



Enseñanzas Alternativas



FLORES DE BACH

**Cómo tratar los estados emocionales
con las vibraciones de las plantas**

Javier Iraola

Título: "FLORES DE BACH "

Colección: ENSEÑANZAS ALTERNATIVAS

Autor: Javier Iraola Galarraga

Contacto: javieriraola@msn.com

Edición: Valencia, 2019

Reservados todos los derechos. Autorización para
reproducción total o parcial citando la fuente.

CONTENIDO

Pág 5: La Filosofía del Dr. Bach

Pág 11: Modo de actuar de las Flores de Bach

Pág 18: Modo de trabajar con las flores

Pág 22: Qué es Rescue Remedy

Pág 25: Características de las Flores de Bach

Pág 32: Arquetipos básicos: Grupo 1

Pág 37: Arquetipos básicos: Grupo 2

Pág 43: Arquetipos básicos: Grupo 3

Pág 49: Arquetipos básicos: Grupo 4

Pág 53: Arquetipos básicos: Grupo 5

Pág 58: Arquetipos básicos: Grupo 6

Pág 66: Arquetipos básicos: Grupo 7

Pág 73: Tratamientos Emocionales con Flores de Bach

LA FILOSOFÍA DEL DR. EDWARD BACH

*En casi todos nosotros hay uno o más defectos adversos que obstaculizan nuestro avance, y es ese defecto, o defectos, lo que tenemos que afanarnos por descubrir en nosotros y, mientras tratamos de desarrollar y extender el lado amoroso de nuestra naturaleza hacia el mundo, debemos esforzarnos al mismo tiempo para borrar ese defecto particular llenando nuestra naturaleza con la virtud opuesta. Al principio acaso nos resulte difícil, pero sólo al principio, porque es sorprendente lo rápidamente que crece una virtud auténticamente buscada, unido al conocimiento de que con la ayuda de la Divinidad que llevamos dentro, a poco que perseveremos, el fracaso es imposible. **Edward Bach.***

*La acción de las esencias florales consiste en elevar nuestras vibraciones y abrir nuestros canales para la recepción del YO Espiritual. Inundar nuestra naturaleza de la virtud específica que necesitamos y lavar la falta que está provocando el daño. Las esencias trabajan no atacando la enfermedad sino anegando nuestros cuerpos con las hermosas vibraciones de nuestra naturaleza más elevada. De esta manera, no puede existir una cura verdadera hasta que se produzca un cambio en nuestra perspectiva vital, paz espiritual y felicidad interior. **Edward Bach.***

*Que cada uno recuerde que su alma ha dispuesto para él un trabajo particular, y que a menos que realice ese trabajo, aunque sea inconscientemente, dará lugar inevitablemente a un conflicto entre su alma y su personalidad, conflicto que necesariamente provocará desórdenes físicos. **Edward Bach***

Nuestras mismas faltas y fallas son el reverso de la virtud a la cual aspiramos. Para vencer el ardiente anhelo podemos nacer en una familia donde la embriaguez sea algo común; para vencer el odio quizá tengamos que nacer entre aquellos que son crueles. De hecho, es frecuente que las cualidades adversas que hemos recibido por herencia, sean aquellas que hemos venido a eliminar en especial. Y si fracasamos en el aprendizaje de nuestra lección en el plano mental, debemos sufrir el resultado de nuestro fracaso en los otros, hasta que la falta esté completamente erradicada de nosotros mismos. Así es como nuestras fallas, y las compañías adversas y las circunstancias, son lo opuesto de las virtudes que estamos tratando de alcanzar. **Edward Bach**

La esencia floral, una vez incorporada en el cuerpo, gracias a su característica vibracional, entra en contacto con el cuerpo del paciente y viaja por él a través de los meridianos de acupuntura y se dirige a los chacras y órganos energéticos, donde producirán su efecto, que se manifestará, inicialmente, en los estados emocionales y, dentro de la posible, en la materia. **Santiago Rojas.**

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 y de nuestro consiguiente 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, hay que tener la voluntad y la capacidad de descubrir el defecto que causa semejante conflicto; y en cuarto lugar, hay que suprimir ese defecto desarrollando la virtud contraria. **Edward Bach**

El Dr. Edward Bach planteó un tema fundamental: la necesidad de combatir las causas y no los resultados de una enfermedad. Los resultados son lo observable, el problema en cuestión, pero, descubrir las causas que los originan es una tarea extremadamente difícil y un complicado viaje de descubrimiento interior para quien decide emprenderlo. Bach explica que el origen de la enfermedad, al no ser material, es imposible erradicarlo a través de medios materiales que aborden únicamente al cuerpo físico del enfermo. Y define a la enfermedad como "el resultado de un conflicto entre el Alma y la Mente". A su vez considera a la enfermedad como un beneficio, ya que si se la interpreta correctamente servirá como guía para corregir nuestros defectos esenciales. Para comprender el profundo mecanismo de la enfermedad, nos habla entonces de lo que él denomina "cinco verdades fundamentales", que son:

1. El ser real del hombre es su alma y el cuerpo físico es sólo su templo terrenal, el lugar donde reside en esta tierra. Y al ser nuestra alma una chispa del Todopoderoso, es invencible e inmortal. El hombre tiene un Alma o Ser Superior de naturaleza divina. Nos guía. Esta alma es inmortal e invencible.
2. La meta de nuestra existencia terrena consiste en perfeccionar nuestra naturaleza y nuestro espíritu. El Alma guiará nuestro andar, para alcanzar nuestra meta. Podemos entonces encontrarnos con difíciles obstáculos a sortear muchas veces incomprensibles, pero gracias a la superación de los mismos, lograremos este

perfeccionamiento. El objeto de nuestra vida es obtener todo el conocimiento y la experiencia, para desarrollar todas las virtudes y borrar de nosotros todo lo malo.

3. La vida terrenal es sólo una fase de nuestra evolución, nuestro cuerpo físico puede morir, pero nuestra alma es eterna. La vida es un momento en el curso de la evolución. Nuestro cuerpo es sólo un instrumento, el vehículo del Alma.
4. El conflicto entre el camino trazado por el Alma y el camino que busca trazar nuestra personalidad, da lugar a la enfermedad. El sufrimiento nos indica entonces cuándo estamos tomando un camino equivocado con el objetivo de reflexionar sobre ello y encarrilar nuevamente nuestra existencia. El conflicto es la raíz y la causa de la enfermedad e infelicidad. Entre el Alma y nuestra personalidad.
5. Todos formamos una unidad universal, cada elemento, por más insignificante que parezca, compone una parte fundamental del Todo. Si se afecta a una de las partes, se afecta de esta manera al Todo. Una acción contra algún miembro del Todo, también podrá originar la enfermedad, puesto que justamente nosotros mismos somos parte del Todo. Todos los seres vivos somos uno. El creador de todo es el Amor

Bach describió 7 defectos básicos o actitudes negativas:

1. EL ORGULLO. Falta de reconocimiento de la pequeñez de la personalidad frente al Alma. El orgulloso se niega

a inclinarse con humildad y resignación ante la Voluntad del Gran Creador.

2. LA CRUELDAD. Negación del criterio de unidad de todas las cosas. El cruel no comprende que todos formamos parte de una Unidad, y que al lastimar a alguien, lastima a todos, incluso a él mismo.
3. EL ODIIO. Lo contrario del principio de la creación, del Amor. Aquel que odia se encuentra opuesto al Amor, al Creador.
4. EL EGOISMO. Atentado contra la unidad. El egoísmo es la manera en la que el hombre actúa contra la Unidad. El egoísta antepone sus propios intereses a los de la humanidad, a los de la Unidad.
5. LA IGNORANCIA. Negarnos a ver la verdad. El ignorante se niega a ver la Verdad, comete errores por hallarse entre las sombras, sin la iluminación del conocimiento.
6. LA INESTABILIDAD, LA DEBILIDAD. La personalidad se niega a ser gobernada por el Alma. Si nos negamos a dejarnos gobernar por el Alma, aparece la inestabilidad, la indecisión y la debilidad.
7. LA CODICIA. Deseo de poder. Negación de la libertad e individualidad de todas las almas. El codicioso busca el poder por el poder mismo, por sobre la existencia de todas las almas.

A partir de esta concepción de enfermedad, Bach explica que, al ser la etapa terminal de un desorden más

profundo, no se debe sólo atacar el resultado final de este desorden sino a la causa básica original. Por ejemplo, el egoísmo podría ser la causa de una Neurosis. Una parálisis psicológica de una parte del cuerpo, podría remontarse a la arrogancia y rigidez de una persona orgullosa. Un intenso dolor puede ser provocado por una persona cruel, ya que de esta manera nuestra Alma nos enseña a no infligir a los demás ese dolor que sufrimos. Las enfermedades producidas por el odio se pueden encontrar relacionadas a trastornos mentales y a la soledad. La negación a reconocer la verdad del ignorante puede llevar a trastornos en la visión y en la audición. La inestabilidad espiritual se proyectará en nuestro cuerpo por ejemplo a través de trastornos motores. El desear que los demás sean nuestros "esclavos" (codicioso), producirá que nos transformemos en esclavos del propio cuerpo, por ejemplo, con enfermedades limitantes.

Por todo ello, cuando tratemos a cualquier desequilibrio del ser humano, bien sea anímico-emocional, físico, mental, energético o espiritual convendrá que tengamos presente lo siguiente:

- Que deberíamos estar siempre dispuestos a expandir la mente y rechazar cualquier idea, por muy firmemente arraigada que esté, si una amplia experiencia nos muestra mayores verdades.
- Que el Alma emite unos dictados, a través de la intuición, el instinto y la conciencia, que tiene por

objeto el dirigir la personalidad en el camino del aprendizaje.

- Que la raíz de nuestras enfermedades está dentro de nosotros mismos, en nuestra forma de pensar, de sentir y de afrontar los cambios y el crecimiento.
- Que el proceso de curación es un proceso de trabajo interior destinado a restablecer el equilibrio energético integral.

MODO DE ACTUAR DE LAS FLORES

Al hablar de las esencias florales de Bach, algunas personas se preguntan si se trata de un elixir mágico, o si los terapeutas se valen de ellas para que la persona realice su auto-curación convencida de que son las florales las que lo hacen (conocido como efecto placebo).

¿Cómo sanan las flores de Bach?

Hay que partir de la realidad de que los remedios florales no tienen contenido ni composición alguna que pueda ser detectada en un análisis de laboratorio. Los preparados sanadores se inician en una preparación homeopática con los pétalos de las flores, pero pueden llegar a sufrir hasta 40 diluciones (tomando cada vez unas pocas gotas de la preparación inicial) hasta que se procede a la preparación de los frascos de las esencias que se toman en los tratamientos y que, habitualmente, llegan a tener diez o doce gotas de diferentes flores. El resultado es que en aquellos frascos ya no existe el menor rastro de producto,

químico o natural, detectable, aparte del agua y del alcohol (en el caso de que lo lleve). Entonces:

¿Qué ingredientes contienen los remedios para la sanación?

La respuesta es que, el verdadero componente de los remedios no se puede medir en un laboratorio puesto que se trata ni más ni menos que de información. El frasco contiene la información vibratoria y de frecuencia de la energía de las plantas que sirvieron para su preparación.

«A través de su alta vibración, determinadas flores, arbustos y árboles silvestres de un orden superior tienen el poder de aumentar nuestras vibraciones humanas y dejar expeditos nuestros canales a los mensajes de nuestro Yo Espiritual (Yo Superior). Las flores están en condiciones de elevar nuestra personalidad y acercarnos a nuestra Alma. No hay una verdadera curación sin un cambio en la orientación de la vida, sin paz en el alma y la sensación interior de felicidad»

De tal manera que las esencias florales no actúan sobre la enfermedad o el desequilibrio, sino que proveen al cuerpo de la información necesaria para que se ponga en marcha y en acción para producir su propia curación. Por eso Bach decía que «las esencias no trabajan atacando la enfermedad, sino anegando nuestros cuerpos con las hermosas vibraciones de nuestra naturaleza más elevada». Esa información le llega al cuerpo a través de la resonancia de todas sus células con la vibración superior de las flores.

Esta forma de actuar, por medio de la vibración energética de alta frecuencia de las plantas, ejerce su acción y su influencia en el organismo interviniendo a través de los cuerpos energéticos sutiles de las personas.

¿Qué significa? ¿Qué consecuencias tiene?

Significa que la sanación por medio de las Flores de Bach se engloba dentro del campo de las medicinas alternativas energéticas cuya acción es vibracional, manteniendo una relación energética entre la mente y los cuerpos sutiles. Sus efectos, finalmente, se transmiten y transfieren al cuerpo físico.

Los seres humanos actúan como redes de campos complejos de energía en interacción con los sistemas físicos celulares. El cuerpo físico es una retícula de campos energéticos entrelazados, recibiendo las “instrucciones” de organización y alimentación de sistemas energéticos “sutiles”. Estos sistemas de energía son afectados por nuestras emociones, por el equilibrio espiritual, factores nutricionales y ambientales. La conexión entre cuerpo físico y las fuerzas sutiles del espíritu son la clave. Pero, demos un breve repaso a los cuerpos sutiles que intervienen en tan delicadas operaciones.

El Cuerpo Etéreo es menos denso que el cuerpo físico y de más alta frecuencia. Viene a ser como un molde o envoltorio sobre el cuerpo visible, muy pegado a él y muy estrecho., pero que es el vehículo de la información que da origen a la organización genética de las células. Muchas enfermedades tienen sus comienzos en bloqueos de dicho

cuerpo. Una de sus funciones esenciales es la de canalizar y nutrir las energías de los cuerpos sutiles superiores (el Astral, el Mental y el Causal). También existe una circulación de flujo energético de materia sutil a través de los meridianos de acupuntura.

El Cuerpo Astral o Emocional, es todavía menos denso que el anterior y es el lugar donde se ubican las emociones. Por ello, el miedo se siente en este cuerpo sutil. Dado el carácter profundamente emocional de la actuación de las flores de Bach, muchas de las esencias ejercitan su acción y su influencia en este cuerpo sutil.

A continuación, y siguiendo la línea hacia el exterior, se encuentra el Cuerpo Mental. De densidad todavía más baja que los anteriores, es el lugar donde se manifiesta el YO y se expresa el intelecto. Su función es permitir pensar con claridad y enfocar las energías mentales correctamente. Es canal para el detalle más fino.

Finalmente el Cuerpo Causal que es el de menor densidad de todos y el de mayor y más alta frecuencia de vibración. En este cuerpo se hace presente el Alma o el Yo Superior. Ayuda a captar y procesar la experiencia vital propia en profundidad, favoreciendo el necesario aprendizaje que se va acumulando a través de las distintas reencarnaciones.

Bach dedicó su vida a observar a las personas, a conocer sus reacciones, y constató que, en su vida diaria, muchas personas actuaban o reaccionaban de modo similar, aun padeciendo diferentes males. Esto lo convenció de que ninguna enfermedad podía ser tratada genéricamente,

sino que era fundamental conocer el estado mental y anímico del paciente antes de dar un tratamiento específico. En definitiva, que era más importante el paciente que la enfermedad. Tras años de estudio, Bach logró establecer siete grandes grupos de personas, según los estados de ánimo que mostraba cada uno de ellas frente a las enfermedades y los desequilibrios:

- Las que sienten temor (viven dominadas por EL MIEDO).
- Las que se ocupan en exceso por el bienestar de los demás (dominadas por la AUTO-EXIGENCIA).
- Las que son demasiado sensibles y afectadas por otras influencias e ideas del exterior (viven dominadas por la HIPERSENSIBILIDAD).
- Las que viven en inseguridad e incertidumbre (dominadas por LAS DUDAS Y EL DESCONCIERTO).
- Las que no tienen interés por su presente circunstancia y no viven la vida (dominadas por EL DESINTERÉS).
- Las que por muchas y diferentes causas viven abatidas o desesperadas (dominadas por EL DESANIMO y LA DESESPERACIÓN).
- Las que se sienten solas y alejadas de sus entornos (dominadas por LA SOLEDAD y EL AISLAMIENTO).

Con la consideración de estos grupos, Bach encontró que la inmensa mayoría de los estados anímicos negativos del ser humano quedaban considerados y trabajó con los

distintos tipos de sentimientos negativos que podía desarrollar cada grupo, al mismo tiempo que encontraba una flor que contrarrestaba dicho sentimiento. Con el descubrimiento de las esencias florales, Bach logró por fin cumplir su cometido de ayudar al ser humano a encontrar su armonía interior puesto que, cada esencia floral del sistema, ayuda a la persona a “tomar consciencia” del estado en el que se encuentra, para que pueda alcanzar la virtud contraria al "defecto" de personalidad que está desarrollando. Esto significa que las florales no actúan directamente sobre el organismo, sino sobre el estado de ánimo que fue el causante del mal en el cuerpo.

Las vibraciones de las flores de Bach ejercen una increíble influencia sobre los estados de ánimo negativos que cada uno de nosotros instala en su mente primero, trasladándolos luego a su cuerpo traducidos en malestares o enfermedades de todo tipo. Edward Bach solía decir que los remedios florales no curan atacando la enfermedad, sino llenando nuestro cuerpo con la maravillosa vibración de nuestra Naturaleza Superior.

Cada ser tiene su misión de vida, y para alcanzarla debe atravesar diferentes experiencias. Para la mayoría de las personas la vida transcurre en avances y retrocesos permanentes en busca del bienestar o la paz interior. Sin embargo por momentos, alcanzarlos parece una utopía, ya que las situaciones diarias e influencias negativas provenientes del medio externo nos hacen sentir que se alejan cada vez más de nuestras manos. Por cierto es mucho más fácil buscar las causas de fracaso o desilusión

fuera de nosotros que responsabilizarnos por nuestros actos y entender que somos lo que pensamos. Es en este punto donde entran en acción las flores de Bach. Las vibraciones que ellas producen transforman los pensamientos tornándolos positivos y conectándonos con nuestro Ser Espiritual, para el que no pueden existir ni miedos, duda, abatimiento ni ningún otro defecto que la mente sea capaz de introducir en el Alma. En definitiva, las esencias florales actúan bajo los principios siguientes:

- Actúan sobre los cuerpos sutiles porque tienen una vibración de alta frecuencia, diferenciada y característica en cada una de ellas.
- Son capaces de actuar sobre el cuerpo físico.
- La esencia vital de la planta (su información vibracional) se transfiere al agua, creando medicinas vibracionales puras de gran fuerza vital.
- Atacan la enfermedad, entendiéndola como un conflicto entre los dictados del Alma y la personalidad, el cual provoca distorsión en la frecuencia de vibración que se convierte en estados de ánimo negativos que, de perdurar, dan lugar a las enfermedades.
- Si el conflicto se prolonga, una emoción o un estado de ánimo negativo que dará lugar a la enfermedad.
- El gran hallazgo del Dr.Bach fue encontrar la correspondencia entre la frecuencia energética con la que vibra cada flor y los 38 dictados emocionales básicos negativos del alma humana.

- Cuando se ingiere la información contenida en la esencia floral vuelve la armonía y se desbloquea la comunicación entre el Yo Superior y la personalidad.

Observando que las premisas para entender el trabajo de las esencias florales son bastante elevadas e intuitivas, y cuando menos poco corrientes, cabe la pregunta:

¿Hay que ser partícipe de todas estas creencias para que las esencias florales hagan su efecto?

Desde luego que no, como lo demuestra el hecho de que las esencias florales son eficaces tanto en niños como en animales.

MODO DE TRABAJAR CON LAS FLORES

El objetivo general del proceso, consiste en que la persona pueda obtener la información precisa sobre su propio estado anímico personal, para preparar unas mezclas con las esencias florales pertinentes, las cuales, tomadas durante el tiempo necesario, provocarán una mejora observable en el estado deteriorado, físico, emocional, mental o energético que se ha identificado.

Las FLORES DE BACH se utilizan:

Para la formación de carácter y el desarrollo de la personalidad.

Para la protección de la salud psíquica y para evitar enfermedades físicas y anímicas.

Para reforzar la curación anímica y física de enfermedades.

AUTO-IDENTIFICACIÓN DEL ESTADO ANÍMICO PERSONAL DEL MOMENTO.

Por lo tanto, el punto de partida es la correcta identificación del estado anímico personal, la cual pasará, inevitablemente, por la AUTO-OBSERVACIÓN fina de la persona misma, a través de su conducta y de sus comportamientos.

Para ayudar en esa tarea, se dispone de diversas ayudas:

1. Realizar una primera lectura rápida de las definiciones básicas cortas de cada una de las 38 flores (en las páginas siguientes) para tener una primera opinión.
2. Ampliar la información, en los casos de duda, con la información detallada de páginas posteriores (o si se desea hacer una lectura tranquila de las descripciones “largas”, antes de completar el cuadro resumen de auto-evaluación. Por supuesto que, la elección de lecturas apropiadas
3. Preguntar a terceras personas, que nos conozcan bien, su opinión acerca de “como nos ven” desde afuera.
4. Completar el CUESTIONARIO de 76 preguntas, presentado en la parte final, que ayuda a evaluar el estado anímico personal.
5. Desde luego, en cualquier momento, se puede solicitar (y es una buena idea) la opinión de personas experimentadas que conozcan el proceso y el método.
6. Con la información de los pasos anteriores (los que se hayan hecho), completar el CUADRO-RESUMEN de

cómo la persona se identifica con cada una de las flores. De manera gráfica, al observar el cuadro, se podrá apreciar las flores (no más de seis) que compondrán las mezclas a tomar como tratamiento.

PREPARACIÓN MEZCLAS DE LAS FLORES DE BACH.

En un frasco gotero de 30 ml., provisto de cuentagotas o de cualquier otra opción de goteo, se colocan 3 gotas de cada flor elegida (con un máximo de seis), se agregan tres partes de agua mineral sin gas (no destilada) y un parte de brandy, para que la mezcla se conserve mejor. Cuando se usa el Rescue Remedy, sea solo o combinado con otra esencia, se deben colocar 4 gotas. No es recomendable mezclar más de cinco florales diferentes, cuantas menos se añadan, más directo será el efecto de la fórmula.

DOSIFICACIÓN GENERAL DE LAS FLORES DE BACH.

Las flores se pueden tomar de dos maneras: UNA, diluidas en un vaso de agua de una sola vez. DOS, tomadas directamente de un frasco de mezcla, con la periodicidad y el tiempo recomendado. El primero de los modelos se utiliza para los casos de experimentar un estado anímico negativo, que no durará mucho tiempo y que es puntual y esporádico (caso de ir a un examen, por ejemplo). El segundo para los estados crónicos que se repiten y que requieren de un tratamiento prolongado.

MODELO DEL VASO DE AGUA. Se disuelven dos gotas del concentrado de la flor elegida en un vaso de agua mineral y se toma a pequeños sorbos durante un cuarto de

hora. Si es preciso se puede repetir la operación una segunda vez.

MODELO TRATAMIENTOS DE LARGA DURACIÓN.

Una vez que la mezcla que se va a tomar está preparada, se colocan cuatro gotas sobre la lengua con el dosificador, por lo menos cuatro veces al día, aunque, si es necesario, se puede hacer con mayor frecuencia (especialmente en el comienzo de un tratamiento). Se mantienen las gotas en la boca durante unos segundos, antes de tragarlas. Una vez tomadas hay que dejar pasar quince minutos antes de comer, lavarse los dientes, tomar medicinas etcétera. Los horarios mejores para las tomas son: 1-Por la mañana justo el momento posterior a levantarse. 2-Al mediodía entre las 12 y la una del mediodía. 3-Por la tarde entre las dos y las seis de la tarde. 4-Por la noche un momento antes de ir a la cama.

Bach afirmaba que así como la Luna rige las mareas o los ciclos menstruales, entre otras cosas, también rige nuestros estados de ánimo. Por esa razón, él consideraba que un tratamiento de florales por temas puntuales, no debía durar menos de dos Lunas completas ($28 + 28 = 56$ días). Como cada frasco, con tomas normales de cuatro veces al día, dura alrededor de dos semanas, su cálculo equivale a cuatro frascos. En casos de depresión o problemas más serios, aconsejaba prolongar el tratamiento por un mínimo de seis meses. En algunos casos, desde las primeras tomas, la persona ya comienza a sentir los efectos. Otros necesitan del segundo, del tercero y aún del cuarto frasco para sentir algo. Pero no hay que

preocuparse por esto, en todos los casos, las florales están actuando igual, sólo que la persona no tiene la suficiente sensibilidad para percibir las dentro de sí mismo, o no está lo necesariamente atento a sus cambios como debería estarlo.

OBSERVACIÓN DE LA EXPERIENCIA.

Es importante que el paciente mantenga una fina observación de sus reacciones e inclusive que anote por escrito las posibles incidencias del tratamiento. No ya solamente para poder corregir y modificar alguno de los componentes, buscando una mayor efectividad, sino para que se puedan apreciar, rápidamente, los cambios en los estados anímicos que se tratan de combatir. En los tratamientos de larga duración hay que tener paciencia dado que los cambios y las modificaciones suelen ser, por lo general, lentos y prolongados.

QUÉ ES RESCUE REMEDY (REMEDIOS RESCATE)

Sin duda todos tenemos en algún momento la necesidad imperiosa de ser rescatados de alguna situación de la que no podemos salir por nuestros propios medios. Un susto, una situación imprevista, un hecho que nos produce mucho stress como podría ser un examen, un accidente callejero o aún más grave, una mala noticia, un plazo de entrega que se avecina, un divorcio, son algunas de las causas más comunes de stress.

También el stress es provocado en numerosas ocasiones por hechos agradables. A esto lo denominamos stress

positivo, aunque el desgaste que se produce en nuestra energía es exactamente el mismo que con el stress negativo. Tales acontecimientos pueden ser por ejemplo un nacimiento inminente (tanto para la madre como para el padre o familiares), la última materia de una carrera universitaria, una mudanza, un cambio de trabajo, la compra de un bien, un casamiento e incluso el hallazgo de la verdadera vocación en la vida.

Es innegable que en algún momento de nuestra existencia, todos pasamos por alguna situación de uno u otro tipo. Nuestra reacción ante los hechos puede tener diversas manifestaciones, pero en todos los casos, un toque de Rescue Remedy puede ahorrarnos un desgaste energético o re-armonizarnos por aquello que ya hemos perdido.

El Remedio de Rescate es un compuesto de cinco remedios que el Dr. Edward Bach combinó para ayudar a las personas en caso de emergencias. Las situaciones en que Rescue Remedy puede ser útil son innumerables, pero, los remedios que lo componen actúan en conjunto para contrarrestar las emociones negativas que pueden aparecer en el momento.

El Dr. Bach consideraba que el Rescue Remedy mantenía a la persona en calma a pesar de la circunstancia y por tanto se debía administrar cuanto antes para evitar que la desarmonía se instalara en la persona y alguna de estas emociones lograra dominar la mente:

- el STRESS, TENSIÓN MENTAL O FÍSICA: (Impatiens),
- el PÁNICO: (Rock Rose),

- la SENSACIÓN DE PERDER EL CONOCIMIENTO: (Clematis),
- el MIEDO A DESCONTROLARSE: (Cherry Plum),
- la OBNUBILACIÓN: (Star of Bethlehem).

Estos cinco remedios componen el Rescue Remedy. Este puede ser suministrado hasta en intervalos de minutos cuando la situación así lo demanda, sin por ello poder causar problemas, ya que como todas las flores de Bach, es totalmente inocuo y no posee contraindicaciones. Pero debemos recordar que se trata de un remedio para utilizar en situaciones de emergencia. No se debe tomar Rescue Remedy todos los días durante mucho tiempo, ya que los momentos en que se necesita son bastante particulares.

El Rescue Remedy es un aliado increíble en cualquier situación que nos saque del contexto habitual de nuestra rutina, nos devuelve a nuestra serenidad, ayudándonos a mantener el control de nuestros actos y nuestros pensamientos, nos da la posibilidad de actuar en calma, con claridad, superando nuestros miedos. Por estos motivos es la más conocida de todos los remedios florales del sistema. No obstante, se debe recordar que existen otras 37 propuestas para cubrir las necesidades de cada momento, ya sea que sintamos temor, inseguridad, soledad, deseo de dominar a otros, incertidumbre, o cualquier otra emoción. Todas pueden ser cubiertas por las Flores de Bach, que nos ayudarán a volver a nuestro centro y a recuperar nuestra esencia.

CARACTERÍSTICAS DE LAS FLORES DE BACH.

Los remedios florales que el Dr. Bach descubrió, son extraídos de las flores que crecen espontáneamente en las orillas de los caminos. Se los obtiene por métodos totalmente naturales, sin agregados, lo cual les da la característica de ser inocuos y de no provocar efectos colaterales. El Dr. Edward Bach había buscado durante años un sistema que ayudara "a las personas que sufren, a las personas que desesperan", como dice en la introducción de su libro "LA CURACIÓN POR LAS FLORES". Desde un comienzo, su gran preocupación como médico había sido siempre la persona, el ser humano, más que la enfermedad que éste tenía. En sus consultas trabajaba con sus pacientes dándoles alivio y consuelo con su palabra, con su presencia y su energía, más allá de la ayuda que proporcionaba como profesional.

No tienen contraindicaciones.

Pueden tomarlas bebés, ancianos, embarazadas, enfermos de toda clase.

No hay efectos adversos o secundarios, colaterales.

Al actuar sobre cuerpos sutiles, a nivel vibracional., al principio, pueden producir movilizaciones energéticas.

En casos extraños puede provocar llanto, tristeza, irritabilidad, erupción, náuseas.

Es compatible con cualquier otro tipo de tratamiento.

Su campo de actuación es a nivel vibracional.

Incluso con sicofármacos, homeopatía.

Accesible.

Método sencillo, simple, en el que cualquier persona puede elaborar sus propios remedios

De bajo coste.

Seguro.

Sistema utilizado desde hace más de 80 años.

Actúa sobre las energías sutiles.

Actúan desde el nivel profundo hasta el cuerpo físico.

Actúa sobre la causa real de la enfermedad.

Las flores ayudan a reordenar lo que hace falta, independiente del terapeuta, actuando sobre los planos energéticos.

Enfocadas a la evolución.

Facilitan la conexión Yo Superior-personalidad

Esto supone conocer y emplear autoconciencia y empatía.

Acción selectiva.

Sólo actúa en el desequilibrio

Si se aconseja una flor equivocada, no actúa, porque su patrón vibracional es diferente al patrón a corregir.

Efecto preventivo.

Al reequilibrar las conexiones prevenimos que afecten al cuerpo físico.

Otras características.

Trata al ser humano como un todo.

Recuperamos el bienestar de forma natural y la armonía bloqueada.

«Me siento más yo mismo».

Tiene uso externo, en forma de aplicaciones tópicas.

«Botiquín doméstico», empleo del Remedio Rescate.

Es una verdadera medicina del Alma

CLASIFICACIONES DE LAS 38 FLORES DE BACH

12 FLORES DE PERSONALIDAD O CURADORAS

7 FLORES DE AYUDA O SOPORTE

19 ESPIRITUALIZADAS O COMPLEMENTARIAS

LOS DOCE CURADORES O LAS FLORES DE PERSONALIDAD (REFERIDAS A LA FORMA DE SER)

El Dr. Bach concibió inicialmente un sistema integrado por 12 remedios a los que denominó “LOS DOCE CURADORES” y que se relacionan con 12 formas tipo negativas de la personalidad.

- 1 Impatiens
- 2 Mimulus
- 3 Clematis
- 4 Agrimony
- 5 Chicory
- 6 Vervain

- 7 Centaury
- 8 Cerato
- 9 Sclerantus
- 10 Water Violet
- 11 Gentian
- 12 Rock Rose

Los remedios son eficaces si se suministran en las etapas iniciales de la enfermedad, cuando las acumulaciones son todavía ligeras.

7 AYUDANTES (REFERIDAS A FORMA DE ESTAR)

Los SIETE Ayudantes, nos ayudarán a superar la resignación a los defectos habituales en nuestro carácter, o en nuestra salud física. Preparan el camino cuando una enfermedad es de mucho tiempo y está bien establecida.

- 13 Gorse
- 14 Oak
- 15 Heather
- 16 Rock Water
- 17 Wild Oat
- 18 Olive
- 19 Vine

19 ESPIRITUALIZADAS O COMPLEMENTARIAS

Las DIECINUEVE FLORES restantes son más espiritualizadas y, actuando al nivel más sutil, nos ayudan a desarrollar y comprender que el gran ser interno que habita en todos nosotros tiene el poder de vencer todos los miedos, todas las dificultades, todas las enfermedades.

20 Cherry Plum	30 Chesnut Bud
21 Elm	31 White Chesnut
22 Pine	32 Red Chesnut
23 Larch	33 Holly
24 Willow	34 Wild Rose
25 Aspen	35 Honeysuckle
26 Hornbeam	36 Star of Bethlehem
27 Beech	37 Mustard
28 Crab Apple	38 Sweet Chesnut
29 Walnut	

7 GRUPOS PRINCIPALES (FORMA DE CLASIFICAR ESENCIAS FLORALES POR ARQUETIPOS).

1 VINCULADAS CON EL TEMOR Y EL MIEDO.

Aspen. Mimulus. Rock Rose. Cherry Plum. Red Chesnut.

2 VINCULADAS INCERTIDUMBRE E INSEGURIDAD.

Cerato. Gorse. Gentian. Scherantus. Horbean. Wild Oat.

3 VINCULADAS FALTA DE INTERÉS DEL PRESENTE.

Clematis. Chesnut Bud. Honey Suckle. Mustard. Olive. White Chesnut. Wild Rose.

4 VINCULADAS CON SOLEDAD Y AISLAMIENTO.

Wáter Violet. Impatiens. Heather.

5 VINCULADAS CON LA EXCESIVA INFLUENCIA DE LOS DEMÁS.

Agrimony. Centaury. Holly. Walnut.

6 VINCULADAS DESALIENTO O DESESPERACIÓN.

Crab Apple. Elm. Larch. Oak. Pine. Start of Bethelhem.
Sweet Chesnut. Willow.

7 RELACIONADAS CON LA PREOCUPACIÓN EXCESIVA POR EL BIEN DE LOS DEMÁS

Beech. Chicory. Rock Water. Vervain. Vine.

LOS DOCE CURADORES

FLOR TIPO: Personalidad que viene asignada en el momento del nacimiento.

LECCION A APRENDER O VIRTUD A DESARROLLAR:.
Dada por la personalidad asignada. Es el aspecto positivo de la flor tipo.

EL DEFECTO, INTERFERENCIA U OBSTACULO A SUPERAR. Es el aspecto negativo de la flor tipo.

DEFECTO A SUPERAR	FLOR TIPO	VIRTUD A TRABAJAR
inquietud	AGRIMONY	Paz
debilidad	CENTAURY	Fuerza
restricción	CHICORY	amor
ignorancia	CERATO	Sabiduría
indiferencia	CLEMATIS	Gentileza
duda	GENTIAN	comprensión
impaciencia	IMPATIENS	indulgencia
temor	MIMULUS	compasión
terror	ROCK ROSE	valor
indecisión	SCLERANTHUS	firmeza
sobre entusiasmo	VERVAIN	tolerancia
Aflicción	WATER VIOLET	alegría

RELACIÓN DE LAS CATEGORÍAS ANÍMICAS BÁSICAS CON LAS FLORES DE BACH

REACCIÓN ANÍMICA	FLOR DE BACH	DESCRIPCIÓN
MIEDO	ROCK ROSE	Pánico generalizado.
MIEDO	MIMULUS	Miedo ante situaciones y cosas determinadas, definidas y concretas.
MIEDO	CHERRY PLUM	Ante una situación de enorme presión, sin posibilidad de relajarse.
MIEDO	ASPEN	Miedo vago e indeterminado que se percibe por todo lo que ocurre.
MIEDO	RED CHESTNUT	Temor suscitado por causa de las personas muy cercanas.
INSEGURIDAD	CERATO	Falta de confianza en la propia opinión. Se necesita consultar a otras personas.
INSEGURIDAD	SCLERANTHUS	Duda y oscilación constante entre dos o más posibilidades o alternativas.
INSEGURIDAD	GENTIAN	Escepticismo y pesimismo provocado por las decepciones sufridas.
INSEGURIDAD	WILD OAT	Insatisfacción provocada por la falta de ilusión y de objetivos en la vida.
INSEGURIDAD	GORSE	Resignación interior ante los sucesos y acontecimientos de la vida.
INSEGURIDAD	HORNBEAM	No se siente fuerza interior suficiente para superar la vida cotidiana.
DESINTERÉS	CLEMATIS	Situación habitual de ausencia o de ensoñación.
DESINTERÉS	HONEYSUCKLE	Permanencia en el pasado con falta de atención y de interés por el presente.
DESINTERÉS	WILD ROSE	Abandonarse a la evolución de su destino, sin esperar nada especial de la vida.
DESINTERÉS	OLIVE	Se tira la toalla como resultado de haber agotado las fuerzas en la pelea.
DESINTERÉS	WHITE CHESTNUT	Práctica habitual de no parar de dar vuelta, obsesivamente, a los temas.
DESINTERÉS	CHESTNUT BUD	Se presta poca atención a las relaciones vitales profundas y no se aprende.
DESINTERÉS	MUSTARD	Sentimiento de tristeza y de pena que aparece y desaparece sin motivo.
RETRAIMIENTO	WATER VIOLET	La persona cree que tiene que superar todas las dificultades sin pedir ayuda.
RETRAIMIENTO	IMPATIENS	No encuentra en el exterior nada que siga su frenético ritmo interno.
RETRAIMIENTO	HEATHER	No soporta bien la soledad y tiene una enorme necesidad de comunicación.
HIPERSENSIBILIDAD	AGRIMONY	Muy sensible a todo aquello que amenaza la armonía. Escapa por la distracción.
HIPERSENSIBILIDAD	CENTAURY	Tiene una voluntad muy débil que le impide decir que no y sufre por ello.
HIPERSENSIBILIDAD	WALNUT	Los profundos cambios no los ha asimilado y su estado de ánimo es cambiante.
HIPERSENSIBILIDAD	HOLLY	Se siente fácilmente irritable, con tendencia a los celos, la desconfianza y el odio.
DESÁNIMO	LARCH	Fuerte sentimiento de inferioridad con poca auto-confianza.
DESÁNIMO	PINE	Fuerte sentimiento de culpa injustificada y autoreproches constantes.
DESÁNIMO	ELM	Sin causas que lo justifiquen, siente no estar a la altura de las circunstancias.
DESÁNIMO	SWEET CHESTNUT	No encuentra ninguna salida y cree haber alcanzado el límite de su resistencia.
DESÁNIMO	STAR OF BETHELEHEM	Permanece en un estado de shock y de alertamiento por un suceso negativo.
DESÁNIMO	WILLOW	Sensación de amargura y de cólera por sentirse tratado injustamente por el destino.
DESÁNIMO	OAK	Sensación de que no se acaban nunca las dificultades. Detrás de una, empieza otra.
DESÁNIMO	CRAB APPLE	Se siente muy impura a por dentro o por fuera. Desea recuperar el orden y equilibrio.
EXAGERACIÓN	CHICORY	Desea dirigir los asuntos de los demás y se enfada cuando se lo cuestionan.
EXAGERACIÓN	VERVAIN	No encuentra la manera de parar por un exceso de celo. Abusa de sus propias fuerzas.
EXAGERACIÓN	VINE	No es considerado con los demás. Desea hacer prevalecer, a toda costa, sus criterios.
EXAGERACIÓN	BEECH	Descubre rápidamente las debilidades y se centra en ellas para criticarlas.
EXAGERACIÓN	ROCK WATER	Sufre de una gran auto-exigencia y se trata a sí misma con una gran dureza.

ARQUETIPOS BÁSICOS, SEGÚN EL DR. BACH.

GRUPO 1.

LOS QUE TIENEN TEMOR O MIEDO.

Ante la separación del alma y de la personalidad, no corregida, la persona experimenta el desequilibrio en forma de manifestación de un estado de ánimo negativo y alterado, que se convertirá con el paso del tiempo en una enfermedad. El Dr. Bach estudió al ser humano en profundidad y definió 38 formas habituales de respuestas posibles frente al desequilibrio y, lo que es más importante, encontró la esencia floral cuyas vibraciones ayudan a corregir el desequilibrio de cada una de esas personalidades.

Para facilitar su aplicación, las clasificó en diversos grupos por afinidad de respuesta. La primera de ellas fue la del miedo. El miedo es universal y se relaciona con la posibilidad de perder algo que se aprecia o se desea con gran intensidad. En la medida en que se tengan más deseos y aprecio, las posibilidades de tener miedo a perder se extienden y, de la misma manera, aumenta la posibilidad de vivir la vida bajo la batuta de tan desagradable director.

Concretamente, Bach encontró y definió cinco formas básicas de miedo que eran muy habituales como forma de respuesta frente a los desequilibrios alma-personalidad entre los seres humanos. «Aspen», representa el miedo que se siente sin razón concreta y frente a lo desconocido. «Mimulus» representa el miedo concreto y definido que

puede variar desde el miedo a la muerte hasta el miedo a ser rechazado, pasando por los tradicionales miedos a volar, a los insectos etcétera. «Cherryt Plum» representa el miedo a perder el control y a realizar los actos que una persona no desea hacer, pero que termina haciendo y repitiendo una y otra vez. El miedo y la preocupación permanente que se siente por lo que pueda acontecer a las personas del entorno íntimo y cercano se recoge en la flor de «Red Chestnut». Por último, el miedo en su versión más extrema, donde se pierde la cordura y el control queda recogido como pánico en la flor «Rock Rose».

El objetivo de las breves definiciones siguientes (clasificadas en cada uno de los siete grupos estudiados por el doctor Bach), es el de poder conseguir una primera identificación de su estado anímico negativo actual dominante (no pierda de vista que se sentirá identificado con más de una de ellas), pero, deberá de encontrar una o dos que representen con claridad su actual estado de ánimo. El número asignado a cada flor está de acuerdo con la cronología con la que el Dr. Bach las fue descubriendo e incorporando a sus prácticas.

Lo que las flores pueden aportar al grupo de los miedos:

- Comprender el origen de los miedos
- Dar coraje y fuerza de superación del bloqueo
- Neutralizar los deseos de descontrol y de agresión
- Aprender a fluir con las emociones y no reprimirlas
- Aceptar las normas del mundo
- Trascender del Yo Físico, sufridor y limitativo

- Adquirir libertad para seguir el camino propio
- Poner la prioridad en el cuidado de la misma persona
- Ayudar a conservar la calma, la serenidad y la objetividad

25 ASPEN (álamo temblón). La flor del miedo por causas desconocidas.

«Temores vagos y desconocidos, para los que no se puede dar ninguna explicación, ni razón. Sin embargo, el paciente puede estar aterrorizado de que algo terrible vaya a suceder, sin saber qué. Estos miedos vagos e inexplicables pueden acecharle de noche o de día. Los que lo padecen a menudo tienen miedo de contar sus preocupaciones a los demás».

La flor ayuda a superar y comprender los miedos de origen desconocido como: miedo a la muerte, miedo a lo sobrenatural, a lo que no se ve, a la obscuridad, a los presentimientos, a las pesadillas, los terrores infantiles nocturnos, las fobias. Proporciona coraje ante lo desconocido y fuerza para no quedar paralizadas.

Miedo de causa desconocida. Miedo al miedo. Aprensión. Angustia. Presagios. Esoterismo. Temores incommunicados. Pensamientos de muerte Facultades astrales.. Premoniciones. Sensación de presencias.

20 CHERRY PLUM (cerasifera). Flor de la pérdida del control.

«Miedo a la pérdida de control. Miedo a que la mente este sobre-tensionada, miedo de perder la razón, de hacer

cosas terribles y temibles, no deseadas y a sabiendas de que son malas, sin embargo, llega el pensamiento y el impulso de hacerlas».

La flor ayuda a combatir los deseos de agredir, de matar, de huir del hogar, de pegar a los seres queridos, las ganas de suicidarse, etcétera y enseña a dejar fluir las emociones y el coraje, pero, de manera calmada.

Miedo a que la mente pierda el control. Descontrol en general. Miedo a la locura. Desesperación. La sombra. Las represiones. Calma forzada. Autocontrol excesivo. Explosiones de ira. Tendencias suicidas. Tensión interna. Flor del desprendimiento.

2 MIMULUS (mimulo). Flor de los miedos concretos.

«El miedo a las cosas mundanas, enfermedad, dolor, accidentes, la pobreza, de la oscuridad, a estar solo, de la desgracia. Los temores de la vida cotidiana. Estas personas llevan en silencio y en secreto su temor, no hablan abiertamente sobre ello con los demás».

La flor enseña a aceptar las normas de este mundo. Al comprender que lo físico no cuenta, se trasciende el yo y se abre la creatividad. El placer de sentirse libre y seguir el camino trazado.

Miedos concretos. Timidez. Vergüenza. Temor al rechazo. Inseguridad. Evitación. Introversión. Aislamiento activo. Vida silenciosa. Ansiedad social. Miedos de origen conocido. Anticipación miedo. Ocultación.

32 RED CHESTNUT (castaño rojo). Flor de sobreprotección.

«Para los que les resulta difícil no estar ansiosos por otras personas. A menudo han dejado de preocuparse por sí mismos, pero para los que les son cercanos pueden llegar a sufrir mucho, muchas veces anticipando que algo desafortunado les pueda suceder».

La flor ayuda a tratar los miedos o la ansiedad por el bienestar de las otras personas. La excesiva preocupación, con temor y ansiedad, de que algo malo ocurra a las personas cercanas. Ayuda a comprender que es necesario dar espacio a las demás personas, que es necesario ocuparse de una misma y dar amor auténtico. La flor proporciona libertad para seguir el camino propio.

Miedo y preocupación excesiva por las personas cercanas. Necesidad de control e información. Ansiedad. Apropiación de la vida ajena. Apegos excesivos. Proteccionistas. Anticipación.

12 ROCK ROSE (heliantemo). Flor del pánico y del terror.

«El remedio de emergencia para los casos en los que ni siquiera parece haber esperanza alguna. En un accidente o enfermedad repentina, o cuando el paciente está muy asustado o aterrorizado, o si la condición es lo suficientemente grave como para causar un gran temor a los que lo rodean. Si el paciente no está consciente, se le pueden humedecer los labios con el remedio. Pueden ser

necesarios otros remedios adicionalmente, como, por ejemplo, si se encuentra inconsciente, que es un estado de sueño profundo, Clematis; si hay tortura, Agrimony, etcétera».

Terror, pánico, miedo extremo que paraliza ante un accidente, una enfermedad repentina. Temor exagerado a la muerte. Temores de fobias desmesurados y profundamente anclados en el subconsciente. La flor ayuda a conservar la calma y la serenidad en momentos límites.

Pánico. Terror. Miedo extremo. Paralización. Bloqueo. Nervioso. Irritable. Inestable. Sobresaltado por todo. Asustado.

GRUPO 2.

LOS QUE SUFREN DE INCERTIDUMBRE O DE INSEGURIDAD.

En el segundo grupo de las flores, Bach reunió aquellos estados de ánimo emocionales negativos que corresponden con desequilibrios que se manifiestan en forma de inseguridades e incertidumbres. La inseguridad y la duda se originan como consecuencia de faltar el conocimiento claro y preciso de lo que tiene que hacer la persona para resolver su desequilibrio personal y para vivir la vida.

«Cerato» representa la incertidumbre propia de la persona que tiene una gran desconfianza en su criterio y en sí

misma, y tiene que estar pidiendo consejo constantemente, aunque luego no haga caso.

«Gestian» no sabe cómo superar sus fracasos y no cree tener la fuerza necesaria para resolver las situaciones de conflicto. Se paralizan ante cualquier pequeño obstáculo o contratiempo. Su forma de ver el futuro es pesimista e incierta.

La persona «Gorse» ha sufrido tanto y durante tanto tiempo (típico de enfermedades largas) que ha perdido la fe y la esperanza y está muy cansada, mental y físicamente.

«Hornbeam» describe la situación cuando fallan las fuerzas y la motivación para hacer las pequeñas tareas y actividades cotidianas. Entonces no se tiene energía para vivir la vida con seguridad y decisión. Todo se hace muy cuesta arriba “antes de” realizar la tarea.

Los desequilibrios, en el caso de «Scleranthus», se manifiestan en dudas permanentes a la hora de tener que elegir una y por sencilla que parezca. Tal duda constante es muy angustiosa y cuesta mucho vivir con centramiento.

Bach identificó una última personalidad que se manifiesta por medio de la incertidumbre, aquella que siempre está buscando lo que tiene que hacer, pero que no parece encontrarlo nunca a pesar de sus buenas cualidades («Wild oat»). Y eso la desespera.

Qué pueden aportar las flores al grupo de la incertidumbre:

- A desarrollar la intuición y escuchar a la sabiduría interna y a la voz interior como guía
- Ayudar a tener confianza en el futuro (esperanza)
- Reforzar la comprensión y el optimismo
- La aceptación e integración del sufrimiento propio
- Reforzar la capacidad para luchar en procesos adversos
- Conocer cómo emplear la voluntad en el día a día
- Obtener energía y dinamismo para las situaciones habituales de la existencia
- Obtener claridad y lucidez mental
- Dirigir energía personal hacia las metas y los objetivos

8 CERATO (ceratostigina). Flor los que buscan consejo.

«Los que no tienen suficiente confianza en sí mismos como para tomar sus propias decisiones. Constantemente buscan el consejo de otros y, a menudo, son mal aconsejados».

La flor les ayuda a escuchar la voz interior, a desarrollar la intuición, a obtener el conocimiento interior y la sabiduría.

Duda del propio criterio. Dispersión. Permanente búsqueda del consenso. Inseguridad. Influyente por el entorno. Voluble. Hipcondríacos. Buscan consejo externo. No hacen caso. Inmadurez. Modas. Imitador. Pone excusas. No profundiza. Propia juventud.

11 GENTIAN (genciana). Flor desánimo y desaliento.

«Los que se desaniman fácilmente. Pueden estar progresando bien en la enfermedad o en los asuntos de su vida cotidiana, pero, cualquier pequeño retraso u

obstáculo para progresar les hace dudar y se desalientan pronto».

La flor ayuda a estas personas a escuchar su voz interior, a superar la tristeza y la depresión, cuando tienen causas conocidas. Les anima y les da confianza para el futuro, coraje y optimismo, con lo cual pueden crear su propia realidad. Les ayuda a tener comprensión.

Fracaso. Desánimo. Incertidumbre. Actúa pensando que no sirve para nada. No entra a la lucha. Escepticismo. Pesimismo. Negatividad. Descorazonados. No serían felices en ningún sitio. Desaliento. Imagen externa de inseguridad. Los problemas son externos.

13 GORSE (aulaga). Flor de la desesperanza.

«Manifiestan una desesperanza muy grande y han renunciado a creer que se puede hacer algo más por ellos. Bajo persuasión o para complacer a otros pueden probar distintos tratamientos y, al mismo tiempo, aseguran a los que les rodean que hay muy poca esperanza de alivio».

La flor les ayuda a integrar el sufrimiento propio y sentir capacidad para luchar.

Desesperanza. Renuncia. Resignación. Claudicación. Sensación de que ya nada tiene sentido. Sin capacidad de superación. Posterior a períodos largos de sufrimiento. Incertidumbre. Poca capacidad de lucha. Postura negativa interior. Resistencia pasiva. Esperan milagros externos.

26 HORNBEAM (hojarazo). Flor de falta de energía.

«Para aquellos que sienten que no tienen suficiente fuerza mental o física para soportar la carga de la vida que se les ha impuesto; los asuntos cotidianos parecen demasiados para llevarse a cabo, aunque, por lo general, tienen éxito en el cumplimiento de sus tareas. Para aquellos que creen que hay que reforzar alguna parte, de la mente o del cuerpo, antes de poder cumplir fácilmente con su trabajo».

Como son personas que manifiestan una gran lasitud frente a la vida, la flor les ayuda a conocer cómo utilizar la voluntad en el día a día con el fluir de la vida. También les proporciona energía y dinamismo para enfrentarse a las situaciones.

Falta impulso para lo cotidiano. Pereza selectiva para actividades obligatorias. La flor del lunes. Laxitud. Cansancio físico y mental. Debilitamiento. Negligencia. Negatividad. Apalancamiento. Cansancio «a priori». Torpeza. Falta motivación. Debilidad de alguna parte concreta del cuerpo. Dudas de capacidad. Posponer.

9 SCLERANTHUS (esclerantus). Flor de la indecisión y de la duda.

«Aquellos que sufren mucho al no poder decidir entre dos cosas, la una pareciendo correcta en un principio, luego la otra. Por lo general se trata de personas calladas, y cargan con su dificultad a solas, ya que no se inclinan a hablar de ello con los demás».

Como se distinguen por la eterna vacilación, la indecisión y la incertidumbre, la flor les ayuda a aprender a tomar una decisión con una perspectiva clara. Les ayuda a tener firmeza.

Dualidad. Indecisión para elegir. Volubles. Desgarramiento interno. Descoordinación. Ciclicidad. Desequilibrio. Inestabilidad. Nunca buscan consejo. Confusión. Alternancia. Polaridad extrema. SI/NO. Falta de concentración. Incertidumbre mental. Descentradas.

17 WILD OAT (avena loca). Flor búsqueda vocacional.

«Aquellos que tienen la ambición de hacer algo prominente en la vida, que desean tener mucha experiencia, y disfrutar de todo lo que les es posible, para disfrutar al máximo de la vida. Su dificultad es la de determinar qué ocupación seguir; ya que, aunque sus ambiciones son fuertes, no tienen una vocación que les atraiga por encima de las demás. Esto puede causar un retraso e insatisfacción».

La flor da claridad y lucidez mental. Canaliza la energía hacia el objetivo y permite echar raíces.

Veletas. Incertidumbre. Desánimo. Crisis vocacional. Dispersión. Vacío existencial. Desorientación. Pasividad y falta de iniciativa. Dificultad para encontrar el camino. Misión vital. Faltan objetivos personales claros. Espera pasiva de soluciones. Hacen cursos.

GRUPO 3.

LA FALTA DE INTERÉS POR EL PRESENTE.

Pueden ser muchas las razones por las cuales una persona no viva en el presente y prefiera el pasado, el futuro o meter la cabeza debajo del ala y alejarse de la vida.

- 1) Si se debe a que la persona se aferra patológicamente a un pasado que le impide ver su presente (como podría ser vivir de los recuerdos de una época anterior que le impiden tomar conciencia de lo que sucede actualmente), entonces la floral en ese caso sería «Honeysuckle».
- 2) Si se construye un mundo de fantasías, como escape ideal de la situación actual que le gusta mucho menos, alejándose de la realidad. Entonces es «Clematis».
- 3) Si se ha perdido el interés general por la vida, y se encuentra en un estado de completa resignación pensando que no hay nada que hacer, sin encontrar sentido a su existencia, «Wild Rose» podría ayudarla.
- 4) Si el agotamiento tanto a nivel físico, mental y espiritual es tan fuerte que la lleva a desear y buscar únicamente un descanso reparador y dormir sin prestar atención a los sucesos que siguen ocurriendo. Este agotamiento “después de” es representado por «Olive».
- 5) Si no hace más que pensar constantemente en los problemas y las situaciones (dando vueltas y vueltas), eso le impide enfocarse en los temas actuales, «White Chestnut» se incluirá en la fórmula terapéutica.

6) Si simplemente no es capaz de analizar los hechos de su vida y aprender de sus experiencias, repetirá siempre los mismos errores y fallará en la tarea esencial del ser humano: aprender. Esto es «Chestnut Bud».

7) Si el desinterés en la situación actual se debe a un estado semejante al depresivo, que aparece y desaparece sin una causa conocida, y le quita la motivación para vivir activamente, «Mustard» colaborará en estos casos, para lograr superarlos.

Lo que las flores pueden aportar al grupo de personas que no pueden o no saben vivir la realidad presente:

- Reafirmarse en la propia identidad, sin aferrarse al pasado
- Reconocer el presente como la vida real
- Procesar las experiencias con detenimiento y auto-observación
- No volver a repetir los errores y aprender (por fin) de las propias experiencias
- Aprender a disfrutar y a aceptar el presente
- Hacer los procesos de desarrollo y de cambio con eficacia
- Aprender a disipar los nubarrones existenciales
- Restaurar la sensación de fuerza y la fe para seguir el camino
- Control de los propios pensamientos.
- Calma y racionalidad para enfocar problemas ocultos
- Revitalizar el interés por la vida
- Reconocimiento del sentido del propósito de la vida

3 CLEMATIS (clemátida). Flor indiferencia y fantasía.

«Aquellos que son soñadores, somnolientos, no totalmente despiertos, sin gran interés en la vida. Gente tranquila, no muy felices con sus circunstancias actuales, que viven más en el futuro que en el presente; que viven con la esperanza de tiempos mejores, cuando sus ideales se hagan realidad. En la enfermedad algunos hacen poco o ningún esfuerzo por mejorar y, en algunos casos, pueden incluso esperar la muerte con la esperanza de mejores tiempos o, tal vez, de volverse a reunir con algún ser querido que han perdido».

Son fantasiosos, hacen castillos en el aire y no viven con los pies en la tierra. Es frecuente que se evadan de la realidad y están siempre infelices con su presente. Por ello fantasean sobre su futuro. La flor les ayuda a afirmar su identidad y a reconocer el presente como su realidad.

Desinterés por el presente. Enfermos que no desean sanar. Siempre infelices. Fantasías. Ensoñación. Indiferencia. Inconsciencia. Falta de atención. Distraídas y ausentes. Aislamiento pasivo. Desconexión. Apatía externa. Aplanamiento emocional. Desconexión. Futuristas. Muy poca capacidad de concentración. Aisladas y cansadas.

30 CHESTNUT BUD (brotes de castaño). Flor de los que no aprenden.

«Para aquellos que no sacan el máximo provecho de la observación y la experiencia, y que se toman más tiempo que otros para aprender las lecciones de la vida cotidiana. Mientras que una experiencia sería suficiente para algunos, estas personas encuentran necesario tener más, a

veces varias, antes de poder aprender la lección. Por lo tanto, a su pesar, cometen el mismo error en distintas ocasiones, cuando una vez hubiese sido suficiente, o la observación de otros pudiese haberles ahorrado hasta ese único fallo».

Como no aprenden de la experiencia, se atascan en los errores. La flor les permite procesar las experiencias con detenimiento, no aferrarse al pasado y no repetir los errores. Según Bach se podía dar esta flor en todo momento a los seres humanos sin temor a equivocación, ya que han venido a este mundo a aprender.

No aprenden de las experiencias. Repetición de errores. Falta de auto-observación. No se preguntan. No aprovechan ni asimilan las situaciones. Falta de inteligencia emocional. Vivir acelerado sin observar. No saben aprender. Ingenuidad. Inmadurez. Sensación de que nada cambia. Repiten el proceso. Torpes. Descuidados. Impulsivos. Irreflexivos.

35 HONEYSUCKLE (madreselva). Flor vivir el pasado.

«Los que viven mucho en el pasado, tal vez un momento de gran felicidad, o los recuerdos de un amigo perdido, o ambiciones que no se han hecho realidad. No esperan más felicidad igual a la que ya han tenido».

La flor les permite abrazar el presente y les permite hacer el proceso de desarrollo y de cambio.

Anclaje en el pasado. Excesivo peso a lo que fue. No hay evolución. Nostalgia constante. Obstinación. Recuerdos

pesarosos. No hay vivencia del presente. Anti-meditativos. Hablan del futuro como una huida. Desinterés. Sin capacidad para disfrutar. Apego excesivo a una determinada época mejor. Propia de personas ancianas.

37 MUSTARD (mostaza). Flor melancolía y tristeza.

«Los que son propensos a periodos de melancolía o hasta de desesperación, como si una nube oscura y fría los haya ensombrecido y haya ocultado la luz y la alegría de vivir. Puede que no sea posible dar una razón o explicación alguna para tales ataques. Bajo estas condiciones es casi imposible mostrarse feliz o alegre».

La flor ayuda a disipar los nubarrones para que la persona pueda nuevamente encontrar la alegría, la serenidad y la paz de vivir.

Sin causa aparente. No sabe explicar las razones. Tristeza profunda. Depresión. Melancolía. Desesperación. Lentitud. Pesimismo. Escasa percepción. Ocultación. Retirada. Sin causa. No puede disimular.

18 OLIVE (olivo). Flor del agotamiento extremo.

«Aquellos que han sufrido mucho mental o físicamente y están tan agotados y cansados, que sienten que ya no tienen fuerzas para hacer ningún esfuerzo. La vida cotidiana es trabajo duro para ellos, sin placer».

La flor se da para restaurar la sensación de fuerza y fe necesarias para seguir adelante.

Agotamiento físico y mental extremo. Extenuación. Tras de largos esfuerzos físicos y mentales prolongados. Apatía. Desánimo. Desinterés. Cansancio “después de”. Sin energía. Solo quieren descansar. No se ha sabido parar a tiempo.

31 WHITE CHESTNUT (castaño de indias). Flor de los pensamientos repetitivos.

«Para aquellos que no pueden evitar que entren pensamientos, ideas, argumentos que no desean en sus mentes. Por lo general cuando el interés del momento no es lo suficientemente fuerte como para mantener la mente llena. Pensamientos que preocupan y que se quedan, o si se descartan por un momento, regresan. Parece que rondan una y otra vez y provocan tortura mental. La presencia de tales pensamientos desagradables destierra la paz e interfiere con la posibilidad de pensar únicamente en el trabajo o el placer del día».

La flor se usa para ayudar a estas personas a controlar nuevamente sus pensamientos, para que puedan tratar con calma y racionalmente cualquier problema oculto que pueda ser la causa de la preocupación.

Pensamientos obsesivos, persistentes e indeseados. Preocupación por callejones sin salida. Círculos viciosos. Disco rayado. Dialogo interno torturante. Rumiación mental. Aceleración. Obsesividad. Ansiedad. Cansancio. Desconcentración. Sobreexcitación mental. Insomnio

repetitivo. No desconecta fuera de horarios de trabajo. No sabe cómo liberarse de pensamientos.

34 WILD ROSE (garvanza). Flor resignación pasiva.

«Aquellos que, sin razón aparentemente suficiente, se resignan a todo lo que sucede, y sólo se deslizan por la vida, la toman como viene, sin ningún empeño por mejorar las cosas y encontrar un poco de alegría. Se han rendido a la lucha por la vida sin quejarse».

La flor se da para revivir el interés por la vida. La persona en el estado positivo Wild Rose continuará siendo del tipo feliz y afortunado, pero en lugar de la apatía tendrá un sentido de propósito que le proporcionará más alegría y gozo.

Resignación. Aceptación situación. Falta de participación interior. No lucha. Apatía, indiferencia. Falta de expresión. Desinterés. Desmotivación. Abandono. No quieren cambiar su opinión. No al cambio en general.

GRUPO 4.

GRUPO DE LA SOLEDAD Y AISLAMIENTO

A la situación de soledad se llega por diversos estados. Cuando la soledad se produce como consecuencia de un desmedido orgullo y creencia de superioridad, el cual conduce a la persona al aislamiento y la distancia de su entorno familiar y social, nos encontramos frente a un estado «Water Violet». Cuando la soledad se produce como consecuencia de la falta de tolerancia hacia los demás, de la impaciencia que todo lo quiere al instante o

a la manifestación de una irritabilidad muy susceptible, la cuestión se centra en el estado descrito por «Impatiens». Si, finalmente, cuando la soledad se produce en una persona totalmente egocéntrica, quien no considera a los demás y sólo se preocupa por sí misma y solo sabe hablar de sí misma, quedará representada por el estado «Heather». En cualquiera de ellos el resultado es vivir la vida como personas alejadas y distantes de lo que ocurre en el mundo y del entorno que nos rodea y que, tarde o temprano, también se aleja, como respuesta.

Lo que las flores pueden aportar al grupo de la soledad:

- Apreciar los propios problemas como parte de un mundo social interconectado
- Poder escuchar a los demás con interés real
- Poder dejar de hablar de ellas mismas
- Tener más tranquilidad y evitar la precipitación en sus actos
- Valorar las capacidades ajenas en su justo término
- Tranquilizar los pensamientos y la agitación permanentes
- Encontrar el equilibrio entre relaciones y aislamiento
- Reducir el orgullo de la creencia de ser superiores

15 HEATHER (brezo). La flor del egoísmo.

«Aquellos que siempre están buscando la compañía de cualquiera que pueda estar disponible, ya que les resulta necesario hablar de sus propios asuntos con los demás,

sin importar quien sea. Son muy infelices si tienen que estar solos por un tiempo».

La flor ayuda a la gente en el estado Heather a apreciar sus propios problemas dentro del contexto de los demás. Habiendo sufrido ellos mismos de la necesidad de hablar se convertirán en buenos oyentes y apoyo para otros y poder así compartir sus preocupaciones de forma efectiva, en lugar de descargar sus problemas con cualquier persona que encuentren. Gracias a esto la gente buscará su comprensión en lugar de evadirlos por su egocentrismo.

Dan la chapa constante. Auto-centramiento exagerado. Carencia afectiva. Egoísmo. Pobre escucha. Gran locuacidad. Miedo a la soledad. Angustia. Histrionismo. Teatralidad. Ser el centro. Vampiros energéticos. Siempre “yo”. Egocentrismo alto. Absorta en sus pensamientos.

1 IMPATIENS (impaciencia). La flor de la impaciencia.

«Aquellos que son rápidos de pensamiento y acción y que desean que todas las cosas se hagan sin vacilación ni demora. Cuando se enferman están ansiosos por recuperarse rápidamente. Les resulta muy difícil ser pacientes con las personas que son lentas, ya que lo consideran erróneo y una pérdida de tiempo, y pondrán todo su empeño en lograr que esa gente sea más rápida en todos los sentidos. A menudo prefieren trabajar solos, para que puedan hacer todo a su propio ritmo».

La flor ayuda a que estas personas se precipiten menos, consigan recuperar la tranquilidad y el equilibrio para ser más pacientes y valorar la capacidad y habilidad de los

demás. También es una de las flores incluidas en la fórmula de crisis del Dr. Bach, que añadió para usarla en emergencias, para tranquilizar los pensamientos y sentimientos de agitación.

Impaciencia. Aceleración. Precipitación. Decisiones ligeras. Tensión. Irritabilidad. Rigidez dinámica. Intolerancia con las lentas. Estrés. Protestonas.

10 WATER VIOLET (violeta de agua). La flor del aislamiento voluntario.

«Para aquellos a los que en la salud o en la enfermedad les gusta estar solos. Personas muy tranquilas, que se mueven sin hacer ruido, hablan poco y con suavidad. Muy independientes, capaces y auto-suficientes. Casi libres de las opiniones de los demás. Son distantes, dejan a la gente sola y siguen su propio camino. A menudo inteligentes y talentosos. Su paz y su tranquilidad son una bendición para quienes les rodean».

Cuando su reserva natural ha construido una barrera entre ellos y los demás pueden llegar a sentirse realmente solos y verse incapaces de relacionarse. En estas ocasiones la flor les ayuda a encontrar el equilibrio entre relacionarse y el aislamiento.

Soledad. Introversión. Retraimiento. Frialidad distante. Rigidez estática. Serios e introvertidos. Orgullo y creencia de superioridad. Auto-centramiento. No intromisión en asuntos ajenos. Aislamiento pasivo. Aplanamiento emocional. Incomprensión.

GRUPO 5.

GRUPO DE PERSONAS HIPERSENSIBLES ANTE IDEAS Y OPINIONES AJENAS

Hay personas que indican una exagerada dependencia e influencia hacia las acciones de otras personas. Su vida depende en gran medida de cómo se desarrollan sus relaciones con el mundo exterior.

Algunas de ellas, como en el caso de «Agrimony», simplemente se ocultan y escapan de los conflictos para evitar la confrontación y sentirse influenciadas. Su manera de reaccionar es escapar o disimular o fingir que nada ha pasado o está pasando.

Cuando se es dependiente de la necesidad de ayudar y de servir a los demás, como forma de sentirse apreciada, entonces el desagrado hacia sus desvelos puede ser tomado muy mal por «Centauri», que no ofrece su ayuda desinteresadamente.

Hagan lo que hagan las demás, «Holly» reacciona manifestando emociones negativas anti-amorosas como envidia, celos, ira, odio, resentimiento. Y lo hace porque no puede soportar que las demás sean felices mientras que ella sufre tanto.

Por último, «Walnut» se queda aprisionada en sus experiencias pasadas y no puede dar pasos de cambio. Primero hay que cerrar puertas para abrir otras nuevas. Normalmente en los anclajes del pasado se concede

demasiado poder a una persona, a una opinión, a un entorno, a un tipo de vida concreto, etcétera.

En este grupo quinto quedan identificadas emociones y sentimientos muy habituales del ser humano como la envidia, los celos, la posesión, la culpa, el apego, la sobreprotección, el resentimiento.

Lo que las flores pueden aportar al grupo de la excesiva dependencia del exterior:

- Aceptar y afrontar los aspectos oscuros de la vida y su propia personalidad sin ocultación
- Aceptación e integración del propio dolor y sufrimiento
- Fijar los límites de la influencia de los demás en deseos y actuaciones propias
- Fortalecer el valor y la auto-determinación
- Fomentar la generosidad de espíritu y el amor hacia las demás personas
- Contemplar el mundo con una perspectiva más amplia
- Protección personal de las influencias externas
- Romper el vínculo con el pasado
- Liberar de ataduras limitativas

1 AGRIMONY (agrimonia). Flor de la evitación y la máscara.

«Personas joviales, alegres y divertidas que aman la paz y se angustian con las discusiones o peleas, para evitarlas estarán dispuestas a renunciar a mucho. Aunque por lo general tienen problemas y se

atormentan e inquietan y se preocupan en la mente o en el cuerpo, ocultan sus preocupaciones detrás de su humor y bromas y se les consideran como muy buenos amigos a conocer. A menudo toman alcohol o drogas en exceso para estimularse y ayudarse a sí mismos a soportar sus aflicciones con alegría».

Esta flor se da a este tipo de gente para ayudarles a aceptar y afrontar los aspectos oscuros de la vida y de sus propias personalidades, de tal manera que puedan convertirse en seres humanos más íntegros. No perderán su sentido del humor, pero se reirán de sus preocupaciones para disiparlas, en lugar de reírse para ocultarlas. También se utiliza como remedio para estados de ánimo, ya que ayuda a cualquier persona que esté tratando de evitar afrontar sus dificultades y finja que todo marcha bien para evitar tener que afrontar la dolorosa realidad.

Vacío interior. Desasosiego interno. Tortura mental, emocional y física. Máscara. Angustia. Disimulo del sufrimiento por negación. Ocultación. Escapismo. Histrionismo. Ocultación dificultades propias. Fachada.

4 CENTAURY (centaurea). La flor del servilismo.

«Personas amables, tranquilas y apacibles que están excesivamente ansiosas de servir a los demás. Exceden su fuerza en sus empeños. El deseo crece tanto en ellos que se convierten más en sirvientes que en ayudantes dispuestos. Su buena naturaleza les acarrea a hacer más trabajo del

que les corresponde, y al hacerlo pueden llegar a descuidar su propia misión particular en la vida».

La flor Centaury no endurece la personalidad sino que fortalece el valor y la auto-determinación, de tal manera que la gente Centaury se vuelve capaz de trazar la línea y marcar el espacio donde ellas mismas se sientan libre de os deseos y de las órdenes de las demás.

Sometimiento. Dependencia de las demás. Servilismo. Debilidad. Carencia afectiva. Inseguridad. Necesidad de ser aceptado. Miedo a rechazo y soledad. Dificultad para poner límites. Ansiedad. Sufridor en silencio. Condicionamiento por deseos y expectativas de otras personas. Receptividad problemas ajenos. Represión propia voluntad. Cede y se deja influenciar fácilmente.

15 HOLLY (acebo). La flor de la ira y del odio.

«Para aquellos a los que a veces les asaltan pensamientos de celos, envidia, venganza, sospecha. Para las diferentes formas de vejación. Para aquellos que, dentro de sí mismos, pueden sufrir mucho, aun cuando no haya una causa real para su infelicidad».

El remedio fomenta la generosidad de espíritu y la apertura hacia los demás, contemplando el mundo con una perspectiva más magnánima.

Todo lo que no sea el amor. Odio. Rabia. Resentimiento. Envidia. Celos. Sospechan de todos los entornos. Recelosas. Venganza. Agresividad activa. Violencia. Sentimiento de ultraje. Comportamiento caprichoso. Mal

carácter. Enfadado permanente. Interior caótico y sufridor. Endurecimiento del corazón. Siempre se está quejando de los demás.

33 WALNUT (nogal). Flor de las que se resisten a cambiar.

«Para aquellos que tienen ideales y ambiciones definidos en la vida y los están cumpliendo, pero en raras ocasiones se ven tentados a dejarse desviar de sus propias ideas, objetivos y trabajo, por el entusiasmo, convicciones u opiniones firmes de los demás. El remedio da constancia y protección de influencias externas».

Walnut es útil en todas las transiciones de la vida: el nacimiento, la dentición, la escuela, la pubertad, el matrimonio, la maternidad, la menopausia, el retiro y más allá. Ayuda a romper el vínculo con el pasado y libera de ataduras, de modo que la persona pueda continuar adelante con confianza y sin sufrir innecesariamente.

Resistencia a cambiar cualquier cosa. Procesos separación. Nuevos comienzos. Protección influencias negativas externas. Corte. No saben mudar. Inadaptación. Indecisión. Ataduras. Dificultad para tomar decisiones importantes. Limpiar energías negativas, aceptación de pérdidas. Protección influencias externas.

GRUPO 6.

GRUPO DE LAS PERSONAS QUE SUFREN DESÁNIMO, DESALIENTO O DESESPERACIÓN.

El desequilibrio alma-personalidad se expresa de forma bastante común mediante estados anímicos negativos que se manifiestan como desánimo y desaliento. Se vive la vida en tales condiciones que la persona no disfruta y lo que es peor, se derrumba anímicamente.

No es tanto lo que ocurre de verdad, sino la forma interna de mirarse a una misma y de vivenciar lo que ocurre. Esta falta de objetividad en evaluar la realidad de lo que acontece es propia de «Crab Aple», de «Elm», de «Oak», de «Larch», de «Pine» y de «Willow» y de hecho su frase favorita, en cualquiera de ellas, será “me siento” o sucio o incompetente o inferior o demasiado perseverante o culpable o amargado y resentido por mi vida, aunque en la mayoría de las ocasiones no tenga razones objetivas para ello.

No es así en el caso de las otras dos flores de este grupo: «Start of Bethelhem» y «Sweet Chestnut», en las cuales se produce una situación de desánimo y desesperación con causas reales. Bien por la existencia de un gran trauma en el caso de la primera o bien por la manifestación de una angustia extrema, para la segunda. En ambos casos la persona se siente en estado de shock o angustiada como reacción frente a sucesos reales de la existencia.

Lo único cierto para estas esencias florales es la vivencia de la existencia en condiciones de desaliento, desánimo o angustia.

Lo que pueden hacer las flores por el grupo del desánimo:

- Aligerar los comportamientos obsesivos y repetitivos
- Ayudar a limpiar la cabeza de lo no importante
- Aprender a conocer las propias limitaciones
- Continuar a pesar de los sentimientos propios de inferioridad y auto-limitación
- Mantener las fuerzas en la adversidad
- No venirse abajo bajo las presiones del exterior
- Tener sabiduría para saber cuando hay que decir: basta
- Tomar los tropiezos como experiencias vitales de aprendizaje
- Abandonar el auto-reproche como modelo de vivir
- Recuperación rápida del equilibrio ante un hecho traumático
- Mantener la propiedad y el control de la propia vida bajo cualquier circunstancia
- Renovar la esperanza y la fortaleza en períodos de crisis
- Alentar el renacimiento del optimismo y la fe
- Tener consciencia de repetición pensamiento negativo

28 CRAB APPLE (manzano salvaje). Flor de la suciedad.

«Este es el remedio de la limpieza. Para los que sienten como si tuviesen algo que no está lo bastante limpio en ellos. A menudo es algo aparentemente de poca

importancia: en otros puede ser una enfermedad más grave que casi se desatiende en comparación con la única cosa en la que se concentran. En ambos tipos están ansiosos de liberarse de la única cosa que es la más importante en sus mentes y que parece tan fundamental para ellos, que debería ser curada. Se desalientan si el tratamiento fracasa. Siendo un limpiador, este remedio purifica las heridas si el paciente tiene motivos para creer que algún veneno ha entrado que debe de sustraerse».

Crab Apple se da a veces a las personas que sufren de comportamiento obsesivo y repetitivo, tal como lavarse las manos, revisar una y otra vez si se han desenchufado los aparatos, etcétera. Pueden ser muy minuciosos en el cuidado de la casa y quisquillosos en lo que se refiere a la higiene en general. Otro aspecto es que ayuda a los que tienen la mente llena de trivialidades, por lo que excluyen lo importante.

Sensación de suciedad física o psíquica. Remedio depurador. Limpieza. Mala auto-imagen. Asco de sí misma. Perfeccionismo. Obsesividad. Obsesión limpieza y orden. Hipocondríaca. Miedo patológico al contagio. Poca comunicación. Desproporción reacciones. Autocrítica. No se aceptan ni aceptan pequeños defectos. Antibiótico sistema floral. Limpieza exterior e interior.

11 ELM (olmo). La flor de la responsabilidad excesiva.

“Los que están haciendo un buen trabajo, están siguiendo la vocación de su vida y que esperan hacer

algo de importancia, y esto a menudo para el beneficio de la humanidad. A veces puede haber periodos de depresión, cuando sienten que la tarea que han emprendido es demasiado difícil, y no está al alcance de un ser humano”.

La flor ayuda a disipar y a superar estos sentimientos, de tal manera que la persona Elm pueda continuar con su vida y conocer sus limitaciones y saber atenerse a ellas.

Miedo a cometer errores. Sensación de imprescindibles. Dudas temporales. Sobrecargas. No estar a la altura de las circunstancias. Dudar de la capacidad propia. Exceso de auto-responsabilidad y de exigencia. Demasiada dedicación a trabajar. Rigidez mental. Dificultad para delegar. Desbordamiento. Perfeccionismo. Sienten que no pueden seguir adelante. Desánimo por incumplimiento de tareas.

19 LARCH (alerce). Flor del complejo de inferioridad.

«Para los que no se consideran a sí mismos tan buenos o capaces como los que les rodean, que esperan el fracaso, que sienten que nunca tendrán éxito, por lo que no se atreven o no hacen un esfuerzo lo suficientemente fuerte como para tener éxito».

La flor ayuda a las personas en este estado de seguir adelante independientemente de sus pensamientos de éxito o de fracaso. Más capaces de asumir riesgos y de involucrarse con la vida sacan mayor provecho de todo.

Falta autoconfianza. Sensación de inferioridad. Duda de capacidad. Esperan el fracaso y lo anticipan. No luchan lo suficiente. Abatimiento. Baja autoestima. Todo es imposible. Miedo al fracaso. Huir y evitar las situaciones. Igual solo temáticos. Recuerda muy bien los fracasos. No plantean su complejo de inferioridad. Ocultan. Desaprovechan las oportunidades. No compiten para no perder.

22 OAK (roble). Flor perseverancia y obstinación.

«Para aquellos que se esfuerzan y luchan intensamente para curarse, o en relación con los asuntos de su vida cotidiana. Seguirán intentando una cosa tras otra, aunque su caso parezca sin esperanzas. Seguirán luchando. Están descontentos consigo mismos si la enfermedad interfiere con sus deberes o en su ayuda a los demás. Son personas valientes, luchando contra grandes dificultades sin perder esperanza o esfuerzo».

La flor se usa para ayudar a la persona Oak a mantenerse fuerte en la adversidad y a no venirse abajo con la presión, mientras que al mismo tiempo se adquiere una sabiduría distinta para que la persona en este estado pueda aprender cuándo no hay que esforzarse tanto.

Excesivo sentido del deber. Sobreesfuerzo constante. Tenacidad extrema. Perfeccionismo. Excesiva dedicación al trabajo. Represión emocional. Rigidez. Lucha a pesar de cansancio y adversidades. Testarudez. Obsesividad.

Sobrecarga. Agotamiento reserva de energías por exceso de cargas.

24 PINE. La flor de la culpabilidad.

“Para los que se culpan a sí mismos. Incluso cuando tienen éxito piensan que lo podrían haber hecho mejor, y nunca se contentan con sus esfuerzos o los resultados. Son muy trabajadores y sufren mucho de las culpas que se atribuyen a sí mismos. A veces si hay algún error es debido a otros, pero se atribuirán la responsabilidad incluso por eso”.

La flor le permite a la persona tomar los tropiezos y las meteduras de pata como experiencias naturales de la vida, sin sentirse agobiados ni abandonarse en al auto-reproche.

Culpabilidad exagerada con los errores. Cargan con responsabilidades propias y ajenas. Abatimiento. Remordimiento. Autoagresión. Auto-reproche. Baja autoestima. Inseguridad permanente. No hay alegría de vivir. No hay empatía. Siempre carentes de algo. Minimizan su valía y su mérito.

29 STAR OF BETHELHEM (leche de gallina). La flor del shock y del trauma.

«Para aquellos con gran angustia bajo condiciones que durante un tiempo generan una gran infelicidad. La conmoción de noticias graves, la pérdida de alguien querido, el susto después de un accidente y semejantes.

Para aquellos que durante un tiempo se niegan a ser consolados este remedio da consuelo».

Es la flor para los efectos posteriores a un shock o conmoción de cualquier índole: un accidente, malas noticias, gran susto o un hecho indeseado e inesperado. Puede usarse con la misma efectividad para sucesos que hayan ocurrido años atrás o inclusive en la niñez.

No se han podido superar conmociones del pasado. Desvitalización energética. Traumas. Grandes shocks. Angustia. Vacío por pérdida. Duelo. Resistencia. Bloqueos transitorios. Neutralizadora de la desvitalización. Traumas enquistados. Cicatrizante.

30 SWEET CHESTNUT (castaño). Flor de la angustia extrema.

«Para aquellos momentos, que pasan a algunas personas, cuando la angustia es tan grande que parece insoportable. Cuando la mente o el cuerpo sienten como si hubiese llegado hasta el límite extremo de su resistencia, y que ahora tiene que ceder. Cuando parece que no hay nada más que destrucción y aniquilación a la vista».

La flor ayuda a las personas en este estado extremo a mantenerse dueños de sus vidas y a renovar su esperanza y fortaleza. Se puede encontrar una solución inclusive en esta etapa tan desesperada de la vida.

Angustia insoportable. Ave fénix. Desesperación existencial. Desolación agitada. Máximo grado de

tortura. Situaciones límite. Replanteamiento existencial. Hay que levantarse de las cenizas. Sensación de no poder continuar con la vida. Estado depresivo sin ser conscientes de ello. Saben disimular.

38 WILLOW (sauce). La flor del resentimiento.

«Para aquellos que han sufrido adversidad o desgracia y la encuentran difícil de aceptar sin quejas o resentimiento, ya que juzgan la vida en gran medida por el éxito que trae. Sienten que no han merecido tanta adversidad, que es injusto, y se amargan. A menudo muestran menos interés y menor actividad en las cosas de la vida que antes gozaban».

La flor se da para alentar el renacimiento del optimismo y la fe y para ayudar a la persona en el estado negativo Willow a ser más generosa elogiando a los demás. El remedio también ayuda para que se vuelva más consciente de cómo su propia manera negativa de pensar puede atraer precisamente esa mala fortuna que el atribuye a los demás.

Han sufrido adversidades y desgracias. Mala suerte. Amargadas. Víctimas del destino. Arrinconamiento por los propios fracasos. Queja constante. Resentimiento. Amargura. Frustración. Animadversión. Culpabiliza al entorno. Proyecta su desgracia. No se siente responsable. Energía negativa. Auto-compasión. Propia de gente mayor (cascarrabias). Ira contenida.

GRUPO 7.

LAS QUE SUFREN DEMASIADO POR LOS DEMÁS.

Bach observó por la experimentación que una buena parte de los desajustes y los desequilibrios del ser humano se expresaban en estados emocionales negativos que se proyectaban en los demás (o que requerían de los demás para su manifestación) y ponían la atención fuera de la propia persona.

Unos lo hacían manifestándose muy exigentes e intolerantes con los demás («Beech») como expresión de la arrogancia, la rigidez y el bloqueo personal que desean proyectar en el exterior.

Otras personas («Chicory») necesitan vivir la vida ocupándose de las otras, lo que hacen para asegurar ser aceptadas y queridas. Como respuesta, por el contrario, se rebotan mucho cuando no pueden ejercer el control o cuando no se les muestra agradecimiento.

Las hay («Vine») que directamente tratan de imponer sus criterios y sus formas de ver las cosas, ignorando la opinión y los deseos de las otras personas. Necesitan hacer siempre su voluntad para sentirse bien. Por último, las «Vervain» tratarán por todos los medios de convencer con su pasión y con su entusiasmo a todas las demás personas para que vean el mundo como ellas y para que participen en las mismas luchas y conquistas.

Todas y cada una de ellas tendrán algo que aprender. Los «Beech» a ser tolerante e indulgentes. Los «Chicory» a descubrir el verdadero amor que se ofrece sin

condiciones. Los «Vine» a respetar a todos los seres humanos profundamente. Las «Vervain» a comprender que hay muchas maneras de ver la vida y no solamente la suya. Así todas ellas tornarán su compulsión en su principal recurso personal.

Lo que las flores pueden hacer por las personas que sufren y se ocupan en exceso de las demás:

- Favorecer la tolerancia y la comprensión
- Disolver la irritabilidad y la intransigencia
- Amar y aconsejar sin pedir contraprestación
- Relajar la posesividad
- Relajar la auto-dureza y la excesiva rigidez
- Disponer de sabiduría para relajarse y gozar de la vida
- Aceptar que hay más alternativas que las propias
- Favorecer el liderazgo amoroso

3 BEECH (haya). La flor de la intolerancia.

«Para aquellos que sienten la necesidad de ver más bondad y belleza en todo lo que les rodea. Y, aunque mucho parezca estar mal, de tener la capacidad de ver crecer el bien en el interior. Con el fin de poder ser más tolerantes, indulgentes y comprensivos con las distintas maneras en que cada persona y todas las cosas están trabajando hacia su propia perfección final».

El remedio ayuda a favorecer la tolerancia y la comprensión. Cuando esto sucede, también se desvanece la irritabilidad.

Dureza frente a los fallos y debilidades ajenas. Intolerancia. Rechazo. Crítica constante. Arrogancia. Rigidez. Irritación. Hipercríticas. Emocionalmente bloqueadas. Desconsideración. Debilidad interior. Mal humor. Antipáticas. Indulgentes consigo mismas.

8 CHICORY (achicoria). La flor del cuidado exagerado de los demás.

«Para los que son muy conscientes de las necesidades de los demás; tienden a cuidar excesivamente a niños, parientes, amigos, encontrando siempre algo que debe corregirse. Continuamente corrigen lo que consideran incorrecto y disfrutan haciéndolo. Desean tener cerca a aquellos por quienes se preocupan».

La flor ayuda a amar con libertad y aconsejar sin exigir atención a cambio. También está indicado para los niños muy apegados a sus madres y que piden continuamente su atención. También para aquellos que se tornan posesivos con los amigos.

La Madre Universal. Posesividad. Carencia afectiva. Egoísmo. Exigencia de atención. Auto-compasión. Auto-centradas en ellas. Miedo al rechazo y a la soledad. Ansiedad. Exigencia. Manipulación.

27 ROCK WATER (agua de roca). La flor de la disciplina y el rigor.

«Aquellos que son muy estrictos en su forma de vivir; se niegan muchas de las alegrías y los placeres de la vida, porque consideran que pueden interferir con su trabajo.

Son duros maestros consigo mismos. Desean estar sanos y fuertes y activos y harán cualquier cosa que crean que los mantendrá así. Tienen la esperanza de ser ejemplos que atraerán a otras personas, quienes entonces puedan seguir sus ideas y en consecuencia ser mejores».

La flor no impide que esta gente siga teniendo ideales elevados y que traten de alcanzarlos; más bien les ayuda a no excederse tanto, de tal manera que puedan mantenerse flexibles cuando sea necesario y no sean tan duros consigo mismos.

Auto-exigencia. Auto-control. Rigidez mental y moral. Dogmatismo. Auto-represión. Metodismo. Obsesividad. Perfeccionismo. Deseo de ser tomado como ejemplo. El mártir. Cristalización. Rigidez estática. Dureza con todos y consigo misma. Criterios de vida demasiado rígidos.

31 VERVAIN (verbena). La flor del sobre-entusiasmo.

«Aquellos con ideas y principios fijos, que están seguros son los correctos, y que rara vez cambian. Tienen un gran deseo de convertir a todos a su alrededor a sus propios puntos de vista sobre la vida. Tienen fuerza de voluntad y mucho valor cuando están convencidos de las cosas que desean enseñar. En la enfermedad continúan luchando aun cuando la mayoría ya habría renunciado a sus deberes».

El remedio se da para ayudar a la gente en este estado a tomarse un respiro de vez en cuando para que el cuerpo y la mente se recuperen. Promueve la sabiduría de gozar

la vida y el paso del tiempo en lugar de siempre sentir la necesidad de estar activo.

El guerrero. Sobre-entusiasmo. Exageración. Energía dilapidada por exceso de celo. Cuestionamiento de las normas. Antisocial. Fanatismo. Idealismo exagerado. Auto-centramiento. Indignación por injusticias. Tensión. Cruzadas. Intolerancia. Inadaptación. Rigidez dinámica. Sobre-exposición. Irradiación. Abuso de sus fuerzas con buenas intenciones. Agotamiento para lo cotidiano. Se exige demasiado.

32 VINE (vid). Flor dominación y autoritarismo.

«Gente muy capaz, segura de su propia capacidad, segura de tener éxito. Al estar tan seguros, piensan que sería para el beneficio de los demás si pudiesen ser persuadidos de hacer las cosas como ellos las hacen, o como están seguros de que es correcto. Incluso en la enfermedad dirigirán a sus asistentes. Pueden ser de gran valor en caso de emergencia».

En el aspecto positivo la gente Vine puede ser una guía sabia, amable y cariñosa, que pueden inspirar y guiar a otros sin necesidad de la fuerza. El remedio se da para favorecer este aspecto positivo en la naturaleza de la persona Vine.

Satisfechas de sí mismas. Autoritarismo. Ambición exagerada. Dominación. Inflexibilidad. Codicia. Liderazgo. Prepotencia. Frialidad. Crueldad. Sadismo. Dureza. Auto-centramiento. Rigidez dinámica. Imposición de la propia voluntad.

AUTOEVALUACIÓN DE LA IDENTIFICACIÓN DEL MOMENTO PERSONAL CON RELACIÓN A LAS FLORES DE BACH

ELEGIR EL NÚMERO QUE MEJOR REPRESENTA EL MODO EN EL QUE SE SIENTE IDENTIFICADO CON EL COMPORTAMIENTO DE LA FLOR, ENTRE EL VALOR UNO Y EL VALOR VEINTE		NO COINCIDE EN ABSOLUTO CON MI SITUACIÓN										COINCIDE TOTALMENTE CON MI SITUACIÓN									
		EVALUACIÓN EN CUALQUIER POSICIÓN INTERMEDIA ENTRE AMBAS AFIRMACIONES																			
FLOR DE BACH		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	AGRIMONY. LA FLOR DE LA CONFRONTACIÓN.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
2	ASPEN. LA FLOR DELA PREMONICIÓN.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
3	BEECH. LA FLOR DE LA TOLERANCIA.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
4	CENTAURY. LA FLOR DE LA VOLUNTAD.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
5	CERATO. LA FLOR DE LA INTUICIÓN.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
6	CHERRY PLUM. LA FLOR DEL DESPRENDIMIENTO.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
7	CHESTNUT BUD. LA FLOR DEL APRENDIZAJE.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
8	CHICORY. LA FLOR DE LA TÁCTICA.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
9	CLEMATIS. LA FLOR DEL ENSIMISMAMIENTO.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
10	CRAB APPLE. LA FLOR DE LA LIMPIEZA.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
11	ELM. LA FLOR DE LA RESPONSABILIDAD.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
12	GENTIAN. LA FLOR DEL ESCEPTICISMO.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
13	GORSE. LA FLOR DE LA ESPERANZA.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
14	HEATHER. LA FLOR DEL EGOCENTRISMO.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
15	HOLLY. LA FLOR DEL AMOR.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
16	HONEYSUCKLE. LA FLOR DEL PASADO.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
17	HORNBEAM. LA FLOR DEL CANSANCIO.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
18	IMPATIENS. LA FLOR DE LA PACIENCIA.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
19	LARCH. LA FLOR DE LA AUTOCONFIANZA.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
20	MIMULUS. LA FLOR DEL VALOR.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	MUSTARD. LA FLOR DE LA MELANCOLÍA.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
22	OAK. LA FLOR DE LA PERSEVERANCIA.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
23	OLIVE. LA FLOR DEL AGOTAMIENTO.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
24	PINE. LA FLOR DEL PERDÓN.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
25	RED CHESTNUT. LA FLOR DE LA SIMBIOSIS.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
26	ROCK ROSE. LA FLOR DEL PÁNICO.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
27	ROCK WATER. LA FLOR DE LA DISCIPLINA.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
28	SCLERANTHUS. LA FLOR DEL EQUILIBRIO.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
29	STAR OF BETHELEHEM. LA FLOR DEL SHOCK.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
30	SWEET CHESTNUT. LA FLOR DE LA REDENCIÓN.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
31	VERVAIN. LA FLOR DEL ENTUSIASMO.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
32	VINE. LA FLOR DE LA AUTORIDAD.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
33	WALNUT. LA FLOR DEL NUEVO COMIENZO.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
34	WATER VIOLET. LA FLOR DEL AISLAMIENTO.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
35	WHITE CHESTNUT. LA FLOR DE LOS PENSAMIENTOS.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
36	WILD OAT. LA FLOR DE LA DIVERSIFICACIÓN.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
37	WILD ROSE. LA FLOR DE LA RESIGNACIÓN.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
38	WILLOW. LA FLOR DEL DESTINO.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

FLORES DE BACH

TRATAMIENTOS EMOCIONALES

TRATAMIENTOS FLORALES PARA COMBATIR ESTADOS EMOCIONALES BÁSICOS.

Sugerencia de combinaciones de formulados de aplicación para trabajar con estados emocionales habituales en el ser humano en su vida cotidiana.

ABATIMIENTO: Star of Bethlehem.

ABURRIMIENTO: Wild Oat, Wild Rose, Water Violet (porque nada les resulta interesante, o que valga la pena para invertir tiempo en ello).

ABUSO (psicológico o sexual): Aspen.

ADAPTACIÓN: Agrimony, Scleranthus, Walnut.

ADICCIONES: Agrimony, Chicory, Clematis, Gorse (por vacío existencial o pérdida de fe), Larch, Star of Bethlehem, Wild Oat, Willow.

ADOLESCENCIA: Clematis (para "poner los pies sobre la tierra"), Mustard (regula el sistema hormonal y combate el acné), Walnut (adaptación a los cambios), Wild Oat (ayuda a encontrar nuestra vocación), Willow (controla la rebeldía).

AGOBIO: Elm (por exceso de responsabilidades)

AGOTAMIENTO: Físico: Centaury, Hornbeam, Olive, Oak (por la lucha cotidiana). Mental: Hornbeam, Olive, Pine.

AGRESIVIDAD: Vine.

ASLAMIENTO: Beech (por creerse superior a los demás y no tolerarlos), Water Violet.

ALCOHOLISMO: Agrimony, Aspen, Cherry Plum, Chicory, Clematis, Gorse (por vacío existencial o pérdida de fe), Larch, Star of Bethlehem, Wild Oat, Willow.

ALUCINACIONES: Aspen, Cherry Plum.

AMARGURA: Willow (se siente víctima de un destino cruel).

AMBICIÓN (desmedida): Vine.

ANOREXIA: Agrimony, Beech, Centaury, Crab Apple, Heather, Larch, Mustard (colabora con la rehabilitación), Walnut, Wild Oat, Wild Rose.

ANSIEDAD: Agrimony (detrás de una apariencia despreocupada y alegre).

APATÍA: Clematis, Wild Rose (falta de interés por la vida).

APRENDIZAJE (problemas de): Chestnut Bud.

ARROGANCIA: Beech, Vervain, Water Violet.

ARTRITIS: Heather, Pine, Rock Water.

ATENCIÓN (necesidad de ser el centro de): Chicory.

ATENCIÓN (problemas de): Chestnut Bud, Chicory.

AUTISMO: Chestnut Bud.

AUTOCOMPASIÓN: Chicory.

AUTOCRÍTICA (excesiva): Crab Apple.

AUTOENGAÑO: Agrimony (oculta lo que le sucede detrás de una apariencia despreocupada y alegre).

AUTOESTIMA: Cerato (baja autoestima), Larch (sentimiento de inferioridad).

AUTOEXIGENCIA: Rock Water.

AUTOREPROCHE: Pine.

AUTORITARISMO: Vine.

AUTO-SACRIFICIO: Rock Water (se privan de muchos de los placeres de la vida para poder lograr sus objetivos).

BERRINCHES (en niños): Impatiens.

BRONCA: Willow.

BRUTALIDAD: Vine.

BULIMIA: Agrimony, Crab Apple, Larch, Mustard (colabora con la rehabilitación), Wild Oat.

CAMBIOS: Agrimony, Gentian, Honeysuckle (para no quedarse aferrado a lo pasado), Scleranthus, Walnut, Wild Rose (en caso de no buscar un cambio por resignación).

CANSANCIO: Físico: Hornbeam, Oak (por la lucha cotidiana), Olive. Mental: Hornbeam, Olive.

CAPRICHOS: Chicory (niños caprichosos que llegan incluso a poner condiciones para obedecer).

CATALIZADORA: Holly (ayuda a clarificar las ideas, ideal para sujetos muy activos), Wild Oat (para sujetos más pasivos).

CELOS: Holly, Vervain

CÓLERA: Impatiens.

COMPETENCIA (enfermiza): Chicory (compiten por las muestras de cariño de las demás personas), Holly.

CONCENTRACIÓN (problemas de): Chestnut Bud, Clematis, Elm, Scleranthus, White Chestnut (ocasionados por pensamientos rumiantes).

CONCIENCIA (pérdida de): Clematis.

CONDUCTAS AUTODESTRUCTIVAS: Cherry Plum.

CRITICA (excesiva): Beech (a los demás), herry Plum (a uno mismo).

CRUELDAD: Vine.

CULPA: Pine.

DEMANDA (extrema): Willow (son personas muy demandantes).

DEPENDENCIA emocional: Walnut.

DEPRESION: Gentian (por una causa conocida: desocupación, aborto, pérdida de un ser querido, divorcio, etc.), Gorse (ante el vacío existencial o la pérdida de fe), Mustard (sin una causa psicológica aparente, endógena), Olive (por una enfermedad prolongada que nos quita nuestras energías).

DEPURACIÓN: Crab Apple.

DESALIENTO: Larch.

DESCONCENTRACIÓN: Chestnut Bud, Clematis, Scleranthus, White Chestnut (ocasionada por pensamientos rumiantes).

DESCONFIANZA: Cerato (de sí mismo, de sus propias elecciones), Holly, Mimulus (a algo fuera de nosotros).

DESCONSIDERACIÓN (con los demás): Beech.

DECONSUELO: Larch, Star of Bethlehem.

DESEO SEXUAL (ausencia): Wild Rose.

DESESPERACIÓN: Larch, Star of Bethlehem.

DESESPERANZA: Gorse (pérdida de la fe), Sweet Chestnut.

DESILUSIÓN: Chicory (por sentir que se da mucho pero no se recibe nada a cambio).

DESMOTIVACIÓN: Hornbeam, Wild Oat, Wild Rose (redesperta las ganas de vivir).

DESOLACIÓN: Sweet Chestnut.

DESORDEN: Willow (suelen ser personas muy desordenadas que piden a los demás que junten acomoden sus cosas).

DETALLISMO (excesivo): Crab Apple.

DISCAPACIDADES: Gorse (no perder fe en rehabilitación).

DISTRACCIÓN: Chestnut Bud.

DIVORCIO: Olive (ante el agotamiento que produce), Star

of Bethlehem, Walnut (adaptación a los cambios).

DOMINACIÓN: Beech, Vine.

DROGADICCIÓN: Agrimony, Aspen, Cherry Plum, Chicory, Clematis, Gorse (por vacío existencial o pérdida de fe), Hornbeam, Larch, Star of Bethlehem, Willow.

DUDA: Cerato (de sus propias decisiones), Elm (debido a un bloqueo provocado por sobrecarga de responsabilidades), Gorse, Scleranthus (por tener que elegir entre una cosa u otra).

EGOCENTRISMO: Chicory, Heather.

EGOISMO: Chicory, Water Violet.

EMBOTAMIENTO MENTAL: Hornbeam.

ENFERMEDADES TERMINALES: Walnut (para enfrentar el hecho de tener que abandonar al cuerpo físico).

ENVIDIA: Holly, Willow.

EQUILIBRIO (pérdida de): Scleranthus.

EXAMENES: Cerato (dudan de sus conocimientos, creen que van a ser reprobador por "no saber nada"), Chestnut Bud (facilita la atención y concentración), Clematis (ayuda a la memoria y a la concentración), Elm (miedo por no poder lograr sus objetivos por el cansancio y el agobio), Gentian (ante bloqueo mental), Olive (por el agotamiento físico y mental), White Chestnut (cuando la mente esta abarrotada de conocimientos y parece es casi imposible concentrarse en la lectura o absorber más información).

FANATISMO: Vervain (se creen dueños de la verdad y quieren convencer a los demás sobre sus ideas).

FATALISMO: Wild Rose

FRACASO (sentimiento de): Larch

FRUSTRACIÓN: Wild Oat (falta de orientación en la vida)

GOLPEADORES: Cherry Plum, Vine

HIPERACTIVIDAD: Vervain

HIPERSENSIBILIDAD: Chicory (pueden mostrar debido a su hipersensibilidad agresividad y nerviosismo), Mimulus, Walnut

HIPOCONDRIA: Heather (por necesidad llamar atención)

IMPACIENCIA: Impatiens

INCONFORMISMO: Pine (nunca están conformes con sus logros)

INCONSTANCIA: Cerato (no lo gran terminar lo que han empezado), Gentian (en el tratamiento de una enfermedad)

INDECISIÓN: Cerato (en las propias elecciones, "¿habré elegido bien?"), Larch (no confían en sus propias capacidades, dudan tanto de sus decisiones que terminan enfermándose), Scleranthus (no poder elegir entre una cosa u otra, se elige una y luego se desea la otra), Wild Oat

(por falta de orientación en la vida, "¿qué camino debo tomar?", "¿qué debo hacer con mi vida?", "¿qué voy a estudiar?, ¿a qué me voy a dedicar?")

INFERIODIDAD (sentimiento o complejo de): Larch

INFLUENCIABLES: Centaury, Cerato (al no confiar en sus propias decisiones se dejan influir por los demás)

INTOLERANCIA: Beech

INTRANQUILIDAD: Impatiens

IRA: Cherry Plum

IRRITABILIDAD: Beech (los otros les resultan insoportables), Impatiens, Vervain, Willow

MANÍACO-DEPRESIVOS: Scleranthus

MASOQUISMO: Pine

MATERIALISMO: Gentian

MELANCOLIA: Honeysuckle (vive en el pasado y no disfruta la circunstancia presente, "todo tiempo pasado fue mejor"), Mustard

MIEDO: Agrimony (a que si los demás conocen sus debilidades, lo desaprueben, por eso se muestra siempre alegre y de buen humor), Aspen (a lo desconocido: fantasmas, profecías, espectros, etc), Cherry plum (a la pérdida de control), Chestnut Bud (miedo a cometer los mismos errores, ya que no logra aprender de la experiencia), Crab Apple (a la suciedad), Elm (a no poder cumplir con sus obligaciones u objetivos por el cansancio)

acumulado), Larch (a equivocarse debido a su baja autoestima), Mimulus (a algo concreto, por ejemplo a volar, a dar a luz, a la oscuridad, a hablar en público, etc), Olive (ante el agotamiento mental y físico que produce un miedo constante), Red Chestnut (a lo que le pueda suceder a los demás: hijos, padres, hermanos, amigos, etc), Rock Rose (miedo tan terrorífico que paralisa)

MUERTE DE UN SER QUERIDO: Star of Bethlehem

NEGACIÓN: Agrimony (niega lo que lo angustia y se muestra siempre sonriente), Chestnut Bud (niega lo que le sucede y no puede aprender de la experiencia, repitiendo siempre los mismos errores)

NEGATIVISMO: Willow (no puede ver el lado positivo de los sucesos)

NERVIOS: Impatiens, Mimulus

OBESIDAD: Agrimony, Heather (su angustia oral los lleva a comer demasiado), Wild Oat

OBSESION: Cherry Plum, Crab Apple (por evitar la suciedad, lo impuro Busca el orden y la higiene absolutos), White Chestnut

ODIO: Holly

ORGULLO: Vervain, Water Violet (se siente superior a los demás y prefiere estar solo)

PACIENTES TERMINALES: Aspen (para el miedo a lo desconocido, al "más allá de la muerte"), Honeysuckle (para poder desprenderse de lo terrenal)

PANICO: Red Chestnut (de que les suceda una desgracia a personas amadas), Rock Rose

PARTO: Chicory (para poder desprenderse del bebé y madre e hijo comenzar a funcionar como seres independientes), Crab Apple (ayuda a depurar el organismo post parto), Gentian (depresión post parto), Mimulus (miedo al parto), Impatiens (si la embarazada comienza a ponerse ansiosa, deseando tener su bebé "ya mismo"), Pine (si el bebé nace con algún trastorno o complicación y la madre siente culpa por ello), Rescue Remedy (ante alguna situación traumática), Rock Rose (pánico a dar a luz), Scleranthus (permite recuperar el equilibrio perdido), Sweet Chestnut (angustia al parto), Vervain (relaja el útero), Walnut (aceptar los cambios)

PESADILLAS: Aspen, Rock Rose

PREJUICIOS: Beech, Rock Water, Willow

PREOCUPACIÓN (excesiva por los demás): Chicory (bajo una apariencia de excesiva preocupación por quienes lo rodean, esconden una gran necesidad de satisfacer sus propias necesidades de afecto y cariño, obligando a otros a dársele a cambio de sus atenciones)

REBELDÍA: Willow (sobre todo adolescente)

RENCOR: Willow (por el destino)

REPETICIÓN DE ERRORES: Chestnut Bud (no logra aprender de la experiencia)

RESIGNACIÓN: Gorse, Wild Rose (se resignan a lo que les toca vivir, sin pelear por nada)

RIVALIDAD: Holly

SEPARACIÓN: Star of Bethlehem

SHOCK: Rescue Remedy (por accidente, muerte, malas noticias, etc), Star of Bethlehem

SÍNDROME DEL NIDO VACÍO: Honeysuckle (para no quedarse aferrado al tiempo pasado), Wild Oat

SOBRECARGA DE RESPONSABILIDADES: Centaury (ante una petición ajena, no pueden negarse, aunque se encuentren llenos de responsabilidades y ocupaciones), Elm (agobio por sobrecarga de responsabilidades), Impatiens (prefieren hacer las cosas ellos mismos porque no pueden esperar los tiempos de los demás), Oak (poseen un excesivo sentido del deber, no pudiendo registrar los mensajes de un cuerpo agotado), Pine (se hacen cargo de todo lo que sale mal), Water Violet (se creen superiores a los demás y piensan que nadie podrá hacer las tareas mejores que ellos)

SOBREPROTECTORES: Chicory (padres sobreprotectores que no dejan vivir a sus hijos, ante cualquier queja de ellos contestan: "lo hago por tu bien")

SOLEDAZ: Beech (por creerse superior a los demás y no tolerarlos), Heather (se queda solo porque cansa a quienes lo rodean, ya que busca constantemente ser el centro de atención), Impatiens (es impaciente y siente que todos hacen las cosas demasiado lentamente), Water Violet (se siente superior a los demás y prefiere estar solo)

STRESS: Elm, Mimulus, Impatiens, Oak, Olive, Pine, Rock Rose, Vervain, White Chestnut

SUICIDIO (intento o amenaza): Cherry Plum, Clematis

TABAQUISMO: Cherry Plum, Chicory, Clematis, Crab Apple, Larch, Star of Bethlehem, Wild Oat, Willow

TICS: Cherry Plum, Vervain

TIMIDEZ: Centaury, Mimulus

TRISTEZA: Star of Bethlehem

VACÍO EXISTENCIAL: Gorse, Sweet Chestnut

VANIDAD: Water Violet (se siente superior a los demás y prefiere estar solo)

VERGÜENZA: Crab Apple (de sí mismo, de sus imperfecciones)

VIOLACION: Aspen

VIOLENCIA: Cherry Plum (brotes de violencia, brotes psicóticos), Vine

