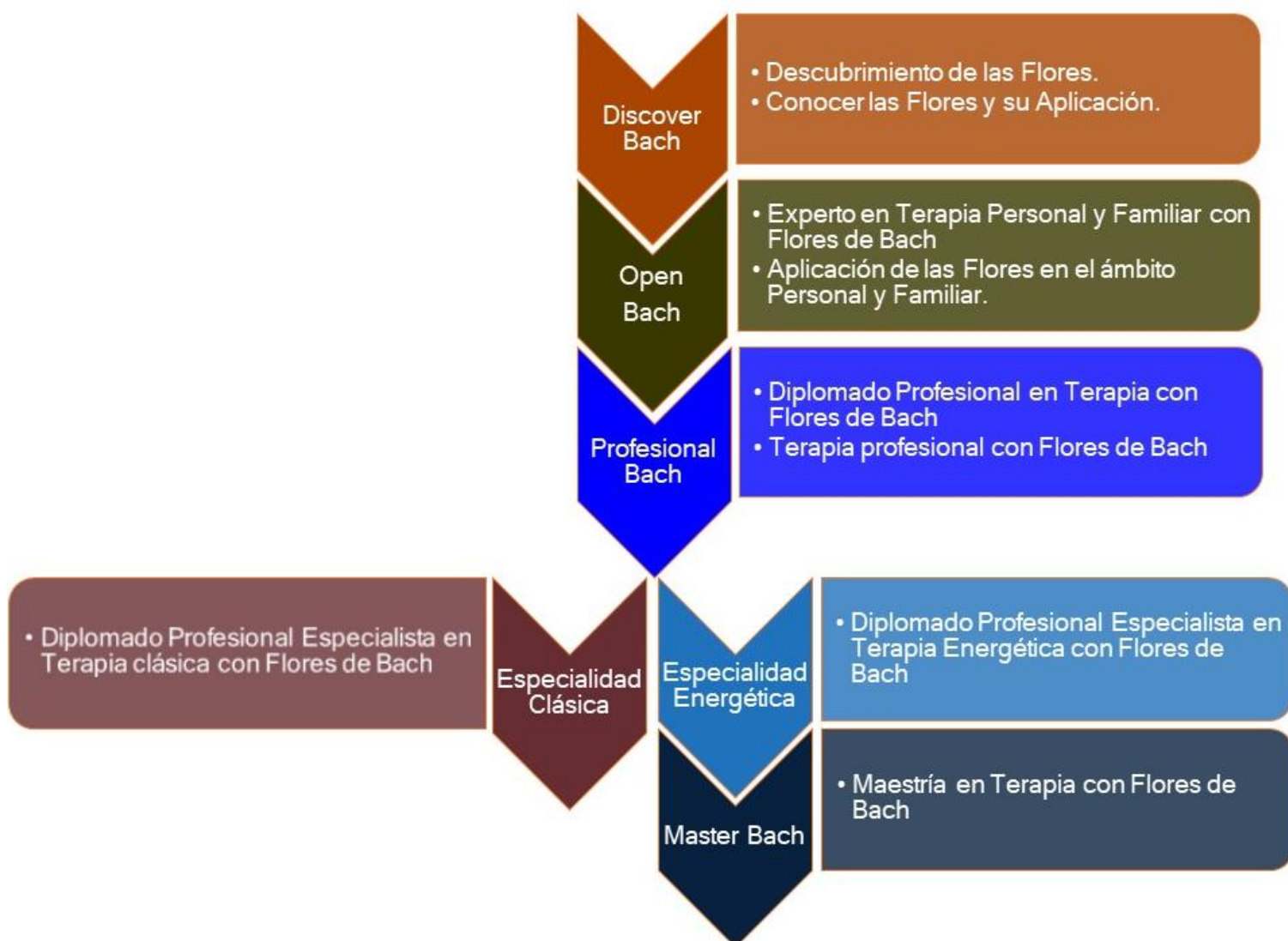
Afortunadamente, existe una muy extensa bibliografía sobre el tema, aunque muy repetitiva. Hemos realizado una selección lo suficientemente amplia para rellenar un espectro más que básico y lo justamente reducida para evitar perderse en lo accesorio o excesivamente extravagante.

Cuidando la relación calidad-precio he marcado con el número (1) lo que sería una biblioteca suficiente, y con el número (2), una profesional. Esto es, claramente, un criterio personal que considera algunos libros como imprescindibles para ampliar lo expuesto y otros menos necesarios.



Plan de Formación 2017-2018

Centro Edward Bach





¿Quieres mas?

Ya has visto nuestros apuntes y ahora vivenciarás nuestra formación interactiva en nuestras cuidadas clases.

Desde ya te animo a continuar este periplo formativo.

Como ya habrás visto este curso aspira a algo mucho más sublime que te aprendas de memoria las flores de bach. Mi deseo es que conozcas el marco de conocimiento actual más moderno y correcto donde poder entender los fundamentos de utilización de las flores.

Algo que supera con mucho lo que Edward nos legó y lo complementa...

Además tendremos prácticas que te darán solidez en tu trabajo y aprenderás también aspectos vinculados a las flores que te van a enriquecer no sólo como terapeuta sino como persona.

Hay muchos amigos y terapeutas para los cuales este curso ha sido una experiencia imborrable...

Súmate al barco del equilibrio y la paz interior mediante esta vía de autoconocimiento y perfeccionamiento.

Progresaremos para hacer un planeta algo más humano, digno y hermoso aportando cada uno nuestro granito de arena. Y ayudando con lo que creemos más importante: la Salud autorresponsable en el marco de la sagrada libertad humana.

Bach Professional abrirá para ti puertas en tu ser y en tu mente que ahora ni te imaginas...

Saludos



José Salmerón Pascual
Director del Centro Edward Bach



José Salmerón

Psicólogo y escritor con 20 años de experiencia en el tratamiento terapéutico con Flores de Bach

Estudió Psicología en la Universidad Complutense formándose para completar su orientación cognitivo conductual en las corrientes de la psicología psicodinámica. De ahí planeó hacia las alternativas naturales de la salud y de ahí a las flores de bach. De ahí nació el Centro Edward Bach.

Ya desde pequeño tuvo que vivir un delicado episodio familiar, el fallecimiento de su hermana por un error médico, lo que le volvió sustancialmente reflexivo respecto a que nadie es perfecto, la ciencia tiene sus límites y la existencia de la realidad espiritual.

Numerosas experiencias interiores y el contacto intuitivo con la naturaleza fueron dotando a su interior de sensibilidad a raudales y el deseo de compartirla.

Hay una frase de Edward Bach que le inspira profundamente y es que el buen paciente es aquel que cuando detecta intuitivamente que por donde pasa hay un médico que le puede ayudar realmente es capaz de subirse a una escalera para llamar su atención y beneficiarse de sus atenciones y cuidados.

Algo así piensa también que ocurre con el aprendizaje: debe ser el alumno el que de el primer paso y diga: quiero aprender con profundidad las flores de bach, quiero formarme adecuadamente...

José, a cambio, brinda experiencia, paciencia y buen hacer.

Con cariño...

