

# LA MISIÓN DEL ALMA: FLORES PARA SANAR

## 1. Qué son las flores

### 1.1. Definición

### 1.2. Mecanismo de Acción

### 1.3. Obtención del elixir

### 1.4. Preparación de una fórmula magistral

## 2. Edward Bach

### 2.1. Origen de la enfermedad

#### 2.1.1. Transgresiones hacia la Unidad

- Egoísmo
- Orgullo
- Crueldad
- Odio
- Inestabilidad Ignorancia
- Codicia

#### 2.1.2. Disarmonía entre el ego y el alma

Los doce sanadores: La misión del alma:

- Agrimonia (Agrimony)
- Centaura (Centauray)

- Cerato (Cerastostigma)
- Achicoria (Chicory)
- Clemátide (Clematis)
- Genciana (Gentian)
- Impaciencia (Impatiens)
- Mímulo (Mimulus).
- Heliantemo (Rock Rose).
- Escleranthus (Scleranthus).
- Verbena (Vervain)
- Violeta de agua (Water Violet).

### 2.3. La enfermedad como oportunidad

### 2.4. El proceso de sanación

## 3. Los Remedios

### 3.1. Para los que sienten temor

### 3.2. Para la incertidumbre

### 3.3. Para la falta de suficiente interés en las circunstancias presentes.

### 3.4. Para la soledad

3.5. Para la hipersensibilidad a influencias y opiniones ajenas

3.6. Para el abatimiento y la desesperación

3.7. Para la sobreprotección y excesiva preocupación por el bienestar de los demás

## 4. Aplicaciones Nueva Medicina

4.1 Caso clínico

4.2 Caso clínico

4.3 La expresión del síntoma

## 5. Flores como autoconocimiento

5.1. Reconocerse en la emoción

5.2. Explorar el conflicto

# 1. Qué son las flores

## 1.1. Definición

Se le llaman Flores de Bach, a las 38 esencias naturales extraídas de flores silvestres de los campos de la región de Gales, que tienen la capacidad de armonizar los estados emocionales del ser vivo, y que fueron descubiertas por el Dr. Edward Bach entre los años 1926 a 1936.

Esta terapéutica se basa en la concepción de que los desequilibrios emocionales, si se mantienen en el tiempo, producen bloqueos, interferencias, alteraciones en nuestro sistema energético vital, y dan lugar a la aparición de las enfermedades. Por tanto, para conseguir la sanación, es imprescindible armonizar estos estados emocionales en desequilibrio.

Bach tipifica 38 estados emocionales en desequilibrio, y así mismo, descubre 38 elixires florales que tienen la capacidad de armonizar dichos desequilibrios potenciando, por la ley de polaridad, la virtud opuesta al desequilibrio emocional

## 1.2. Mecanismo de Acción

Las esencias florales son preparados vibracionales que conservan la cualidad energética de una flor determinada. Vibracionalmente hablando, la flor en plena floración, es la manifestación máxima de la energía de la planta. Es en la flor, donde está la semilla que después vuelve a la tierra para regenerarse de nuevo.

La función de una esencia floral, es la de entrar en resonancia con el sistema energético vital de la persona, con el fin de restablecer el flujo energético allí donde se alteró, como consecuencia de un conflicto emocional.

### 1.3. Obtención del elixir

Voy a hablar únicamente del método de solarización

Simplemente necesitamos sensibilidad, respeto y acercamiento hacia la naturaleza, flores recién cortadas, un recipiente de cristal con agua de manantial y un día de sol.

En un recipiente de vidrio que hemos llenado con agua de manantial, se ponen las flores sobre la superficie. Se deja al sol durante 3 horas aproximadamente (Hasta que veamos que las flores ya están sin energía, y que ésta ha pasado al agua). Filtramos éste agua, añadimos brandy al 50 %. Introducimos este preparado en un frasco de cristal de color caramelo y ya tenemos la tintura madre de un elixir floral. A partir de esta tintura madre, se obtiene la primera dilución, que es la que se comercializa, la que compramos en herbolarios y tiendas especializadas, la que distribuyen los elaboradores

### 1.4. Preparación de una fórmula magistral

Lo primero es identificar el conflicto emocional. Detectamos las emociones en desequilibrio, y elegimos del set de las 39 esencias, aquellas que corrigen los desequilibrios emocionales que hemos detectado. En un frasco de cristal de 30 ml, ponemos agua mineral, 20 gotas de coñac como conservante, y de 2 a 7 gotas de las esencias elegidas. Hay que tener en cuenta que, no se deben poner en un frasquito más de 7 elixires diferentes. A menor número de esencias en una fórmula, mayor intensidad de acción

A mí, cuando entrego un frasquito de flores a una persona querida, me gusta pensar en la metáfora de que estoy entregando un ramo o un centro de flores diferentes, que he ido escogiendo de forma muy especial, para esa persona

Las esencias florales no tienen ninguna contraindicación. Se pueden administrar a embarazadas, niños, lactantes, ancianos... No tienen interferencias con otros medicamentos, ni efectos secundarios. Están recomendadas por la OMS desde el año 1977

## 2. Edward Bach

Fue un médico homeópata y bacteriólogo de gran prestigio (1886-1936) Compartía con Hipócrates y Paracelso la idea de que existía una relación directa entre emoción y enfermedad. Cuando conoció a Hanemann, quedó impresionado por su obra y esto le llevó a convertirse en un extraordinario homeópata de afamada reputación (descubrió los siete nosodes de Bach, relacionados con la toxemia intestinal que todavía se utilizan en la actualidad).

No obstante, Edward Bach no estaba del todo satisfecho con la medicina que practicaba, pues estaba convencido de que tenía que existir un tipo de medicina que no produjera ningún sufrimiento en el ser humano.

Su deseo de encontrar una forma de sanación que no fuera agresiva, sino benigna y sutil; la certeza de que este sistema de sanación tenía que contemplar la vertiente espiritual y emocional del ser humano, y la intuición de que dicho método de sanación tenía que encontrarse en la naturaleza, le empujaron a abandonar un futuro (aparentemente muy prometedor) y recluirse en los campos de Gales.

Allí fue donde desde 1926 a 1936, descubrió todo un sistema de sanación inspirado en las flores del campo. Una semana antes de morir dijo "mi obra ha terminado". Murió apaciblemente mientras dormía.

### 2.1 Origen de la enfermedad

Bach habla de que el origen de la enfermedad hay que buscarlo en la transgresión de la Unidad y en la disarmonía entre el ego y el alma

#### 2.1.1. Transgresiones hacia la Unidad

Todos, con nuestra esencia divina formamos parte de la Creación. Todos, formamos parte de un Todo y somos Uno en la Creación. Las transgresiones hacia esta Ley de la Unidad, son origen de la enfermedad.

- Egoísmo:

Quando antepongo mi interés particular al interés del bien común, estoy transgrediendo la Ley de la Unidad

- Orgullo

No soy consciente de que "todos" tenemos la misma importancia en la Creación. No soy capaz de ver la divinidad en el otro

- Crueldad

Si todos compartimos una esencia divina, no estamos autorizados para hacer daño, para ser crueles

- Odio

Todos, al formar parte de la Unidad, y teniendo en cuenta nuestro origen divino, hemos de entender que el último fin en nuestra evolución, es el desarrollo del Amor

- Inestabilidad

Surge de no estar conectado con la Unidad, con la presencia divina que habita en cada uno

- Ignorancia

Se transgrede la Ley, al no reconocer la Verdad cuando se presenta la oportunidad para ello

- Codicia

Se entiende la codicia como el deseo de poseer al otro, sin respeto por la libertad y la individualidad, dentro de la Unidad

Teniendo en cuenta la concepción de Bach sobre el origen de la enfermedad, toda su obra, irá encaminada a descubrir la manera de

desarrollar la generosidad, la humildad, la compasión, el amor, la estabilidad, la sabiduría y el respeto por la libertad del otro, como método seguro para evitar y combatir la enfermedad

### 2.1.2. Disarmonía entre el ego y el alma

Bach habla de que la mayoría de las enfermedades conocidas, tienen su origen profundo precisamente en el desencuentro entre los anhelos del yo superior, y las decisiones egóticas y errantes del yo inferior, entendiendo el yo inferior como el cuerpo físico mental, emocional o astral y etérico. El Yo superior tiene que ver con nuestro cuerpo causal, con el alma, con la divinidad que en todos reside

La enfermedad tendría que ver con los bloqueos del flujo de energía entre el Yo superior y el Yo inferior. También tiene que ver con las emociones que configuran nuestra personalidad, y con la misión que hemos venido a desarrollar a esta vida.

Con respecto a la misión que hemos venido a desarrollar en esta vida, Bach descubre los doce curadores. Son elixires florales que tienen que ver con la lección emocional que hemos venido a desarrollar en esta vida.

Los doce curadores, nos hablan del inconsciente, de las emociones, de cómo estaba posicionada la luna en el momento del nacimiento (Bach estaba interesado por la Astrología). Nombra doce emociones básicas en desequilibrio que tienen que ver con la misión del alma y con la lección emocional que venimos a aprender. Así mismo, descubre doce elixires florales, que ayudarán a desarrollar la virtud opuesta de estas emociones en desequilibrio.

Los doce sanadores: La misión del alma:

- Agrimonia (Agrimony): Luna en Sagitario. Eneatipo VI

Arquetípicamente se relaciona con el payaso, que aunque llora por dentro, sonrío de cara al exterior. No soporta enfrentar el dolor. En su lucha por evadirlo, por no contactar con él, sufre de gran ansiedad

La ingesta de la esencia de Agrimonia, ayudará en el aprendizaje de la siguiente lección: *"Ser consciente de que el dolor existe como parte de la vida, y aceptarlo"*

- Centaura (Centauray): Luna en Virgo. Eneatipo IV

Sometimiento, falta de voluntad para imponerse, para hacer valer sus derechos, para decir "no", para poner límites.

La ingesta de la esencia de Centaura, ayudará en el aprendizaje de la siguiente lección: *"Aprender a poner límites para poder vivir la propia vida"*

- Cerato (Cerastostigma) Luna en Géminis. Eneatipo VI

Siempre preguntando y en la duda. Influenciable. Tremendamente intuitivo; pero no sabe reconocer su intuición. No sabe dirigir el foco de la escucha hacia sí mismo. "Cada vez que pregunto algo a alguien, estoy evitando responsabilizarme de mi propio saber"

La ingesta de la esencia de Cerato, ayudará en el aprendizaje de la siguiente lección: *"Dejar de preguntar al otro y confiar en la intuición que es propia porque está vivida y experienciada"*

- Achicoria (Chicory) Luna en Escorpio. Eneatipo II, IV

Idea de Maternidad universal, que cuando se distorsiona acaba convirtiéndose en manipulación, sobreprotección, apego y egoísmo. Hay incapacidad para dar y recibir. Cuando da, no lo hace desde el goce del dar; sino desde el deseo de que se le considere imprescindible: *"Así me necesitarán y no me abandonarán"*. Cuando recibe, si lo que espera no coincide con lo que el otro le da, es incapaz de registrar lo que se le dio: *"Si yo te dí esto, espero que tú me des exactamente eso"*. Hay una necesidad compulsiva de tener asegurado el objeto de su amor

La ingesta de la esencia de Achicoria ayudará en el aprendizaje de la siguiente lección: *"Amar como elección del ser libre, sin apegos y respetando la libertad del otro"*

- Clemátide (Clematis). Luna en Cáncer. Eneatipo V

Es la esencia de la "ensoñación", de "Hacer castillos en el aire". El presente no le interesa, se evade de él fugándose a un mundo fantástico en el que todo se solucionará. Poca tolerancia a la frustración. Acaba deformando la realidad para poder verla a su antojo

La toma de Clematis ayudará en el desarrollo de la siguiente lección:  
*"Hacerse cargo del presente sin distorsionar ni fugarse de la realidad"*

- Genciana (Gentian) Luna en Tauro. Eneatipo III y IV

Pesimista. Nunca ve lo bueno Siempre ve la copa medio vacía. Ante la más mínima contrariedad se desanima. Arquetipo del fracaso

La toma de Genciana ayudará en el desarrollo de la siguiente lección:  
*"Superar el desánimo ante las contrariedades de la vida, entendiendo que todo son experiencias"*

- Impatiens. Luna en Aries Eneatipo I , VIII

Gran activación del plano mental. No es capaz de tolerar la lentitud en el otro. El yo no tolera la espera. Esperar es una pérdida de tiempo. Empuja el río en vez de fluir con él

La toma de Impatiens ayudará en el desarrollo de la siguiente lección:  
*"Entender que todo llega cuando es su momento y aprender a respetar el ritmo del otro"*

- Mímulo (Mímulus). Luna en Capricornio. Eneatipo VI

Tiene que ver con los miedos de la vida; con vivir la vida a medio gas, como sin atreverse. Simplemente lo agitado de la vida, ya causa temor. No hay ejercicio de la libertad porque todo da miedo y se acaba por "no hacer"

La toma de Mímulo ayudará en el desarrollo de la siguiente lección:  
*"Desarrollar la valentía para superar el miedo y vivir desde la libertad"*

- Rock Rose (Heliantemo). Luna en Piscis. Eneatipo VI.

Tiene que ver con el pánico que enfrenta a la persona con el contacto con la muerte. Tiene que ver con la huella en la memoria celular, que la vivencia del enfrentamiento con una muerte sorpresiva e inminente, dejó.

Sistema neurovegetativo muy inestable. Ante cualquier mínimo estímulo todos los mecanismos de alarma se disparan y de nuevo se entra en pánico. Mucha ansiedad anticipatorio. Se acaba desarrollando "pánico al pánico"

La toma de Heliantemo ayudará en el desarrollo de la siguiente lección: *"Superar el pánico que manifiesta nuestro ego ante las situaciones límite"*.

- Scleranthus (Escleranthus). Luna en Libra. Eneatipo VI

Símbolo de la balanza que siempre está oscilante entre los dos polos. No se es capaz de conciliar los opuestos, de elegir en la dualidad, de ver los matices en la polaridad

La toma de Scleranthus, ayudará en el desarrollo de la siguiente lección: *"Conseguir determinación para discernir entre los opuestos y ser capaz de distinguir los matices que existen en la polaridad"*.

- Vervain (Verbena). Luna en Leo. Eneatipo I; VIII

Idealista en busca de lo que él cree que es justo. Convencido de tener razón, se puede convertir en un auténtico fanático en la lucha por su particular cruzada.

La toma de Verbena ayudará en el desarrollo de la siguiente lección: *"Participar desde el entusiasmo en la aceptación de otros puntos de vista sin caer en el fanatismo"*

- Water Violet (Violeta de agua). Luna en Acuario. Eneatipo V

Tiene que ver con el miedo al contacto íntimo y emocional, que se manifiesta mediante una pose de orgullo, arrogancia, distancia y reserva.

La toma de Violeta de Agua ayudará en el desarrollo de esta lección:  
*"Entender que todos formamos parte de la Unidad. Acercarse a los demás para comprender y experimentar"*

## 2.3. La enfermedad como oportunidad

La enfermedad es el síntoma de que hay algo (en nuestra manera de pensar, sentir o actuar) contrario al plan divino que cada uno hemos venido a desarrollar. Podemos considerar a la enfermedad como el toque de atención, como la voz sofocada del alma que, mediante un lenguaje simbólico nos invita a tomar consciencia y cambiar

## 2.4. El proceso de sanación

El proceso de sanación, según Edward Bach pasará por:

1. Tomar consciencia de la divinidad que hay en nosotros y por tanto, del poder para superar las adversidades
2. Entender que la causa básica de la enfermedad obedece a la falta de armonía entre la personalidad y el alma
3. Tener la voluntad y la capacidad de descubrir el defecto causa del conflicto
4. Suprimir ese defecto desarrollando la virtud contraria

## 3. Los Remedios

3.2 Para los que sienten temor:

- *Heliantemo*: Pánico
- *Mímulo*: Hipersensibilidad, miedos identificables
- *Cerasífera*: Miedo a perder el control, a cometer actos violentos en contra de la voluntad
- *Álamo temblón*: Miedo de origen desconocido, sensación de presagio, de que "algo terrible que no sé qué es, puede suceder"
- *Castaño Rojo*: Miedo y preocupación obsesiva por "todo lo malo" que a los seres queridos les puede suceder

### 3.3. Para la incertidumbre:

Entiendo esto como remedios para activar la luz de la inteligencia, con el fin de conseguir contactar con el propio saber:

- *Cerato*: No confía en su intuición
- *Scleranthus*: Duda entre los opuestos
- *Genciana*: Desánimo "Ve la copa medio vacía"
- *Aulaga*: Pérdida de la fe y esperanza
- *Hojarazo*: Cansancio mental. Aburrimiento
- *Avena Silvestre*: Indecisión para seguir el camino del Alma

### 3.4. Para la falta de suficiente interés en las circunstancias presentes.

Falta de interés por el presente, por el aquí y ahora. El ahora, y el hoy ya no nos parece atractivo y nos fugamos de él:

- *Clemátide*: Se fuga del presente mediante la fantasía
- *Madreselva*: Se quedó anclado al pasado
- *Rosa silvestre*: Pasotismo. Abulia. Desgana. Ninguna motivación
- *Olivo*: Cansancio hecho de que "se agotaron las fuerzas"
- *Castaño blanco*: Obsesión. Siempre el mismo disco rayado en la cabeza
- *Mostaza*: Depresión endógena ciclotímica
- *Brote de castaño*: No aprendizaje de los errores

### 3.5. Para la soledad:

Elegida o impuesta.

- *Violeta de agua*: Fobia al contacto emocional. Reserva, distancia, arrogancia
- *Impaciencia*: Gran activación plano mental. No tolera lentitud
- *Brezo*: Egocentrismo, locuacidad. "Sólo yo y lo mío somos importantes".

### 3.6. Para la hipersensibilidad a influencias y opiniones ajenas.

Para cuando existe una excesiva identificación o influenciabilidad con el otro. Sólo la existencia del otro da sentido a mi existencia y, mientras me entretengo, o me distraigo con el otro, no me ocupo de mí:

- *Agrimonia*: Arquetipo del payaso. Anestesiarse el dolor
- *Centauro*: Sometimiento. Incapaz de decir NO
- *Nogal*: Dificultad para adaptarse al cambio
- *Acebo*: Rabia, celos, sospecha, envidia

### 3.7. Para el abatimiento y la desesperación:

Para cuando las exigencias de la realidad sobre la persona, son muy duras, difíciles de sobrellevar, y se ha perdido la estabilidad personal:

- *Alerce*: Sentimiento de desvalorización Consciencia del "No puedo". Comparación con el otro: "El otro sí puede, yo no.
- *Pino*: Sentimiento de indignidad y de culpa, de no ser merecedor de nada bueno, "La voz de la conciencia". OJO: La culpa siempre busca el castigo como método de expiación
- *Olmo*: Sentimiento de abrumación ante la tarea a emprender. Imagen idealizada de uno mismo. Esto le lleva al deseo de cumplir la tarea a la perfección
- *Castaño dulce*: "Negra noche del Alma". La persona está en una situación de máximo estrés emotivo. Gran desesperación. Anuncia expansión de conciencia
- *Estrella de belén*: Sucesos traumáticos que provocan un auténtico colapso energético. Esencia de la Nueva Medicina. DSH: "Impacto emocional que te coge de improviso, que se vive en aislamiento y de graves consecuencias"
- *Sauce*: Resentimiento y amargura: "Por qué me ha tenido que tocar esto a mí"? La rabia no es expresada de forma manifiesta. Se dirige hacia uno. Se retroflexiona
- *Roble*: Gran sentido del deber. Burro de carga. "Sólo enferma en fin de semana"
- *Manzano silvestre*: Siempre en lucha contra "eso" que avergüenza, que continuamente capta mi atención. Siempre pensando en el órgano enfermo que siempre adquiere figura sobre el fondo

### 3.8. Para la sobreprotección y excesiva preocupación por el bienestar de los demás:

Entendiendo esto como el deseo de influir sobre el otro, en base a un interés personal

- *Achicoria*: Manipulador. Necesita tener asegurado el objeto de su amor
- *Verbena*: Luchador entusiasta en comunicar sus ideas, pues considera que son las únicas válidas
- *Vid*: Deseo de lograr Poder y dominación del otro. Disfruta mandando y dando órdenes
- *Haya*: Intolerancia hacia uno mismo que proyecta en el otro
- *Agua de roca*: Rigidez moral. Mártir por una causa. "El perfecto"

## 5. Aplicaciones Nueva Medicina

Si partimos de la idea de que todo cáncer es el resultado de un shock conflictivo, de gran impacto dramático, que aparece de forma súbita, que es vivido en soledad, y que afecta casi simultáneamente a los tres niveles: psique, cerebro, órgano. Si compartimos con Hammer la teoría de que será el colorido del conflicto, y la manera personal de sentirlo, vivirlo y experimentarlo, lo que determine, cómo, cuando, dónde... se desarrollará la enfermedad. Y si depositamos nuestra confianza en el poder benéfico que las esencias florales poseen, para armonizar los desequilibrios emocionales, la terapéutica floral se presenta como un valioso aporte en el proceso de sanación.

### 4.1 Caso clínico

*Mujer separada. 47 años. Vive con su hijo de 19 años. A los tres meses de recibir la noticia de que éste ha decidido marcharse de "casa", y dejar de estudiar, desarrolla un cáncer de mama izda. Es sometida a cirugía (mastectomizada), quimioterapia y radioterapia. Al año desarrolla metástasis óseas.*

Con estos datos de la historia clínica y teniendo en cuenta la relación directa entre psique - cerebro - órgano, ya existen pistas para comenzar a indagar acerca del colorido del conflicto

- ¿Vivió la noticia de que su hijo se marchaba de casa como un auténtico shock? El impacto ha sido lo suficientemente dramático como para generar un cáncer (Estrella de Belén: Suceso dramático que produce un auténtico colapso energético, que sucede de improviso y que es vivido en soledad)
- ¿Siente que le ihan arrancado a su hijo del pecho? ¿Vive la ausencia del hijo como "perdida del objeto de su amor"? (Indagar Achicoria)
- Está permanentemente preocupada por "todo lo terrible que al hijo le puede suceder" (Indagar Castaño Rojo)
- Ha sido mastectomizada y como consecuencia de la quimioterapia, presenta alopecia. Posteriormente ha desarrollado metástasis óseas. ¿Qué ha sucedido con su auto imagen, y con su autoestima? (Indagar Manzano silvestre y Alerce)  
Además Manzano silvestre, al ser el depurador del sistema floral, ayudará a drenar los tóxicos de la quimioterapia y radioterapia

Las esencias florales, también las podemos indicar como método preventivo. Tal vez, si esta paciente, nada más ser mastectomizada, y antes de comenzar con la quimioterapia (responsable de su alopecia), hubiera tomado Manzano silvestre y Alerce, ( en previsión de conflictos de autoestima), no hubiera desarrollado metástasis óseas

## 4.2 Caso clínico

*Hombre 38 años que a los tres meses de sufrir un atraco muy violento en la tienda de su propiedad, en la que trabaja (Le hacen arrodillarse y continuamente le ponen la pistola en la cabeza amenazando con disparar), desarrolla un carcinoma epidermoide de pulmón y posteriormente metástasis óseas (A los nueve meses fallece)*

Con estos datos de la historia clínica y teniendo en cuenta la relación directa entre psique - cerebro - órgano, ya existen pistas acerca del colorido del conflicto

- Estrella de Belén: Suceso muy traumático que le ha conectado con la muerte violenta, imprevista y vivida en soledad (Carcinoma de pulmón)
- Heliantemo: Pánico vinculado a la sensación de muerte inminente (Carcinoma de pulmón)

- Indagar Alerce: La persona ha desarrollado metástasis óseas. ¿Cómo vivía el terror continuo a la muerte? ¿Qué pasaba con el sentimiento permanente de inseguridad? ¿Cómo se sentía cuando no era capaz de abrir la tienda? ¿Qué sucedió con su autoestima?
- Madreselva: Si se hubiera pautado junto con Heliantemo y Estrella de Belén, tal vez el estrés postraumático hubiera sido menos virulento. Tal vez la madreselva hubiera favorecido el cortar con ese recuerdo tan torturador del pasado que una y otra vez volvía y se hacía presente  
Utilicemos la terapia floral para cubrir el colorido del conflicto; pero mantengámonos también alerta ante las complicaciones que preveamos que puedan suceder. No está de más, el rescatar también la utilización de las esencias como método de prevención

### 4.3. La expresión del síntoma

Cuando queramos tratar un síntoma orgánico con esencias florales, me parece muy interesante la metáfora de "dar voz al síntoma":

- Dolor:  
No es lo mismo un dolor que me produce Impaciencia (Impatiens), que un dolor que me abruma (Olmo), o un dolor que me hace rabiar (Acebo), o el que me sume en la mas negra desesperación (Castaño dulce), o un dolor sin esperanza porque ya me han dicho que lo mío es incurable (Aulaga) o ese dolor tan atroz que cuando me llega, siento miedo de tirarme por la ventana (Cerasifera)
- Cansancio:  
No es lo mismo el cansancio de que siempre voy muy deprisa y mi cuerpo lo acusa, (Impatiens); que el cansancio por aburrimiento (Hojarazo); que el agotamiento porque me excedí (Olivo); o el que sólo aparece en fin de semana que es cuando sí me permito descansar (Roble)

Todos estos matices emocionales, son los que determinan el diagnóstico diferencial a la hora de preparar una fórmula. Por ello hay que estar muy abierto a la escucha del matiz: "De qué está hecho ese síntoma; qué diría si tuviera voz..."

## 5. Flores como autoconocimiento

Como conclusión me gustaría hablar de todo el aporte que las flores pueden hacer como método de autoconocimiento, reflexión y crecimiento personal

### 5.1. Reconocerse en la emoción

Bach tipificó 38 emociones. Todos tenemos en mayor o menor medida estas emociones. Todos somos manipuladores, intolerantes, impacientes, sentimos miedo, culpa, nos desanimamos, nos aburrimos... Lo importante es experimentarse, reconocerse y descubrirse en cada emoción. Cuando soy manipulador, quiénes generan mi intolerancia; cómo me aburro; qué situaciones me disparan el miedo...

Esto requiere un gran trabajo de mirarse honestamente delante de un espejo. Hay emociones en las que es fácil reconocerse. También hay emociones en las que cuesta mucho verse; porque tienen que ver con la sombra. Desde el deseo de aportar mi grano de arena en ese "asomarse" a la sombra, nació un conjunto de 39 láminas "FLORES PARA DESPERTAR" inspiradas en las flores de Bach y la psicoterapia gestalt

### 5.2. Explorar el conflicto

Todas las emociones están íntimamente interrelacionadas. Detrás de mi tristeza, puede haber rabia, culpa o hastío; pero debajo de tu tristeza habrá otras emociones; porque diferente es nuestra biografía y diferente la lección del alma que hemos venido a desarrollar.

A mí me gusta la idea de que todos tenemos un mapa emocional básico autobiográfico que se ha ido configurando desde nuestro nacimiento, o incluso desde antes, hasta la época actual. Un mapa en el que las provincias simbolizarían las emociones, y estarían íntimamente relacionadas unas con otras.

También me gusta la idea de que existen mapas secundarios que surgen ante un conflicto determinado, y que también éste mapa secundario, está en íntima relación con el mapa emocional básico. El trabajo a desarrollar sería descubrir mi mapa emocional básico y los mapas secundarios de los conflictos que quiero explorar.

El conjunto de láminas emocionales "FLORES PARA DESPERTAR", inspiradas en la psicoterapia gestalt y en las esencias florales de Edward Bach, va encaminado a facilitar esta labor. Va encaminado al propósito de poder mirar mis ojos en un espejo, directamente, con valentía y honestidad. "Yo soy yo, y tú eres tú. Como me reconozco, me acepto y me respeto, también soy capaz de reconocerte, aceptarte y respetarte a ti. Desde aquí podemos mirarnos los dos directamente a los ojos, sin necesidad de máscaras que nos protejan frente al mundo"

## BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA:

- *La Curación por las Flores. ( Cúrese Ud. Mismo; Los Doce Remedios, Catálogo de Remedios de Wheeler. )* Ed. Edaf. Madrid, , Edward Bach 1991.
- *Obras Completas. Edward Bach.* Prólogo de Julian Barnard. Ed. Ibis. Barcelona, 1994.
- *Jung y Flores de Bach.* Bárbara Espeche, & Eduardo Gracco Ed. Continente. Buenos Aires, 1991, 1999.
- *"La curación energética"* Richard Gerber. Ed. Robin Book new age.
- *Flores de Bach: Manual para Terapeutas Avanzados.* Ricardo Orozco, Ed. . Indigo. Barcelona, 1996.
- *Nuevas esencias florales.* Andreas Korte. Ed Integral
- *La Medicina Floral de Edward Bach.* Maria Luisa. Pastorino. Ed. Urano. Barcelona, 1989.
- *Esencias Florales: Un Camino* Rojas Posada, Santiago.. Ed. Laertes S.A. Barcelona, 1992.
- *Flores de Bach.* José Salmerón Pascual, Ed. Mandala. Madrid, 1993.
- *La Terapia Floral de Bach; Teoría y Práctica.* , Mechthild. Scheffer. Ed. Urano. Barcelona, 1992.
- *Las Flores que Curan el Alma.* , Mechtild Scheffer & Wolf-Dieter Storl. Ed. Urano. Barcelona, 1994.
- *Tratado Completo de Terapia Floral.* Susana Veilati, Ed. Edaf. Madrid, 2000.
- *Los Descubrimientos del Dr. Edward Bach.* . Nora Weeks.. Ed. Lidiun. Buenos Aires

## ASOCIACIONES DE TERAPIA FLORAL EN ESPAÑA

### SEFLOR

(Sociedad Española para la investigación, promoción y uso terapéutico de las esencias florales)

C/ Claudio Coello nº. 126, Esc. A; Jardín dcha. 28006 - Madrid,

Tel: 91 564 32 57 Lunes a Jueves 17 a 20 horas,

E-mail: [seflor@seflor.org](mailto:seflor@seflor.org) Página Web: [www.seflor.org](http://www.seflor.org)

Actividades todos los jueves a las 20:15, entrada libre. Grupos de Supervisión en Terapia Floral para socios.

### SEDIBAC

Tiene por finalidad la difusión de la Terapia Floral del Dr.

Bach, mediante un boletín trimestral, charlas, seminarios divulgativos, así como actividades de formación continuada para sus asociados. Ofrecen colaboración gratuita y asesoramiento a colectivos y asociaciones sin ánimo de lucro.

Calle Còrsega, 230 Pral 1ª  
08036 Barcelona

Tel - fax 93 415 48 72

[www.sedibac.org](http://www.sedibac.org)

[sedibac@telefonica.net](mailto:sedibac@telefonica.net)