



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA
DE MEXICO**

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
IZTACALA**

PSICOLOGÍA Y TERAPIA FLORAL.

**TESIS TEORICA
QUE PARA OBTENE EL TITULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGIA
P R E S E N T A:
GABRIELA GONZALEZ MIRAMONTES**

**DIRECTOR: OLIVA LÓPEZ SANCHEZ
DICTAMINADORES: GERARDO ABEL CHAPARRO AGUILERA
CARLOS OLIVIER TOLEDO**



IZTACALA

TLALNEPANTLA, EDO. DE MEXICO

JUNIO 2007



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

INDICE

Resumen	3
Introducción	4
 Capitulo 1 ASPECTOS BIOMEDICOS DE LA SALUD Y ENFERMEDAD.....	6
1.1 Definición del término salud.....	6
1.2 Definición del término enfermedad.....	6
1.3 Salud-enfermedad.....	7
1.4 Aspectos fisiológicos de la enfermedad.....	8
1.5 Relación de las concepciones de la enfermedad.....	11
1.6 Definición de emociones.....	12
1.7 Estado emocional.....	14
 Capitulo 2 MEDICINA PSICOSOMATICA Y MEDICINA ALTERNATIVA.....	17
2.1 Definición de psicossomático.....	17
2.2 Enfermedades psicossomáticas.....	18
2.2.1 Algunos problemas físicos consecuencias de un problema psicossomático.....	20
2.3 Definición de holístico.....	21
2.4 Una mirada holística de la emoción.....	21
 Capitulo 3 TERAPIA FLORAL.....	23
3.1 Antecedentes de la terapia floral.....	23
3.2 Idea general de Bach de la enfermedad y la salud.....	25
3.3 Como funciona la terapia floral.....	25
3.4 La terapia floral y las emociones.....	26
3.5 La terapia floral y las enfermedades físicas.....	28
3.6 La terapia floral y los problemas psicossomáticos.....	29
3.6.1 Algunos casos en que se pueden ingerir la terapia floral.....	29
3.7 Beneficios en terapia para ingerir las flores de Bach.....	29
3.8 Las Flores de Bach y en que consiste la terapia.....	30
3.9 Como funciona y actua la terapia floral en las	

emociones.....	30
3.10 Fundamentos de la terapia floral.....	31
3.11 Los 7 estados emocionales básicos de Bach.....	33
3.11.1 Subdivisión de las emociones.....	34
3.12 Uso y dosificación de la Terapia Floral.....	41
3.13 Las flores de Bach y sus beneficios psicológicos y físicos.....	44
 CONCLUSIONES.....	 124
 BIBLIOGRAFIA.....	 127

RESUMEN

La siguiente investigación tuvo como objetivo realizar una revisión teórica de la Terapia Floral del Dr. Bach, describir cuales son las emociones que ayudan a equilibrar y cuales son los aspectos físicos que se ven beneficiados. La investigación da inicio en describir el concepto de salud y de enfermedad y los diversos aspectos fisiologicos de la enfermedad, para posteriormente conocer como son las emociones y conocer la relación de tal con la enfermedad, lo que en muchas ocasiones es llamada la enfermedad psicosomatica. Posteriormente se define que es una enfermedad psicosomatica y algunas de las enfermedades que son de este origen, despues se da una revisión a la visión holística del ser humano donde se toma en cuenta todo lo que rodea al hombre. Por último se describe una terapia holística la cual se llama Terapia Floral del Dr. Bach, la cual consta de 38 esencias Florales, todas ellas describen su relación con las emociones y la posible enfermedad que puede existir, se describen los beneficios de la terapia Floral, como se ingiere. Dándole al psicólogo una herramienta o un auxiliar en consulta.

INTRODUCCION

Actualmente se ha observado que aumenta a diario la proporción de pacientes con síntomas psíquicos, crece la aversión a los llamados medicamentos químicos, y se incrementa cada vez más los costos de sanidad. Resuena cada vez más el clamor en pro de la psicopatología, la medicina preventiva y la educación sanitaria.

El campo multi-interdisciplinario, promovido principalmente por psicólogos y médicos, que se prepone como objetivo básico el progreso e integración de los conocimientos y técnicas de las ciencias biomédicas, conductuales y otras disciplinas relacionadas para lograr la comprensión y rehabilitar los procesos de enfermedad, a sí como, promover, mantener o intensificar la salud, contribuyendo a la promoción general de la salud y al desarrollo, de prevención y tratamiento de la enfermedad, es decir, el reconocimiento formal de la naturaleza recíproca de las relaciones entre los aspectos biofísicos y psicosociales.

Se supone la incorporación definitiva de la importancia que en la generación de la enfermedad física tiene los factores psicológicos, algo que la medicina viene intuyendo desde Hipócrates (Galeno estimaba un 60%), actualmente se estima de un 50 a un 80% que los pacientes presentan síntomas de tipo emocional, más que físico. (Shapiro, 1978)

La atmósfera actual en relación con los procesos de salud y enfermedad, caracterizada por la aceptación general de un modelo multifactorial de la enfermedad y por ello de soluciones interdisciplinarias al tratamiento y prevención de la misma.

Se ha observado variables de tipo psicológicas como percepciones, pensamientos, expectativas, motivaciones, sentimientos, hábitos, conductas de riesgo, habilidades o recursos, respuesta a la enfermedad, etc. ,que también contribuyen poderosamente a los procesos de sanar y enfermar, ahora desde las actitudes y comportamientos del sujeto.

De este complejo conjunto de fenómenos, los Psicólogos clínicos se interesan por los aspectos psíquicos, subjetivos, sin considerar la fisiología subyacente; los Psicólogos sociales se ocupan de los aspectos expresivos y comunicativos, sin relacionarlos a contenidos subjetivos particulares. Por otra parte, los fisiólogos tratan de estudiar los procesos neurohumorales o electrofisiológicos utilizando sobre todo el modelo animal, por lo que obviamente no tiene acceso al universo subjetivo.

Pero lo que realmente importa en la actualidad es la necesidad de ampliar el concepto de salud y enfermedad, que se debe integrar al ser humano y su enfermedad con su forma de vivir, de ver la vida, su forma de comer, de sentir, y poder encontrar la correlación con la realidad que vive y establecer una congruencia de los sentimientos, la sociedad y lo que vive, porque el cuerpo al sentir que se le calla su voz, empieza a hablar por medio de la enfermedad.

Debemos de recordar que los pensamientos pueden hacer enfermar a un ser humano, pero que también pueden cambiar una enfermedad , que en realidad no hay tantas enfermedades que requieran de medicamentos, ya que algunas de las enfermedades sirven para limpiar el cuerpo como un resfriado, ya que si se toma demasiado medicamento acumulamos toxinas.Y por lo tanto hay que aprender a

escuchar las voces de nuestro cuerpo y de nuestros sentimientos para encontrar el camino al equilibrio y a la salud.

Por lo tanto el objetivo de este trabajo es realizar una revisión teórica de la terapia Floral de Bach, describir cuales son las emociones que ayudan a equilibrar, y cuales son los aspectos físicos que se ven beneficiados.

CAPITULO 1

SALUD – ENFERMEDAD

Actualmente la idea de salud y enfermedad se clasifica dentro de lo biológico y de manera fragmentaria, pero este proceso va más allá de un diagnóstico simple de síntomas o de consultas de 10 minutos. Pero para comprender que es una enfermedad debemos saber primero que es la salud. A continuación se tomara el concepto de salud-enfermedad, y conocer su parte, médica, psicológica y social de dicho proceso, y como es que estos se encuentran muy ligados entre sí en este proceso de equilibrio para el ser humano, así también se verá como las emociones son parte del proceso de la salud.

1.1 Definición del término Salud

A lo largo de los siglos la medicina alopática ha definido a la salud como:

Un complejo proceso de adaptación en el que influyen factores biológicos, psicológicos y sociales, una persona sana debe estarlo tanto en mente como en cuerpo, es decir, existe una relación.

Ahora bien, cuando las partes biológicas, psicológicas y sociales están en armonía, hay salud. Basta con que alguna de las tres falle, para que aparezca la enfermedad, misma que también afectará a las otras dos, como sucede en toda unidad. En otras palabras, aquello que desequilibra al cuerpo, afecta también a la mente y a las relaciones con los demás. (Alcalá, 1999).

Por lo tanto la Organización Mundial de la Salud (OMS), define a la salud como un estado de bienestar físico, mental y social y no solamente como la ausencia de afecciones y enfermedades.

Actualmente los médicos mencionan que que toda Fricción o pérdida de armonía entre nuestra mente, emociones y cuerpo, como tríada perfecta, por mínima que sea, es reflejada en el cuerpo físico provocando enfermedad. Por lo tanto podemos decir que el cuerpo físico es una especie de “espejo” de lo que está ocurriendo en otras áreas del hombre. (Maza, 2004)

1.2 Definición del término Enfermedad.

Por lo tanto se define a la enfermedad se le considera como una alteración más o menos grave en la fisiología o funcionamiento del cuerpo, y se puede definir salud estar libre de enfermedad; la enfermedades no es únicamente dolor y la salud no es únicamente ausencia de enfermedad sino proceso complejo de adaptación en el que influyen factores biológicos, psicológicos y sociales. La enfermedad es una especie de consolidación de un estado mental y sólo es necesario tratar este estado del paciente para que la enfermedad desaparezca, es el punto anormal que cristaliza en torno a sí

las conductas patológicas cuyo conjunto forman la enfermedad y la alteración de la personalidad que resulta de ello constituye la alineación.

Por todo esto cuando aparece el síntoma el cuerpo físico, esto es el resultado final de un proceso iniciado en un aspecto más sutil de la existencia humana. Si el hombre se observa a sí mismo desde una perspectiva más amplia que la usada hasta hoy puede ver que es mucho más que un cuerpo físico.

Investigadores y estudiosos de la física moderna en sus fundamentos (teoría cuántica y relativa) dice que el ser humano está compuesto por capas superpuestas de energía y conciencia que se influyen recíprocamente (Bloch, 2002)

1.3 Salud-enfermedad

Históricamente en el área de la salud se habla de enfermedad y salud, ambos conceptos se refieren a un estado del ser humano y no a partes del cuerpo o de la psique; no hay enfermedades físicas o psíquicas sino que es el cuerpo que se manifiestan en el plano Somático o en el plano psíquico.

La enfermedad es una señal, pero hemos asistido desde la ortodoxia a innumerables modos de suprimir el síntoma. El hombre, que es un todo indisoluble de cuerpo, mente y espíritu, dejó de actuar como una totalidad y comenzó a fragmentarse con la llamada evolución de la sociedad. Por tanto, la tarea principal es integrar al ser humano, y no apartarnos de la causa de la enfermedad. (Pastorí, 1992)

Se puede decir que la salud es cuando distintas funciones corporales se conjugan de modo armonioso, pero si una de las funciones se perturba, la armonía se rompe llega la enfermedad, por lo tanto, se puede decir que la enfermedad lleva consigo la cura. (solo que esta no la sabemos interpretar).

Para interpretarla hace falta un marco de referencias que se encuentra fuera del plano en el que se manifiesta lo que se debe de interpretar. (Dathlefsen, 2005)

Actualmente el ser humano vive en un mundo lleno de complicaciones, donde el lujo y la parte material tienen un gran peso para la sociedad, el tiempo es una manera básica de medir la vida, que la persona estén llena de ocupaciones, que el comer, es igual a llenar los estómagos sin importar los nutrientes que contenga la comida, que la ciudad debe ser un lugar lleno de carros, contaminación y ruido, pero gracias a esto hemos olvidado una verdad muy simple, que lo que realmente la gente necesita es, aire, agua y una buena comida para vivir, porque el cuerpo esta hecho de aire, agua y otros seres vivos. Lo cual nos lleva a reflexionar que el ser humano que contamina este planeta como actualmenete lo hace no se da cuenta que esto significa contaminarse a sí mismos, por lo tanto aquellos que se contaminan a sí mismos solo pueden estar destruyendose o lo que es lo mismo enfermandose.

La enfermedad por lo tanto es un conjunto de predisposiciones que configuran el terreno psicofísico y energético, cultural y social, a partir del cual se desarrolla la enfermedad en su manifestación psicológica, funcional o anatomopatológica, siguiendo un sentido y una dirección dentro de dicha unidad. (Franco, 2001)

Mientras tanto la salud es el equilibrio energético que tiene el ser humano con él mismo, con su entorno con su historia y con su estilo de vida y con todo lo que le rodea, si el equilibrio se rompe ya sea teniendo excesos o carencias, llegan los

sintomas que sí no son tomados en cuenta desbocarán en una enfermedad, indicándonos que el cuerpo nos avisa de que algo dentro de nosotros mismos está mal o que algo del entorno está afectado el equilibrio de nuestra vida. Bajo esta línea de investigación el Dr. López (2006), menciona que es necesario ver las relaciones del cuerpo con "el proceso histórico-cultural-nutricional-sentimental-odios-reincorporamos-reclamamos a la vida-conjugados con una dosis de estrés por todo lo cual el cuerpo se convierte en una contractura y deformaciones permanentes, con un proceso gestos de obsesiones, apegos; una memoria corporal que se transforma paulatinamente y da como fruto estilo de vida y formas de ser en "el individuo"; Lo cual es parte importante para ayudarnos a equilibrar los diferentes procesos de salud-enfermedad.

1.4 Aspectos fisiológicos de la enfermedad.

Un síntoma físico se refiere a la manifestación orgánica objetiva como signos corporales de un proceso patológico o como manifestación física de un conflicto.

Cuando aparece el síntoma en el cuerpo físico, esto es el resultado final de un proceso iniciado en un aspecto más sutil de la existencia humana. Si el hombre se observa a sí mismo desde una perspectiva más amplia que la usada hasta hoy, se puede ver que es mucho, más que un cuerpo físico.

Investigadores y estudiosos de la física moderna en sus dos fundamentos –la teoría cuántica y la teoría de la relatividad- dicen que el ser humano está compuesta por capas superpuestas de energía y conciencia que se influyen recíprocamente.

Dos grandes planos espirituales (alma) y astral (personalidad), contienen los diferentes niveles de conciencia: Físico-emocional-mental-espiritual. (Landa, 2000)

Brennan (2001), explica cómo la fuerza creativa primaria básica se inclina en el cuerpo espiritual para desplazarse hacia los otros niveles de conciencia.

La vibración armónica de cada capa influye en la siguiente como cuando se golpea un diapason cuyo sonido hace vibrar otro que se encuentra en la misma habitación. Así las energías desequilibradas de los niveles superiores del sistema afectado se van transmitiendo progresivamente hacia los cuerpos inferiores hasta provocar la enfermedad en el cuerpo físico.

Hoy en día los médicos admiten que el cuerpo y la mente son indivisibles; sin embargo, las terapias convencionales continúan siendo insuficientes en más de un sentido; sólo se enfoca en el alivio de los síntomas, mediante la administración de fármacos. Éstos actúan directamente en el órgano afectado, restableciendo su función normal; el mecanismo de acción no es del todo ineficaz. El problema está en que el mal físico, corregido por el medicamento, reincide en cuanto la energía mental negativa se acumule de nuevo en el órgano (Alcalá, 1999).

Hemos de entender por reacciones emocionales fisiológicas aquellas modificaciones fisiológicas atribuibles a estímulos emocionales. Un estímulo puede considerarse como "emocional" cuando provoca normalmente la vivencia de una emoción y/o un comportamiento emocional (Schimdt, 1985)

Si la personalidad no acepta la existencia de la psique humana, la persona presentará un desequilibrio, disociación y hasta puede llegar a destruirse, cuando se

produce una ruptura o una colisión con nuestra sabiduría, bienestar, felicidad, bondad, equilibrio, firmeza, coraje, constancia, et., si se rompe esa corriente energética positiva, esa sintonía entre personalidad y alma aparece lo opuesto, soberbia, odio, crueldad, es decir, los aspectos negativos del ser humano y así se da la enfermedad que tarde o temprano se manifestara en el nivel material del cuerpo. (Stern, 1994)

Hoy en día, los médicos alópatas admiten que el cuerpo y la mente son indivisibles y sin embargo, las terapias convencionales continúan siendo insuficientes. (Alcalá, 1999)

La enfermedad es una especie de consolidación e un estado mental y solo es necesario tratar este estado del paciente para que la enfermedad desaparezca. (Landa, 2000)

En la concepción de la causalidad de algunas enfermedades esta presente la idea de que si la emociones son de tipo negativo y sobre pasan un cierto nivel, pueden desequilibrar el cuerpo y enfermarlo, entre estos estados emocionales destacan el corajes y disgustos al igual que el resultado de la relación con el ambiente que lo rodea, el ser humano manifiesta diversas emociones, lo cual en condiciones generales corresponde a una respuesta humana normal.

Un intenso y prolongado cambio emocional, puede sobrepasar la capacidad de resistencia del organismo a dicho cambio, generando enfermedad desde el interior del organismo. La enfermedad es una especie de consolidación de un estado mental y solo es necesario tratar este estado para que la enfermedad desaparezca, tanto el cuerpo como la mente sufren por igual ante una enfermedad, cada persona posee una estructura mental propia, que determina su muy particular manera de ser. La energía que emana el cerebro del individuo teje, por así decirlo, la salud o la enfermedad. En la concepción de causalidad de algunas enfermedades está presente la idea de que si las emociones son de tipo negativo y sobre pasan un cierto nivel, pueden desequilibrar al cuerpo y enfermarlo. También es resultado de su relación con el ambiente que lo rodea, el ser humano manifiesta diversas emociones, lo cual en condiciones generales corresponde a una respuesta humana normal. Un intenso o prolongado cambio emocional, puede sobre pasar la capacidad de resistencia del organismo a dicho cambio, generando enfermedad desde el interior del organismo.

En la antigüedad nuestros antepasados los mayas en sus métodos de curación mencionaban que las energías de las actividades emocionales recaían en un órgano del cuerpo humano provocando ciertos síntomas. Ejemplo: (Hernán, 1996).

ACTIVIDAD EMOCIONAL	ORGANO	SINTOMAS EJEMPLOS
Enojo	Hígado	Mareo, Dolor de cabeza
Alegría	Corazón	Agitación, Palpitación
Ansiedad	Bazo	Disminución del apetito, Distensión abdominal
Pesar	Pulmón	Cansancio
Terror Susto	Riñón	Diarrea, Incontinencia urinaria

Tabla 1 Órganos y emociones descritas por los Mayas.

También la cultura de la medicina tradicional china menciona que cada órgano esta relacionado con un sentimiento una víscera y un tejido.

ORGANOS	SENTIMIENTOS	VISCERAS	TEJIDO
Hígado	Ira	Vesícula biliar	Tendón
Corazón	Alegría	Intestino delgado	Vasos sangre
Bazo	Pensamiento	Estomago	Músculos
Pulmón	Melancolía	Intestino grueso	Piel
Riñón	Miedo	Vejiga	Hueso, médula

Tabla 2 Órganos y emociones descritas por la Medicina Tradicional China.

Para la medicina tradicional china, el organismo es un reflejo de micricosmos y macrocosmos del universo, es decir, todo el mundo esta compuesto por los mismos elementos y energías, por lo tanto estan sujetos a las mismas leyes naturales.

Cuando las energías elementales de un organismo (en este caso el cuerpo humano), se mantiene en armonía funcional, existe la salud, pero cuando se rompe el equilibrio orgánico y las energías anómalas invaden el cuerpo llega la enfermedad; pero la salud no es solo eso sino tambien hay que tomar en cuenta el equilibrio energético del cuerpo. (Reid, 1999)

Las personas que están enfermas sienten y piensan de otra manera: quizá tienen una actitud más temerosa, resignada, amargada, obstinada o impaciente que las llamadas personas sanas. La conciencia de un enfermo se modifica negativamente ya que, un cambio consciente a un estado positivo, es, de acuerdo también con los conocimientos de la medicina moderna, el factor decisivo en cualquier proceso de curación y, por eso también a su vez, cada crisis o enfermedad ofrece la posibilidad de hacer un cambio consciente positivo, de convertir la enfermedad en un paso adelante en el proceso de maduración, en un salto para el desarrollo del carácter.

Sin embargo lo decisivo en su teoría como médico es lo siguiente: cada enfermedad definible médicamente va precedida o ha estado precedida en algún momento por este tipo de estados de ánimo negativos. (Scheffer, 1990)

Con lo que sabemos hoy en día sobre cómo funciona el sistema nervioso y las interconexiones que existe entre sus diversas funciones, podríamos decir que todo nuestro organismo es como un gran resonador y que cualquier cambio por leve que sea en nuestras percepciones, en nuestra conciencia, en nuestros pensamientos va a repercutir orgánicamente de alguna manera, y viceversa cualquier síntoma orgánico va a actuar sobre nuestra psiquis. (Bloch 2002)

1.5 Relación de las concepciones de la enfermedad.

La medicina alopática menciona que el hombre es un ente biopsicosocial, que el ser humano para ser estudiado y curado debe fragmentarse, nos han hecho creer que esta visión fragmentaria es lo más sano para el ser humano, tambien nos han hecho creer que todo lo que daña o enferma al cuerpo es externo y se combate con lo externo, nos han enseñado a olvidar la naturaleza del cuerpo y del entorno natural, haciendonos creer que hay cosas malas que podemos manipular a nuestro gusto, que lo que no nos gusta puede ser reemplazable, que podemos reemplazar y modificar la estructura de nuestro cuerpo y estilizarlo según la moda, que las mejores medicinas son químicas y no naturales; que la enfermedad es algo malo que le pasa el hombre.

Si admitimos que la personalidad del enfermo esta alterada, y que por la enfermedad se convierte en extraña a sí misma, la terapia debe insaturarse fuera de ella. Se da vueltas alrededor de la enfermedad y del enfermo; mediante el Shock se modifican las regularizaciones del humor, mediante la lobotomía se liberan las adaptaciones orgánicas de sus sobrecargas afectivas; en todos los casos el camino de la curación no penetra jamás en los mecanismos internos de la enfermedad; o si lo hace, como el psicoanalista, es recurriendo al inconsciente que, más allá de la

personalidad del enfermo y de su situación actual, acude a los ardides del instinto y a la latencia del pasado. Admitamos por el contrario, estas dos posiciones: Que debemos encontrar la condición primera de la enfermedad en conflicto del medio humano, y que lo propio de la enfermedad es ser una reacción de defensa generalizada ante ese conflicto; entonces, la terapia debe tener otro carácter. Puesto que la enfermedad es en sí misma defensa, el proceso terapéutico debe estar en la línea de los mecanismos patológicos; se trata de basarse en la enfermedad misma para superarla. En este sentido actúa la cura por el sueño: refuerza las inhibiciones patológicas creando un estado de inhibición generalizada; y en virtud del principio por el que la inhibición corresponde a un proceso de asimilación de la célula nerviosa, el sueño prolongado permite recuperaciones funcionales que hacen desaparecer las inhibiciones de defensa, los núcleos de excitación y la inercia patológica.

Por otra parte, puesto que la enfermedad se refiere siempre a una dialéctica conflictual de una situación, la terapia sólo puede tener sentido y ser eficaz en esta situación. Podemos decir que el psicoanálisis es una psicoterapia abstracta en la medida en que constituye entre el enfermo y el médico un medio artificial, intencionalmente recortado de las formas normales y sociales integradas de las relaciones interhumanas; también en la medida en que trata de dar a los conflictos reales del enfermo el sentido de conflicto psicológico, y a las formas actuales de la enfermedad, la significación del traumatismo anteriores; finalmente, en la medida en que elude las soluciones reales, proponiendo como sustitutos la liberación de los instintos que imagina su mitología o la toma de conciencia de pulsiones en las que su idealismo cree reconocer el origen de los conflictos objetivos.

El psicoanálisis psicologiza lo real para i-realizarlo: obliga al sujeto a reconocer sus conflictos la desordenada ley de su corazón para evitarle leer en ellos las contrariedades del orden del mundo.

Debemos preferir a estas terapias que ofrecen al enfermo los medios concretos de superar su situación de conflictos, de modificar su medio o de responder de un modo diferenciado, es decir, adaptado, a las contradicciones de sus condiciones de existencia.

No hay curación posible cuando se irrealizan las relaciones del individuo y su medio; sólo es curación la que produce nuevas relaciones con el medio.

Hay que encontrar la explicación psicológica a la curación.

Los médicos tradicionales chinos tratan a todo el cuerpo en conjunto, ven a la enfermedad en relación funcional con el cuerpo así como el papel tan importante que juegan los factores externos en donde se desenvuelve y donde aparecen los síntomas, buscando curar la raíz de la enfermedad, en base a una visión total u holista, devolviéndole al cuerpo el estado de equilibrio. (Reid, 1999)

1.6 Definición de emociones

Cuando asumimos la responsabilidad de nuestras emociones, asumimos, además, nuestra responsabilidad frente a nuestro mundo. En la comprensión de nuestras propias emociones reside la clave del dominio de nosotros mismos, la verdadera independencia, lo cual significa lograr el único poder real que merece ser obtenido. Si bien la idea implica que cada uno de nosotros actúa en forma autónoma, también

significa que cada uno puede hacer mucho para reconstruir su vida y llevarla en armonía.

El Dictionaire de Furetiere (1690), define Emoción: movimiento extraordinario que agita el cuerpo o el espíritu y que turba el temperamento o el equilibrio.

En la actualidad se puede definir de las siguientes maneras:

- 1.- Una emoción es un movimiento, es decir, un cambio respecto a un estado inmóvil inicial. No estábamos emocionados y de repente lo estamos.
- 2.- Una emoción incluye fenómenos físicos “en todo el cuerpo”: nos acelera el corazón (o disminuye su ritmo).
- 3.- La emoción también agita al espíritu, y nos hace pensar de modo distinto, algo que los investigadores denominan el *componente cognitivo* de la emoción. Turba la razón o, al contrario, la anima.
- 4.- La emoción es una reacción a un suceso.
- 5.- La emoción nos prepara y a menudo nos empuja a la acción: es el componente conductista de la emoción.

Podemos decir que la emoción es una reacción repentina de nuestro organismo, con componentes fisiológicos (el cuerpo), cognitivos (emocionales) y conductistas (las acciones) (André, 2001)

Otra definición de emoción es: Una peculiar acción conjunta de múltiples y variados factores que, como vivencias, comportamiento y reacción fisiológica, se hallan síntomas entre sí en proporciones diversas. (Schmidt, 1985)

Bloch (2002), define a la emoción como un complejo estado funcional de todo el organismo que implica a la vez una actividad fisiológica, un comportamiento expresivo y una experiencia interna sin proponer un orden secuencial de estos tres niveles.

Eysenck en 1975; y Langen 1968 (en Schindt ,1985), definen a la emoción como: “un estado actual de nuestros conocimientos, las relaciones emocionales se pueden concebir como una peculiar acción conjunta de múltiples y variados factores que, como vivencia, comportamiento y reacción fisiológica se hallan sintonizados entre sí en proporción diversas.”

Una emoción también puede ser vista como un estado de sensación que cada persona adulta puede reconocer en sí misma por introspección y que por ser extrapolación, supone que existen en otros seres humanos. Por lo tanto, las emociones son estados funcionales de el organismo que implica a la vez procesos fisiológicos (orgánicos), y psicológicos (mentales).(Diez, 1976)

En la medicina china se considera que las causas internas de una enfermedad son las “siete emociones” y los altibajos o reacciones extremas de los sucesos

externos. Las siete emociones que producen “malestar” son: alegría, rabia, angustia, preocupación, aflicción, temor y susto.”Cada una se asocia con el sistema energético de un órgano determinado, se rige por una de las cinco energías elementales de la naturaleza y se corresponde con los demás factores energéticos”.

Todas las emociones provocan respuestas fisiológicas específicas en todo el cuerpo gracias a la retroalimentación que existe entre el sistema endocrino y nervioso, provocando cambios en el pulso y la tensión, estimulando o inhibiendo la respiración, facilitando o dificultando la digestión y el metabolismo la inmunidad y otras funciones vitales. Una respuesta emocional equilibrada, no produce ningún daño; en cambio una emoción negativa como la rabia o la aflicción, una emoción llevada al extremo o explosiva, desencadena una serie de reacciones Fisiológicas, que producen mucho daño en los órganos y en las glándulas vitales, se inhiben las funciones vitales debilitando la inmunidad.

1.7 Estado emocional.

Un estado emocional se define como la tonalidad afectiva de un sujeto en un determinado momento. (Espeche,1993)

Un estado mental se manifiesta en los tres niveles paralelos e interconectados:

- 1.- En un nivel expresivo (facial, postural).
- 2.- Un nivel fisiológico (orgánico).
- 3.- Un nivel subjetivo (mental).

De hecho toda conducta humana tiene siempre en su base un estado emocional y son estados funcionales de todo el organismo que implica a la vez procesos fisiológicos (orgánicos), y psicológicos (mentales)(Bloch 2002).

No debemos de olvidar que existe la relación de las emociones y el entorno social, político, cultural y moral, que se van estableciendo en la forma de sentir y de enfermar.

Que la sociedad ayuda a matizar y condicionar los procesos del cuerpo (salud-enfermedad), dando como resultado que en nuestro organismo se vea transformado y adaptado en nuestro modo de vivir cotidiano, afectando nuestros procesos biológicos.

El estado emocional esta muy ligado a nuestra vida cotidiana, por ejemplo, en lo que comemos, en lo que vivimos, en lo que sentimos y como enfrentamos nuestro sentimientos, como nos desarrollamos en nuestro entorno, y como nos han enseñado a responder ante los problemas, que tipo de alimentación le damos al cuerpos, que tipo de educación hemos recibido, y que concepción y uso del cuerpo tenemos.

Actualmente es de mucha importancia en el estado emocional el estrés, la contaminación, las largas jornadas de trabajo, los problemas económicos, sociales, culturales, políticos, el trafico, el poco tiempo para comer, la comida refinada, la extinción de la naturaleza, el uso de químicos en todo y para todo, nuestro pasado y los procesos destructivos que formamos a nuestro alrededor, tanto excesos y carencias tanto corporales como anímicas. (López, 2006)

Las emociones actúan a través del cerebro, pueden afectar el funcionamiento del sistema nervioso, los niveles hormonales y las respuestas inmunológicas, cambiando la susceptibilidad de una persona a enfermedades orgánicas. (Fernandez,1999)

Por ejemplo en la esfera del pensamiento, el miedo es un símbolo de inseguridad, vacilación e inestabilidad emocional; el miedo nos impide actuar. Y en el plano físico, el cuadro antes descrito genera un estado de tensión medianamente generalizado que altera el normal funcionamiento de nuestro organismo.(Demarchi, 1992)

De los cambios corporales, que se dan en las emociones se ocupó Maine de Biran (1766-1824), filósofo francés, quien describió emociones concretas tales como la alegría, la tristeza, el miedo y la timidez. Diferenció entre emociones activas y pasivas y adjudicó a cada una de ellas funciones corporales (circulación, respiración, secreción) al igual que Gesenius (1786), en un tratado parecido *titulado Patematología médica moral o ensayo sobre pasiones y su influencia sobre los asuntos de la vida corporal*; mencionando que “En toda pasión dominante tiene lugar, de algún modo, una modificación de la circulación y en cada una de ellas sentimos por ello también un cierto cambio en el corazón”

Ken Wilber, psicólogo de la corriente llamada transpersonal, dice que la mayoría de los individuos se encuentran atrapados en la imagen, es decir, en la máscara-persona que han creado de sí mismos. Para la creación de esta imagen más o menos inexacta han elegido aspectos que aprueban, rechazando en consecuencia otras tendencias y negándose a sí mismos esa parte de su ser. Esta parte negada del ser se denomina “sombra”. Estas tendencias, a pesar de ser negadas, no desaparecen y se manifiestan como síntomas en los distintos niveles de la conciencia humana.

Por lo tanto el odio, el enfado, la depresión, la angustia o el miedo (todos ellos síntomas a nivel emocional), así como los problemas digestivos, las jaquecas, los mareos, los tumores o la obesidad, síntomas a nivel físico, son manifestaciones de tendencias rechazadas que también forman parte del ser, es decir, todo síntoma no es más una señal de alguna tendencia inconsciente de la sombra.

Los problemas que se presentan como emocionales pueden ser llevadas a un movimiento renovador, de tal manera que podamos desplazar el daño hacia la curación, desde el dolor hacia el bienestar, desde la fantasía y la defensa hacia la realidad y la aceptación.

Ninguno de nosotros, como es obvio, deja de tener defectos pero es mucho más saludable encarar dichos defectos y aprender a manejarlos que negar su existencia, por ejemplo, La ansiedad es el temor al daño o a la pérdida. La pérdida lleva al enojo. El enojo contenido lleva a la culpa. La culpa no aliviada lleva a la depresión. (López, 2002)

También es importante destacar que un exceso o el déficit emocional, tiene un gran efecto ha nivel corporal, en donde esta emoción puede llegar a deteriora lentamente la armonía del cuerpo. Por lo tanto este tipo de emociones a lo largo del tiempo son dañinas.

Cabe señalar que las emociones son procesos adaptativos, cuando se entiende la repercusión de las emociones en la salud es la conceptualización del proceso emocional. En el aparecen dos filtros entre situación interna o externa que

desencadena el proceso y la manifestación de las emociones en el sujeto protagonista:

La evaluación valorativa, modula la activación emocional en sus componentes de experiencia subjetiva o sentimiento, expresión corporal, tendencia a la acción y respuesta fisiológica y será el responsable del reajuste de las emociones a las demandas del entorno; pero también, puede ser el responsable de que las emociones pierdan su valor adaptativo y sean, entonces perjudiciales para la salud.

Actúa entre la activación y la expresión emocional, se refiere a los mecanismos socioculturales de control emocional que determina en gran medida la forma de enfrentar la emoción.

La función adaptativa de las emociones va a depender de la evaluación que la persona haga del estímulo, es decir, del significado que le dé a este y de la respuesta de afrontamiento que se genere.

A continuación vamos a ver como es modificado el proceso de salud-enfermedad por medio de las emociones y los sentimientos que guarda el ser humano, a lo que podemos llamar psicopatización.

CAPITULO 2

MEDICINA PSICOSOMATICA Y MEDICINA ALTERNATIVA

La palabra psicossomático proviene del griego, en donde *Psique* significa alma y *somático* es lo corporal, por lo tanto el alma y el cuerpo pueden ser alterados por procesos sociales y personales. Se empiezan a aceptar que disturbios psicológicos leves o intensos pueden causar enfermedades en el cuerpo propiamente como tal.

Existe una relación entre mente y cuerpo y que la falta de equilibrio en uno de ellos afecta el equilibrio y el buen funcionamiento del otro. La enfermedad afecta tanto al cuerpo como a la mente.

De la relación mente-cuerpo nace la parte psicossomática, que se centra en el estudio de las interacciones entre procesos psicológicos (mente) y la ocurrencia de ciertas enfermedades (cuerpo).

A continuación se describirá que es una enfermedad psicossomática, las consecuencias que trae una enfermedad psicossomática en el cuerpo, y se tocará una visión holística de esta relación del cuerpo y mente, para conocer una nueva forma de ver el proceso de enfermarse y el proceso de mantener el equilibrio de la salud.

2.1 Definición de psicossomático.

Cada persona tiene su límite de equilibrio que va de acuerdo con su historia personal, la forma en que funciona su organismo, lo que percibe y no percibe de su entorno, su herencia cultural, y su comportamiento y su articulación entre lo psicológico y lo corporal, por lo tanto no hay un nivel estándar. (López1997)

Un proceso psicossomático se define como una manifestación observable de la conducta como en las motivaciones adjudicadas al funcionamiento normal o patológico, es posible establecer la existencia de una correlación entre los fenómenos “psicológicos” (los accesos de miedo o de ira por ejemplo), y citas alteraciones estructurales o funcionales irreversibles (como la aceleración del pulso, las úlceras pépticas o lesiones cerebrales). (Mittelman, 1967)

La medicina psicossomática es un enfoque que engloba la totalidad de los procesos integrados entre los sistemas somáticos, psíquico, social y cultural. Se debe entender que es un el “método racional” para conocer, comprender y corregir la conducta humana y reincorporar las partes fragmentadas y rechazadas de la personalidad, ya que la medicina psicossomática, considera al hombre en su totalidad. (Diez,1976)

La psicossomatización según la investigación proviene de fisiólogos por un lado y psicólogos por el otro, estas dos disciplinas, proponen un equilibrio homeostáticos del organismo todo y en relación con lo socio-cultural-ambiental; trata

casi exclusivamente los efectos que producen en el cuerpo (soma) diferentes manifestaciones psicológicas (psique) de malestar, llamadas enfermedades físicas. En realidad, lo psicológico y lo físico depende de la estabilidad o armonía de las emociones del individuo, por ejemplo, si la economía de nuestra energía emocional se halla perturbada por mucho tiempo, necesariamente entrarán en disfunción (alteración) las manifestaciones psíquicas (enfermedades psicológicas) y las físicas (enfermedad del cuerpo) por hallarse tan relacionadas entre sí, al constituir una sola unidad de la persona. (Schmidt, 1985)

Por lo tanto es una clasificación que se usa como recurso para aquello que, con respecto a una enfermedad, no existe un modelo médico dominante.

2.2 Enfermedades Psicosomáticas

Los procesos psicosomáticos se han reducido a causas de origen social, cultural, biopsicosocial, químico, emocional-químico. La enfermedad psicosomática tiene sus orígenes en el entorno que el ser humano vive como son: las condiciones políticas, económicas, la desnutrición crónica, estrés, aglomeraciones, pérdida de expectativas personales, crisis familiar, valores sociales, deterioro ecológico. Este conocimiento nos sirve para saber las relaciones entre el estrés, la depresión, el cansancio, el miedo, y el ritmo de vida que actualmente llevamos, y conocer que todos los elementos mentales llegan a provocar una alteración en el cuerpo, que pueden presentar tanto en adultos como en niños, ya que todos estamos expuestos a los mensajes que nuestro cuerpo nos envía.

En esta relación que existe entre los órganos y las emociones podemos encontrar la construcción del proceso psicosomático que ha de interpretarse como “La expresión de una emoción que ha logrado ser dominante en el organismo, vía la conjugación de lo que representa y siente el sujeto. Sus mecanismos de construcción no están ajenos a su condición histórica y sus representaciones de una cultura que le impone una movilidad y una manera de actuar a través de un conjunto de símbolos como el lenguaje. Las personas depositan en algún lugar o más específicamente en algún órgano que puede ser el más débil o el más fuerte de su cuerpo”, llegando así a la enfermedad psicosomática. (López, 2003)

Se ha observado que la aparición y evolución de la enfermedad somática puede ser inducida por lo psíquico. Se ha observado que los estados depresivos y las situaciones de tensión emocional prolongada producen disminución de la resistencia a los agentes patógenos de cualquier naturaleza. La respuesta inmunológica es baja y se pueden presentar síntomas de enfermedades somáticas correspondientes. Los trastornos psicosomáticos que tienen sus orígenes en la parte neocortical de los pensamientos e ideas, con esto encontró el camino para llegar a los complejos inconscientes. (De la Fuente, 1985)

Una de las tesis de la enfermedad psicosomáticas es que la enfermedad generalmente es la consecuencia de un fallo del sistema inmunológico, que pueda producirse en forma importante, a causa de factores psíquicos; además que ciertas actitudes (emocionales, rituales y religiosos), pueden tener un efecto “despertador” del sistema inmunológico que influye en la recuperación más pronta de padecimientos infecciosos y tumorales. (Locke y Colligan 1991)

En la somatización se puede observar que lo que calla la palabra lo expresa el cuerpo, pero aunque lo sintomatológico (lo que se ve) puede ser común a muchos, lo único importante es lo caracterológico (lo que no se ve), ya que de eso se trata, de profundizar aun las causas ignotas de la personalidad que producen los “avisos” o síntomas (Pastori, 1992)

Un proceso psicossomático se puede interpretar como “La expresión de una emoción que ha logrado ser dominante en el organismo. Los problemas psicossomáticos es solo un refugio de los seres humanos ante la inmensidad de mensajes que recibe y no sabe como procesar, o como interpretar”. Pero se ha observado que la gente aprende a sobrellevar sus padecimientos sin darle la importancia que tiene el lenguaje del cuerpo. Los problemas psicossomáticos se pueden interpretar como “un refugio que tiene el ser humano de todos los mensajes que recibe” y que no sabe como procesarlos o no sabe como enfrentarlos. (López, 2003)

Por lo tanto hemos de entender por reacciones emocionales fisiológicas aquellas modificaciones fisiológicas atribuibles a estímulos emocionales. Un estímulo puede considerarse como “emocional” cuando provoca normalmente la vivencia de una emoción y/o comportamiento emocional. (sobresalto, ritmo cardíaca, etc.) (Scheffer, 1994)

En esta relación de los órganos y la emociones se encuentra la construcción de la enfermedad psicossomática lo cual es la conjugación de lo que representa y siente el sujeto y en conjugación con su condición histórica, su representación de la cultura, y u manera de actuar el en vivir cotidiano.

En 1974 el psicólogo Robert Ader se dedicó a investigar como influyen ciertos procesos psicológicos, las emociones en la salud, donde hace mención que hay una infinidad de modos en que el sistema nervioso central y sistema inmunológico se comunican sendas biológicas que hacen que la mente, las emociones y el cuerpo no están separados sino íntimamente interrelacionados. Siguiendo esta idea el Psicólogo David Felten notó que las emociones ejercen un efecto poderoso en el sistema nervioso autónomo (SNA), que es el que regula diversas funciones del organismo Detecto un punto de reunión en donde el SNA se comunica directamente con los linfocitos y los macrófagos, células del sistema inmunológico.

Otra vía clave que relacionan las emociones y el sistema inmunológico es la influencia de las hormonas que se liberan con el estrés. Las catecolaminas (adrenalina y noradrenalina) y el cortisol; obstaculizando la función de las células inmunológicas. (www.isabelsalama.com/emociones)

Por lo anterior, los pacientes no sólo deben considerarse como una enfermedad, como un caso clínico, o un dato estadístico; sino como un ser humano, que por ello posee vida y además está consciente de ella, el cual vive en un ambiente determinado y que es un miembro de una familia y una comunidad social, que recibe influencias positivas o negativas que pueden desencadenar su enfermedad, aliviarla o empeorarla. Todo lo cual debe analizarse en forma integral y unitaria.

Hay que tomar en cuenta que las emociones se expresan de múltiples maneras, que el equilibrio que existe entre nuestros órganos y nuestras emociones construyen

nuestro equilibrio físico y mental; que si una emoción predomina por un tiempo representativo, puede traer consecuencias degenerativas en los órganos.

2.2.1 Algunos problemas físicos consecuencias de un problema psicossomático.

A continuación se presentan algunos trastornos específicos donde se ha incorporado los avances psicológicos y la terapia holística pero es importante tener en cuenta que una misma enfermedad es diferentes cuerpos se derivan de diferentes procesos, que no todas las enfermedades son iguales, aunque afecten de igual manera a un cuerpo, fueron iniciadas de diferente manera.

- 1) Problemas cardiovasculares.
 - a) Trastornos del ritmo cardiaco
 - b) Arritmias
 - c) Taquicardias
 - d) Trastorno de la presión arterial
- 2) Trastornos des sistema nervioso central
 - a) hiperactividad infantil
 - b) Insomnio
- 3) Trastornos neuromusculares
 - a) Problemas de mano y pie
 - b) Parkinson
 - c) Temblores
 - d) Calambres
- 4) Trastornos gastrointestinales
 - a) Gastritis
 - b) Úlceras pépticas
 - c) Colitis
- 5) Trastornos respiratorios
 - a) Asma
 - b) Bronquitis
- 6) Trastornos dermatológicos
 - a) Dermatitis
 - b) Herpes
 - c) Prurito
- 7) Problemas visuales
 - a) Miopía
 - b) Glaucoma
- 8) Problemas dentales
 - a) Enfermedad piriodontal
- 9) Dolor crónico

- a) Dolor abdominal
- b) Lumbalgias
- c) Dolor postoperatorio

10) Otros

- a) Artritis
- b) Alergias
- c) Obesidad
- d) Adicciones
- e) Diabetes

2.3 Definición de holístico.

La palabra holístico se deriva del prefijo “Holos” que significa todo completo, es decir, abarca todas las formas que existen de asistencia, servicio, y cuidado para el ser humano.

La medicina holística es la referida a la promoción general de la salud, mediante la generación de programas que inciten a la población a optimizar su estado de salud y a mantenerlo vía la adopción de hábitos y estilos de vida saludable.

Este tipo de terapias incluye la filosofía, las ciencias y las técnicas para ayudar a que las personas mejoren su vida en forma integral; queda incluida las formas de terapias conocidas, unas probadas de manera científica y otras aceptadas socialmente promoviendo la salud y la calidad de vida (Rodríguez, 2001)

2.4 Una mirada holística de la emoción.

Una mirada holística de la emoción se preocupa de las expresiones externas de las emociones, sin analizar las causas, ni los atributos cognitivos, ni las consecuencias del estado emocional. El foco de atención está centrado en los aspectos físicos y fisiológicos de la emoción en el momento que ésta se presenta, para luego tratar de relacionarlos con los que la persona siente. Implica por lo tanto, una mirada integral. (Bloch, 2002)

Es necesario entender que los conflictos psicológicos de los enfermos sean tomados en cuenta y estudiados con la misma objetividad y detenimiento con que se estudia el funcionamiento del Hígado o de otro órgano. Entonces se puede comprobar que los conflictos psicológicos son tan efectivos para alterar las funciones de un órgano, como el microorganismo o las tóxicas.

Para entender al hombre sano o enfermo, es necesario partir del principio de su unidad indivisible: biológica, psicológica y social. (De la Fuente, 1985)

El campo de la salud, se busca realizar una interpretación integral donde no exista la división y/o fragmentación del cuerpo humano, los pensamientos, lo que se come, lo que se vive, lo que se siente, con las formas de expresión, con los

mecanismos de defensa, los mecanismos de enfermar, y reconoce que la parte Psicológica es un elemento que define y condiciona y es condicionada por el individuo y por la sociedad para llegar a la enfermedad. La integración de estos problemas ayuda a tener una mejor solución de cómo se comporta la emoción y la enfermedad. (López, 1997)

Se sabe que el cuerpo humano es el resultado de la historia y la geografía de una sociedad, y de la manera en como afrontan sus enfermedades y su salud, por medio de la cultura, la moral, la nutrición, etc, Que un problema psicosomático se debe a una parte inconclusa de la vida personal, de una responsabilidad que se ha asumido, de algún exceso, de alguna descalificación personal entre otras. Que los resultados de este estilo de vida, es el como se construye nuestra parte corporal, en donde se pueden hacer refugios que nos provocan las enfermedades. (López,2002)

Estas enfermedades fueron provocadas por cambios en el proceso bioquímico o fisiológico por medio de una emoción, por lo tanto se puede hacer que la emoción se diluya o pierda predominio en la representación del cuerpo. Este proceso puede lograr la armonía interna a través de la meditación, la respiración, el equilibrio energético, entre otras posibilidades y beneficios para el cuerpo. (López, 2003)

Pero cada individuo tiene una demanda concreta y por lo tanto una solución concreta a sus problemas y es en ese momento en donde se debe articular lo corporal con lo Psicológico.

Por lo tanto una de las terapias alternativas que ayudan al ser humano en sus problemas psicosomáticos y en los diversos estados de ánimo así como en sus diversas enfermedades es la Terapia Floral de Bach.

CAPITULO 3

TERAPIA FLORAL

La Terapia Floral de Bach es un tratamiento alternativo que toma en cuenta el mundo exterior y las emociones ayudando a equilibrar al ser humano y llevarlo a un estado de salud y armonía por medios naturales. A continuación se tocará el tema de la terapia floral de Bach, quien la descubrió se describirán las 38 flores y su uso, la aportación de tal terapia en la parte emocional y física del ser humano.

3.1 Antecedentes de la terapia floral.

La terapia floral fue descubierta por el Dr. Edward Bach, quien nació en 1886 en Moseley, cerca de Birmingham, vivió y observó las enfermedades físicas y los conflictos muy unidos entre ellos, en su observación con obreros incapaces de procurarse una atención médica, lo cual lo llevó a decidir estudiar medicina. Estudió en Birmingham y Londres, trabajó como director del departamento de accidentes en el Hospital del Colegio Universitario. Después fue ayudante médico en el departamento bacteriológico e inmunológico. Allí llegó a conocer las relaciones existentes entre las “cepas Bacterianas” en específico las del intestino humano y los síntomas patológicos crónicos, realizando vacunas. Posteriormente enferma (1917), es operado y le diagnostican 3 meses de vida.

Se va a trabajar a el Hospital Homeopático de Londres, inicia las investigaciones en vacunas homeopáticas, he inicia su trabajo sobre los síntomas anímicos de los pacientes hasta asignar a cada grupo de bacterias una actitud de personalidad anímica determinada. Su nuevo objetivo reside desde entonces en hacer diagnósticos sólo a la vista de los síntomas anímicos, en vez de hacerlo a base de la investigación bacteriana.

Posteriormente abre su laboratorio en Crescent Park y un consultorio en Harley Street, un lugar de consulta en Nottingham Place; realizó diversas publicaciones en colaboración con homeópatas, las cuales son; “Relación con la terapia inoculativa con la homeopatía”, “La toxemia intestinal y su relación con el proceso canceroso”, “El redescubrimiento de la psora” , y participando en congresos homeopáticos.

En este momento (1920-1928) Bach suponía que muchos enfermos crónicos sienten inconscientemente una aversión contra medicinas que se obtienen a base de sustancias producidas por la enfermedad misma, por lo tanto busca y encuentra diferentes plantas con similar frecuencia vibratoria que las nosodias. Bach suponía que las personas de acuerdo con su pertenencia a un tipo de personalidad psíquica tendrá que reaccionar también siempre de un modo igual o muy semejante ante los fenómenos patológicos de cualquier tipo. Primero experimento con las plantas *Impatiens*, *Mimulus*, y *Clematis* en forma homeopática; y publica *Some new remedies and uses* (algunos remedios nuevos y sus utilizaciones).

A partir de 1930 se dedica por entero al estudio de los diferentes tipos de personalidad humana y la búsqueda de sus plantas curativas específicas; posteriormente llevó a cabo el descubrimiento y preparación de los nueve primeros se los denominados “doce remedios” *Impatiens*, *Mimulus*, *Clematis*, *Agrimony*, *Chicory*, *Vervain*, *Centauro*, *Cerato*, *Scleranthus*, y descubrió el método de preparación solar; Escribió su primera formulación de conocimientos y su filosofía de la salud con el título “Heal Thyself” (Cúrate tu mismo).

En 1931 descubrió las últimas tres planas de la serie “Los doce remedios” *Water violet, Gentian, Rock rose*. El siguiente año publica su siguiente obra titulada “Free thyself” (Libérate tu mismo).

En 1933 descubrió y preparó las cuatro flores llamadas “cuatro auxiliares” cuales son: *Gorse, Oak, Heather, Rock water*. Ya para 1934-1935 descubre las tres últimas plantas de su primer serie de remedios: *Wild oat, Olive, Vine* y formuló su remedio auxiliar *Rescue*.

Posteriormente y con ayuda de Nora Weeks descubrió otros 19 remedios curativos que a excepción de *White chestnut*, se preparan mediante el método de cocción, descubierto por él.

En 1936 muere, y sus colaboradores continuaron su obra hasta 1978, nombrando a su vez a nuevos coordinadores para que siga activo el Centro del Dr. Bach y sus obras.



Fig.1 Dr. Bach

Las plantas que descubrió en sus largas caminatas son plantas muy corrientes que suelen pasar inadvertidas a la ciencia médica. Frente a la botánica de hierbas tradicionales, resulta insólito que sólo se utilicen las flores, y no las hojas, corteza ni raíces y que las prepare con agua y sol cerca del lugar de recolección.

Según Bach, el organismo humano manifiesta distintas vibraciones en estado de estrés que en estado emocional de equilibrio; sosteniendo que la enfermedad es el producto del desequilibrio entre la mente y el cuerpo, el cual altera el campo energético del ser vivo. El organismo se enferma ante el padecer psicológico y el desorden emocional. (Espeche, 1993)

Si el hombre pudiera verse a sí mismo, obviamente no equivocaría el camino, no enfermaría ya que según Bach la enfermedad es un “feliz aviso que nos permite corregir la dirección equivocada” (Pastorí, 1992)

Bach define esta terapia como una depuración o purga del plano anímico. Y tampoco parece demasiado remota la idea de que las llamadas psicotoxinas o venenos de la mente pueden obstruir o bloquear parte de nuestro campo bioenergético de modo similar a lo que hacen las toxinas metabólicas en el intestino humano. (Scheffer, 1994)

Por lo tanto sostenía que cada persona posee una estructura mental propia, que determina su muy particular manera de ser. La energía que emana el cerebro del individuo teje, por así decirlo, la salud o la enfermedad. (Alcalá, 1999)

Actualmente, las investigaciones científicas prueban que el estado mental y emocional de una persona ejerce influencias positivas o negativas sobre diferentes enfermedades, desde una simple gripe hasta patologías muy severas. (Stern,1994)

3.2 Idea general de Bach de la enfermedad y la salud.

El concepto de Bach de la enfermedad y su curación va mucho más allá de la idea general de la medicina oficial. La enfermedad nunca se podrá curar o aliviar realmente con los métodos materialistas empleados actualmente, porque su origen no reside en lo material. Porque lo que entendemos como enfermedad es sólo el resultado final físico de la acción prolongada de fuerzas subyacentes. Debe ayudarse al paciente a conocerse a sí mismo, indicándole los posibles defectos subyacentes y esas flaquezas de la personalidad que debe trabajar para convertirlas en fuerza.

Para Bach la enfermedad es una organización defectuosa de determinados procesos de funcionamiento del cerebro, provocada por estados psicológicos negativos, como la preocupación, temor, el shock o el estrés. De ese modo Bach formuló lo que hoy en día se investiga con creciente interés bajo el nombre de psico-neuro-inmunología, como una rama de la psicofisiología.

Numerosas investigaciones han demostrado, entretanto, que los sentimientos negativos y el estrés ejercen una influencia directa en el sistema inmunológico. Asimismo, científicos norteamericanos han comprobado la existencia de un enlace directo entre las neuronas y este sistema.

3.3 Como funciona la terapia floral de Bach.

Bach establece cierto tipo de ecuaciones entre síntomas o enfermedades orgánicas y su correlato psíquico, por ejemplo: El dolor es el resultado de crueldad que causa crueldad a otros y puede ser mental o físico. Pero seguramente, si uno sufre de dolor, debe buscar dentro de sí mismo y encontrará alguna acción o pensamiento riguroso, duro o severo. Si elimina esto, el dolor cesará.

Incluso la parte del cuerpo afectada indica la naturaleza de la falla, es decir, el cerebro indica carencia de control; El corazón déficit o exceso de equivocación en el aspecto amoroso; El ojo, fracaso de ver con claridad y comprender la verdad cuando se encuentra frente a uno. Esto permite comprender la razón y naturaleza de la enfermedad y la lección requerida para el paciente, y sobre esta base puede hacerse la corrección necesaria.

Para curarse no basta sólo la acción de terceros, sino la autoayuda que permite erradicar la imperfección y aprender la lección. No es suficiente suprimir los síntomas porque eso es dar alivio aparente sin remover las causas y eso es sólo una cura superficial y artificial. La curación debe venir de nosotros mismos por vía de reconocer y corregir lo que no esta en armonía en nosotros, que es lo que produce los

síntomas o las enfermedades. Como no entendemos la causa real, hemos atribuido esta inarmonía a influencias externas como gérmenes, frío, calor y hemos dado nombre a los resultados: artritis, cáncer, asma, etc.; Pensando que la enfermedad comienza en el cuerpo físico.

No hay curación real, a menos que haya un cambio en la perspectiva con la cual el hombre ve el mundo, que le permita lograr la paz y la felicidad interiores.

3.4 La terapia floral y la emociones.

El Dr. Bach llegó a la conclusión de que se debería tratar primero a la persona en vez de la enfermedad. Es decir, que es necesario aliviar el estado mental y los problemas emocionales, como ansiedad, miedos y angustias, antes de atacar la enfermedad, pues la mayor parte de las veces ésta desaparece por sí misma. Pues la mente, por ser la parte más delicada del ser humano, es la que se percata primero de la enfermedad del cuerpo y la que sirve como guía para encontrar el remedio que necesita. (Bloch, 2002)

La enseñanza del Dr. Bach apuntada primariamente a ayudar al paciente a encontrar la causa de su enfermedad, que debe buscarse en la dimensión de los afectos sofocados, en ese espacio de la personalidad que la herida del alma señala como sitio del cual surgen los síntomas, los sueños y los vínculos. Con esta terapia Holística se trata de desentrañar la emoción reprimida que dio lugar a la aparición de los síntomas, a la emoción se apunta y con ella se resuelve el síntoma, por ello el valor de la entrevista es importantísimo así como también la capacidad del terapeuta para aprender el mensaje oculto de los síntomas, ya sea físico o emocional, que plantee el consultante. (Otermín, 2001)

Es necesario cambiar radicalmente la propia perspectiva mental, es decir, cambiar de humor, de actitud, de opiniones.

Por lo tanto, la terapia floral de Bach ayuda a equilibrar un problema psicológico o estado negativo de la mente, es decir, esas emociones que provocan desequilibrio y desarmonía y ayudando a curar síntomas y enfermedades del cuerpo. (www.psoriasi.org)

Cabe señalar que las propiedades terapéuticas fueron descubiertas entre los años 1928 y 1936, sanan los desórdenes afectivos y el equilibrio emocional y mental perturbado por el temor, la incertidumbre, el odio, el resentimiento o la desesperación. Estos excesos determinarán importantes fisuras en los pilares de la personalidad que pueden hacer muy desdichado al ser humano y acaba por enfermarlo físicamente. Así pues, las esencias florales de Bach resulta extraordinariamente útiles para el desarrollo de lo más básico en la vida de una persona: la autoestima y el cuidado preventivo de la salud física y emocional.

Estos elixires forales son el extracto de la parte curativa viviente de la planta, que no es física y por eso es abstracta. No puede ser medida ni analizada como una droga o un compuesto químico, y de esta manera el elemento eficaz no puede ser ni extraído ni identificado, pero si puede ser fotografiado.

Bach desarrolló su filosofía a partir de dos puntos primordiales:

1. Tratar la enfermedad en su causa.
2. Curar sin producir daño.

El Dr. Bach (1931), menciona que las primeras enfermedades reales del hombre son defectos como el orgullo, la crueldad, el odio, el egoísmo, la ignorancia, la inestabilidad y la codicia... y es la continuidad y presencia de estos defectos lo que precipita en el cuerpo los resultados perjudiciales que conocemos como enfermedad. En 1933, comprobó que todas las enfermedades físicas, especialmente las crónicas eran la materialización de un estado mental alterado. El sabía que el cuerpo y la mente de cada individuo, interactúan en todos los aspectos de la vida y cualquier desarmonía en alguno de estos niveles, produce un desajuste total. El Dr. Sostenía que cada persona posee una estructura mental propia, que determina su muy particular manera de ser. La energía que emana el cerebro del individuo teje, por así decirlo, la salud o la enfermedad.

Las 38 flores que el Dr. Bach descubrió curan los males causados por caracteres humanos. La alteración mental, rasgos psicológicos negativos y el remedio floral se atraen uno con el otro, como los polos de un imán; la energía negativa es neutralizada, los pensamientos cambian, la enfermedad desaparece.

Las flores actúan como "Psicólogo del Reino Vegetal", tranquilizando al paciente y ayudándolo a conocerse a sí mismo, ampliando su conciencia, con lo cual es posible corregir los procesos que generaron el desajuste físico.

Las flores establecen un contacto armónico entre cuerpo y mente sin dañar al individuo; de manera, que si por alguna causa se administrase incorrectamente, no pasará nada, ya que al no encontrar el rasgo psicológico negativo de la correspondencia alterada se anulará su efecto.

A medida que el tratamiento de cada paciente avanza, el sujeto experimenta una nueva sensación de libertad e independencia. Se vuelve más reflexivo, revisa su actitud ante los síntomas que se le presentan y modifica su manera de enfrentarlos. Aprende a aceptar sus estados de ánimo y los transforman en su beneficio, con lo que obtiene tranquilidad y paz interior, modificando los esquemas mentales que causan alteraciones. (Alcalá, 1999)

El tipo de enfermedad física o mental que podemos sufrir, cualquiera que sea, así como la zona del cuerpo afectada, guardan estrictamente relación con la emoción negativa que la ha originado. (Demarchi, 1992).

El objetivo de esta limpieza anímica, el conocimiento de uno mismo para tomar las riendas sobre los estados de ánimo negativos, pasajeros y generales entre otros, para darle a la personalidad una mayor estabilidad. Una consecuencia indirecta es también, una mayor resistencia a trastornos anímicos y, dado el caso, también psicósomáticos (Scheffer, 1992)

Las flores que componen el tratamiento floral del Dr. Bach proceden de Inglaterra y la zona del Mediterráneo, algunas son plantas silvestres que aunque son parientes de plantas cultivadas por el hombre como la avena, el olivo, el cerezo, la vid, el nogal, el castaño o el manzano. Otras son pequeñas flores de grandes árboles como el pino, el álamo, el sauce, el olmo o el roble. También hay de arbustos como el brezo, el acebo o el rosal silvestre y les restantes son de pequeñas hierbas que crecen en las praderas como la achicoria, la violeta de agua, o la genciana. Bach creó además dos esencias que no son de flores, la de brote de castaño y la de agua de manantial o agua de roca.

La terapia floral es una técnica cibernética y holográfica, es decir, ve al ser humano como un todo con una gran capacidad de autorregulación que lleva al organismo a estar en armonía.

La acción de la esencia floral es una llamada de autocuración en aquellas partes que están en desarmonía. No fuerza a el organismo a unas reacciones concretas, sino que le sugiere suavemente que ponga en marcha su capacidad natural de sanarse.

Quien entiende esto, conoce que la verdadera curación pasa por un proceso de cambio interior de la propia persona en los aspectos de su vida que son erróneos, y este cambio es el que ayuda a lograr la Terapia Floral (El Universal, Nov-02)

Por lo tanto estas flores deben utilizarse para ayudar a las personas a salir de sus crisis anímicas. El efecto de la terapia floral es profundo y duradero. Algunas actúan más rápidamente que otras, dependiendo de cada individuo y ayuda a resolver conflictos de raíces profundas como el encubrimiento de los síntomas. Puede ayudar a modificar situaciones enquistadas durante años y que a veces aun con ayuda psicológica son difíciles de mover, por ejemplo el Dr. Kaslof menciona que un paciente que estaba muy enojado y resentido, después de varios meses de tomar los remedios florales mejoró su actitud negativa... y su dolor crónico de espalda (Stern, 1994)

Los remedios adecuados no deberían causar reacciones serias ni ser dolorosos o desagradables para tomar. Su efecto tendría que ser suave, sutil, y seguro, curando la mente y el cuerpo. (Berraz, 2000)

3.5 La terapia floral y las enfermedades Físicas.

Las enfermedades físicas son el lenguaje del cuerpo ante las diversas situaciones en las que se encuentra el ser humano, El cuerpo habla por medio de las emociones, si estas son calladas o ignoradas se comunica por medio de las enfermedades. Por lo tanto la terapia Floral a través de el equilibrio emocional ayuda a que el cuerpo ser escuchado y las enfermedades Físicas disminuyan y/o desaparezcan

La suave terapia floral ayuda a impedir la aparición de las enfermedades orgánicas, cuando el caso se halla en estado funcional que con tanta frecuencia precede a las enfermedades agudas o crónicas.

La terapia floral en caso de enfermedades, físicas o consecuencias de una enfermedad como puede ser una deformación ósea que produce la artritis reumática en estados avanzados, entre otras, no se revierte el caso, pero sí a través de la terapia puede encontrarse un estímulo, un alivio, en la medida que se restablezca el estado emocional y psicológico para seguir sintiendo que la vida toma un nuevo significado. (Fernández, 1999)

3.6 La terapia floral y los problemas psicosomáticos.

Las flores escogidas por Bach son capaces de alcanzar la profundidad psicosomática que esta conectada en el sistema nervioso. Puede llevar “información” a regiones situadas profundamente por debajo de la superficie de la conciencia y estimular cambios constitucionales de vibraciones (Scheffer, 1994)

La terapia floral adquirió la notoriedad mundial con que goza hoy en día, a partir de su fusión con el paradigma holístico en 1997, año en que, por primera vez en la historia moderna, más pacientes visitaron a los terapeutas alternativos. De esta fusión con el modelo holístico surgió el concepto moderno de Terapia Floral Holística, dentro del cual las esencias ya no se utilizan para “curar” las enfermedades sino para “mejorar la calidad de vida” por lo tanto dejó de ser vista como intrusa en el área de competencia con la Psicología y la medicina. (Ambientico, 2002)

La terapia floral del Dr. Bach fue aprobada por la Organización Mundial de la Salud y el Departamento de los Estados Unidos en 1976 bajo la nomenclatura de Cuarta Terapia Alternativa de Salud de Flores de Bach, y recomendada para estabilizar el crecimiento pleno y el desarrollo armónico de los seres vivos: el hombre, plantas y animales (Pastori, 1992)

3.6.1 Algunos casos que se puede ingerir la terapia floral.

- Cuando las molestias del paciente se correlacionan a todas luces con un cambio negativo de su situación existencial, por ejemplo, un despido, una crisis de pareja, una suspensión escolar, muerte del cónyuge etc.
- Cuando el Síntoma psíquico aparece en primer plano sin ser el paciente un “caso” que necesite un tratamiento psicoterapéutico, por ejemplo, en los malhumores anímicos en jóvenes, las crisis meridianas, síntomas de aislamiento en personas mayores, en angustias y fobias.
- En trastornos multifactoriales, como los del sueño, el ritmo cardíaco, etc.
- Tras agotar todas las posibilidades terapéuticas convencionales, existen unos resultados insatisfactorios del tratamiento, ejemplo, resfriados crónicos.
- Cuando se sabe que detrás de la infección se halla un problema psíquico serio.

3.7 Beneficios en Terapia para integrar las Flores de Bach.

- Estado de ánimo básico de los pacientes cambia a ser positivo.
- Los pacientes dicen sentirse personalmente mejor que con medicina alopática.
- El paciente se anima a colaborar; al hacerlo “pierde” un síntoma y desarrolla nuevas posibilidades.
- El paciente crónico aprende a tratar su afección de modo constructivo.
- Puede aplicarse esta terapia junto con todas las formas de terapia.

3.8 Las flores de Bach y en que consiste la terapia.

Treinta y ocho son las esencias, de las cuales:

- ✓ Treinta y cuatro están compuestas por flores silvestres.

- ✓ Tres son cultivadas por la mano del hombre.
- ✓ Una es agua de manantial, que posee propiedades curativas.
- ✓ Una de rescate (Rescue Remedy), que esta compuesta por cinco esencias que corresponden a cuatro de los siete grupos y constituye en sí misma una restauradora del sistema energético ante urgencias o crisis.

El Dr. Bach agrupa las diversas emociones que Provocan el desequilibrio emocional del ser humano el cual si no se atiende de manera adecuada puede provocar diversas enfermedades, o un estancamiento en el desarrollo emocional del paciente.

LOS SIETE GRUPOS EMOCIONALES DEL DR. BACH

1. Para los que sienten temor.
2. Sufren de incertidumbre.
3. No tienen interés en el presente.
4. Soledad.
5. Hipersensibilidad
6. Abatidos.
7. Sufren.

3.9 Como funcionan y actúa la terapia floral en las emociones.

La terapia floral es un sistema de curación que considera que en la raíz de la enfermedad hay un desequilibrio psicoafectivo; éste es el verdadero causante del padecimiento físico. Por lo tanto, lo importante a efectos de determinar qué esencias hay que tomar será explorar el mundo emocional del sujeto. Observemos si hay miedo, tristeza, abatimiento, ira, desesperación, agotamiento, indecisión, etc. Y daremos las esencias que ayudan a desarrollar las virtudes opuestas a los males productores de la dolencia. Según el Dr. Bach, restableciendo la armonía psíquica y emocional contribuiremos a sanar nuestro cuerpo.

Para dar un diagnostico observe también la actitud general de la persona a quien quiere ayudar, su gestualidad postura corporal, tono de voz y riqueza o pobreza expresiva. Esto dará una idea de su perfil emocional y su estado transitorio. (Scheffer, 1992)

Equilibran los estados emocionales en adultos, mujeres embarazadas e incluso animales y plantas.

Cada elixir floral es portador de una cualidad terapéutica específica, según la estructura vibratoria de la variedad floral y se corresponde con determinados rasgos de personalidad, actitud y emociones del ser humano. Cuando tomamos este tipo de preparados, la esencia vital de la planta, condensada en su flor y transmitida a los elixires florales, entra en resonancia con la nuestra e induce el proceso curativo. No opera por medio de la acción bioquímica, son remedios vibracionales, es decir, patrones de energía vital que, al entrar en contacto con cualquier ser viviente, penetran por sus meridianos energéticos y transforman la falta de armonía en un flujo firme y parejo de energía. Después de un tiempo tomando los elixires florales, el cual dependerá de aquello que deseamos moderar, se pone en evidencia diversos cambios emocionales muy importantes. El sujeto ve ampliarse el campo de sus posibilidades,

no sólo en el área de las relaciones afectivas, sino en su actitud electiva, intelectual, materializadora.

Desde el punto de vista del encuadre terapéutico-emocional y para actuar sobre los cuerpos sutiles (emociones), Debemos administrar energía que tenga una vibración de alta frecuencia, por encima del plano físico. Las “medicinas” vibracionales contienen esa energía sutil de alta frecuencia.

Son generalmente esencias o tinturas cargadas con una determinada frecuencia de energía sutil.

El sistema Bach aumenta la resistencia de los pacientes, creando armonía interna y la amplificación de los sistemas de alta energía.

Por su frecuencia vibracional, no tiene efecto alguno sobre los sistemas celulares del cuerpo físicos, que atiende la medicina tradicional.

El agente que colabora en la transferencia de la fuerza vital etérea de la flor al agua, a modo de vehículo transportador para que podamos acceder al beneficio de la esencia, ingiriéndola, es el sol. (Pastori, 1992)

Ya es posible demostrar la eficacia terapéutica de las esencias florales. Puede lograrse por medio de la fotografía Kirlian; por el sistema de fotografía instantánea de alta frecuencia de Hans Seidl, que facilita la verificación al instante de la acción de las esencias sobre los cuerpos sutiles del enfermo; y por uno de los métodos más espectaculares: el microscopio de campo oscuro, que permite fotografiar es estado de la sangre antes y después de beber esencias florales. Es inexplicable cómo la comprobación rigurosa de la efectividad terapéutica de las esencias florales ha sido ignorada por la medicina oficial.

3.10 Fundamentos de la terapia floral.

Para finalizar este capítulo haremos referencia a lo que Franco (2001), hace referencia como los fundamentos de la terapia floral creada por Bach:

1. El ser humano es una unidad psicofísica y espiritual, cuyo estado de armonía consigo mismo y con el mundo que lo rodea, constituye la salud. De los aspectos que conforman la unidad, el espiritual es el más importante.
2. En su evolución individual, cada ser humano comienza por una primer etapa en la cual lo único importante es satisfacer las necesidades y deseos básicos: comida, calor, protección, descanso y comodidad.
3. En una posterior etapa surge el deseo de poder; aquí cada cual se encuentra centrado en sí mismo tratando de obtener el propio beneficio y la realización de ambiciones materiales bajo el dominio absoluto del Yo.
4. Le sigue una etapa mas: la más difícil y crucial. En ella nace el deseo de amar y de servir a los demás, deseos que surgen del alma. Y es aquí donde se instaura el conflicto entre las tendencias egoístas y las altruistas.

5. Por lo tanto la enfermedad surge cuando “la personalidad se niega a seguir los dictados del Alma”, desarrollando defectos tales como el orgullo, el miedo, la crueldad, el odio, la ignorancia, la inestabilidad, etc. A estos defectos Bach los llama errores. Los mismos pueden ser de dos clases: los errores por compromiso, y aquellos por omisión. Los primeros surgen de cometer concretamente una falta, por ejemplo, ser cruel con alguien; los segundos, cuando sin llegar a cometer una falla concreta, no se lleva a cabo una actitud positiva; por ejemplo, cuando pudiéndose haber ayudado a alguien, no se lo ha hecho, o cuando pudiéndose haber dicho la verdad, se ha preferido callar. Los errores por omisión, constituyen las causas de las enfermedades en su forma latente mientras que los errores por comisión, desarrollan la enfermedad manifiesta.
6. La enfermedad como “*Pathos*” (sufrimiento), constituye el modo en que se tiene oportunidad de tomar conciencia del error. Constituye una lección, se elimina el error, y ya no hay más razón para el sufrimiento.

De lo anterior, Bach (1931) propone el principio de que “lo semejante rechaza lo semejante” entendiéndolo por tal precisamente que la enfermedad, como *lección*, rechazada a aquellas tendencias negativas que ha entrado en conflicto con el Alma, y se ha convertido en causa de la enfermedad. Dicho de otro modo: la enfermedad, siendo semejante al error, lo rechaza.

7. El criterio terapéutico de Bach, es “tratar causas, y no los efectos”. La enfermedad por lo tanto, corresponde a un proceso profundo, que si bien se manifiesta a través de síntomas y signos, no puede ser tratada a partir de estos últimos, ya que son el resultado final de dicho proceso. El principio curativo establecido por Bach es “la virtud opuesta cura la falla”.
8. El modo de implementar tal principio terapéutico es a través de remedios que posean el poder de estimular el desarrollo de una virtud, en vez de utilizarla aquellos que sólo poseen la propiedad de resistir al mal.
9. Según Bach, la tarea terapéutica debe perseguir dos grandes objetivos: el primero será ayudar al paciente a conocerse a sí mismo, mostrándole los errores fundamentales que está cometiendo, las deficiencias de su carácter que debería remediar y los defectos de su naturaleza que debería erradicar y reemplazar por las correspondientes virtudes. Tal médico ***Debería ser un estudioso de la naturaleza humana*** de modo que podemos reconocer las causas de la enfermedad, es decir, los elementos que provoquen el conflicto entre el alma y la personalidad. Sólo aquellos que hayan sido capaces de dedicar sus vidas a tal conocimiento, podrán llevar a cabo la obra.

3.11 Los 7 Estados Emocionales Básicos de Bach

El Dr. Edward Bach (1931), clasificó las Flores, además, en 7 grupos, cada uno de los cuales se refiere a un estado emocional característico, comprendiendo cada grupo tantas flores como variantes pueda presentar dicho estado emocional.

1.-Para los que sienten temor:

Rock Rose
Mimulus
Cherry Plum
Aspen
Red chestnut

2.- Estado de indecisión e inseguridad:

Cerato
Scleranthus
Gentian
Gorse
Hornbeam
Wild oat

3.- No hay interés en el presente:

Clematis
Honeysuckle
Wild Rose
Olive
White chestnut
Mustard
Chestnut bud

4.- Para la soledad:

Water violet
Impatiens
Heather

5.- Hipersensibilidad a ideas influenciadas:

Agrimony
Centaury
Walnut
Holly

6.- Desaliento y desesperación:

Larch
Pine
Elm
Sweet chestnut
Star of bethlehem
Willow
Oak

Crab Apple

7.- *Preocupación por bienestar ajeno:*

Chicory
Vervain
Beech
Vine
Rock water

3.1.1.1 Subdivisión de las emociones.

A continuación se presentan la manera de describir como cada una de las flores pueden ayudar y en que casos mas específicos y algunas acciones o actitudes que el paciente puede presentar:

MIEDOS-TEMOR

Rock Rose: Temor muy intenso, rayando en el terror o pánico. Proviene del exterior.

Mimulus: Miedos claramente definidos y comunicados. Timidez. Miedo inhibición.

Cherry Plum: Temor a que los conflictos le hagan perder el control.

Aspen: Miedos vagos e indefinidos por eso es difícil de comunicar. Aprensión, premoniciones y presagios.

Larch: Inseguridad, minusvalía, “no voy a poder”

Crab Apple: Vergüenza

Gentian: Me falta empuje o energía para seguir adelante “no me animo”.

INDESICION E INSEGURIDAD

Cerato: Duda de sí mismo y pregunta a todo el mundo.

Puede tomar decisiones, pero luego no confía en ellas y busca respaldo
En otros por eso demora la acción.

Scleranthus: Duda entre dos opciones. No consulta

No actua por indecisión entre dos posibilidades.

Larch: Inseguro de su mismo valer, no de ideas. Por eso no se anima.

Falta de confianza en su habilidad para hacer cosas.

Espera el fracaso, por lo tanto ni lo intenta.

Centaury: Actúa según ideas de otro, no por duda, sino por sometimiento y necesidad de ser aceptado.

FALTA DE INTERES EN EL PRESENTE

Clematis: Escapa del presente a una vida de fantasía. Ensueños
Respecto del futuro. Pone alerta con los pies en la tierra.

Honeysuckle: Atrapado en el pasado, no espera nada positivo ni del presente ni del futuro.
Quiere volver el pasado porque piensa que es mejor.
Desea vivir en el pasado, extraña, siente nostalgia.
Esclavo del pasado por vivencias desagradables.

White Chestnut: Quiere volver una y otra vez al pasado y rectificarlo.

Chestnut Bud: Olvida el pasado
Ayuda a hacer aprender de los errores y experiencias.

Walnut: Necesita romper con rutinas pasadas y le cuesta trabajo acostumbrarse
A nuevas condiciones de vida.

FACILMENTE INFLUENCIABLES

Centaury: Fácilmente influido porque su voluntad es débil

Walnut: Indeciso por aumento de la sensibilidad e insensibilidad durante
fases importantes en la vida.

Cerato: Fácilmente influido porque no confía en su propio juicio.

Scleranthus: Fácilmente influido porque no enfoca el problema,
es jaloneado hacia un lado y otro por su propia indecisión.

Wild Oat: Indeciso por no tener bien definidas sus ambiciones.

Clematis: Indeciso porque habita en un mundo de sueños y fantasías.

Honeysuckle: Indeciso e influenciado porque esta con la mente puesta en el pasado.

DESESPERANZA, RESIGNACIÓN, POCA PARTICIPACION

Wild Rose: Está apático. Ya no prueba nada nuevo. Pereza.
 Acepta su destino. Ve televisión en exceso.
 Ha renunciado interiormente en parte o por completo.
 Apático, sin ambición.

Gorse: Desesperanzado. Sin ganas de nada.

Sweet Chestnut: Cree haber alcanzado los límites de aguante, ahí es donde aparece
 La resignación, sin embargo no renuncia.

Clematis: No es apático pero lo parece, es soñador y se nutre de sus fantasías
 Escapando de la realidad. No le es fácil tener los pies en la tierra.

PENSAMIENTOS QUE IMPEDEN DESCASAR

White Chestnut: No puede parar sus pensamientos.
 Constantes pensamientos le rodean la cabeza.
 Prisionero de sus propios pensamientos.

Vervain: Al acostarse piensa siempre como planificar su próximo día.
 Sufre de insomnio.

Hornbeam: Mentalmente sobrecargado. Predomina el cansancio,
 trata de resistir.

Scleranthus: Mentalmente vacila entre dos opciones. Termina agotándolo.

Crab Apple: Despeja la mente y la conciencia.

DISTRACCION

White Chestnut: Distráido por estar torturado con hiperactividad de la ideación.

Clematis: Distráido con sueño. No se tortura. Cuando trabaja no piensa.

SOLEDAD

Water Violet e Impatiens: (juntos) Eligen estar solos.

Heather: Los demás lo dejan solo y no lo soporta.

DEPRESION

Mustard: Depresión profunda que puede ir acompañada de desesperación.
 Ignora los motivos.

Gorse: Desesperanza. Carga emocional.

Scleranthus: Alternancia entre la depresión y la euforia.

Gentian: Depresión por un motivo conocido.

Star of Bethlehem: Depresión por duelo, por una pérdida afectiva importante y real.

Chicory: Depresión por falta de la respuesta esperada de la persona amada.

Vervain: Depresión por fracaso en algún proyecto.

Sweet Chestnut: Desesperación angustia, estado de emergencia.

Suele durar poco tiempo por que es un estado insoportable.

NEGACION Y REPETICION

Agrimony: Para los que niegan todo.

Chestnut Bud: Para los que no ven las perspectivas que la vida ofrece.

FRENTE A LA ADVERSIDAD

Oak: Para los que ya no quieren luchar por sus metas porque creen que todo es un gran problema y deciden ya no luchar.

Agrimony: No tiene carácter ni fuerza para luchar, se rinde ante lo que todavía no a pasado.

CANSANCIO

Horbeam: Cansancio mental. En la mañana siente que no va a poder con el día.
Le cuesta comenzar pero al final lo realiza.

Olive: Mente y cuerpo exhaustos. Cansado por sufrimiento.
Da vitalidad.

Oak: Cansado por auto exigencia.

Vervain: Cansado por hiperactividad.

CANSANCIO REFLEJADO EN EL HACER

Horbeam: Hace aunque este cansado. Monotonía mental.

Olive: No hace porque no tiene ni fuerzas ni energía. Exhausto.

Elm: Hace pero se siente abrumado. Nunca sabe por donde empezar.

Hace salir del estado de abrumamiento.

CANSANCIO REFLEJADO EN EL TRABAJO

Elm: El trabajo es tomado como vocación. El estado de agobio es temporal.

Oak: El trabajo es visto como un deber, como un compromiso. Nunca renuncia.

Gorse: Renuncia cuando ve dificultades.

TENSION

Impatiens: Tensión interna por que las cosas no se mueven con la suficiente rapidez.
Muy inquieto a nivel muscular, físico, en todo el cuerpo.

Vervain: Tensión interna debido a excesivo entusiasmo e ideación.
Siempre intenta alentar. Inquietud mental.

RIGIDEZ

Vervain: Rigidez de ideas. Intenta convencer a otros.

Vine: Rigidez por autoritarismo, desea dominar.

Rock Water: Se auto impone, renuncia.

Beech: No entiende que otros sean distintos. Esta atado a normas muy estrictas.
Exagera en el orden.

AMOR

Holly: Se refiere al amor universal. Sentimiento profundo relacionado no solo con personas sino también con ideas.

Chicory: Se refiere al dar y recibir. Predomina una actitud positiva hacia los demás.
Demanda a otros.

ODIO

Holly: Odio y desconfianza, sentidos y expresados inmediatamente.

Willow: Sentimientos encerrados Amargura, sentimiento de ser víctima.
Lleva el enojo bullendo dentro de sí.

ENOJO

Holly: Enojo con los demás.

Crab apple: Enojo consigo mismo.

Vervain: Enojo por frustración.

Vine: Enojo con agresión.

Beech: Enojo con intolerancia.

Impatiens: Enojo con impaciencia e irritabilidad.

DOMINIO

Vervain: Quiere entusiasmar a otros con sus ideas, y en su excesivo entusiasmo presiona demasiado. Intenta convencer. Apego a ideas no a personas. Ideas fijas que dominan su mente. Habla mucho. Tensión e hiperactividad. Empuja a los demás.

Vine: Dominio por necesidad de poder. De carácter fuerte, cree saber lo que es conveniente para los demás. Dicta la ley para que otros obedezcan. Quiere que las cosas se hagan a su manera.

No le importa que el otro piense o no como ellos. Omnipotencia.

Chicory: Dominio por la necesidad de ser querido. Elección discriminatoria de sus Amistades.

Heather: Apego excesivo a cualquier persona que le preste algo de atención.

POSESIVIDAD

Chicory: Se agarra a las relaciones. Da para recibir. Siempre se siente víctima.

Heather: Se agarra de los que están a su alrededor para tener a alguien que le devuelva su

Imagen. No da nada. Es como un niño necesitado.

IMPACIENCIA

Chestnut Bud: Impaciencia en lo mental: Salta de una cosa a otra.

Impatiens: Impaciencia en el cuerpo. Presiona a los demás.

Vervain: No es impaciente solo es hiperactivo.

IRRITABILIDAD E INTOLERANCIA

Beech: Juzga a los demás según sus propias posibilidades sin fijarse en las de los otros. Solo ve lo malo de los otros. Intolerante.

Impatiens: Tan rápido en pensamiento y acción que se impacienta y se irrita con los demás por que son más lentos. Se irrita con rapidez y también se le pasa rápidamente.
Impaciente pero no tolerante o crítico.

ARROGANCIA

Vine: Dominante, arrogante con fuerza. Manda a los demás.

Beech: Juzga y quiere tener la razón. Arrogante.

Rock Water: Se guarda las cosas. Parece arrogante, pero es orgulloso y posee un auto-control rígido. No se mete con nadie salvo que lo tomen como ejemplo.
Water Violet: Se vale del orgullo para permanecer aislado. Parece arrogante porque no , Quiere que se metan con él ni él con los demás.

AUTOEXIGENCIA

Vervain: Quiere ser perfecto, es autoexigente, su poder esta en el hablar.

Oak: Quiere ser imprescindible. Autoexigente. Su poder esta en el hacer.

AUTOCRITICA

Crab Apple: Se condena porque se ve feo, gordo, tonto, con malos hábitos.
Quiere deshacerse de este pero solo se reprocha.

Pine: Se siente culpable no solo por los errores propios, sino también por los ajenos.
Se disculpa. Se siente poco valioso. Se aferra a su culpa.

SOBRE PROTECCION

Red Chestnut: Generoso en su preocupación que es solo sobre peligros que pudieran afectar a sus seres queridos. Es una flor que protege a otros de nuestra preocupación excesiva hacia ellos.

Chicory: Egoísta y posesivo en su preocupación por sus seres queridos.

Walnut: Es una flor que nos protege de las influencias y actitudes de otros.

3.12 Uso y dosificación de la Terapia Floral.

Esencias en un vaso de agua:

- 1.- Colocar dos gotas (cuatro en el caso de rescue remedy) de cada esencia concentrada que desee combinar en un vaso de agua.
- 2.- La combinación de esencias se puede tomarse a sorbitos en diversas ocasiones a lo largo del día. Es necesario tener el vaso cubierto para mantenerlo protegido.
- 3.- Esta mezcla puede prepararse nuevamente de uno a tres días.

Preparación en un frasco de dilución:

Esta es la forma más habitual de uso, y este preparado es el que normalmente que proporciona el terapeuta floral.

- 1.-Llenar un frasquito gotero de vidrio color ambar de 30ml hasta casi llenarlo de agua de manantial u otro tipo de agua fresca mineral (sin gas y sin destilación).
- 2.-Agregar una pequeña cantidad de brandy (1/8 a 1/4 del frasco aproximadamente) como conservante. Puede agregarse más brandy si el frasco de diluido está destinado a durar varios meses o a sufrir exposición a temperaturas altas.
- 3.-A la mezcla de agua y brandy, agregar de dos a cuatro gotas del frasco del concentrado de cada una de las esencias florales seleccionadas para la combinación.
- 4.-Colorar cuatro gotas bajo la lengua o en un poco de agua: este diluido generalmente se dosifica en cuatro tomas diarias de cuatro gotas cada una. Un frasquito de diluido de 30 ml. dura de tres a cuatro semanas.
- 5.-El contenido del frasco de diluido puede llevarse a un nivel mayor de dilución si se desea atenuar el sabor del brandy. Para ello, se colocan cuatro gotas en medio vaso de agua.
- 6.-se recomiendo el uso de frascos y goteo de vidrio, ya que el plástico puede afectar en forma adversa las cualidades de estos remedios. Es mejor utilizar frascos nuevos para cada nueva combinación de esencias para asegurar la limpieza y claridad de los patrones vibracionales. Solo se colocaran dos gotas de esencia ya que esta comprobado que si se añaden más gotas el resultado es el mismo.

Uso en un pulverizador:

- 1.-Prepararlo como si se tratase de un frasco de diluido.
- 2.-En lugar de ingerir el remedio, pulverizar la mezcla sobre el cuerpo y/o el ambiente

Uso en el baño:

- 1.- Agregar alrededor de unas 20 gotas del concentrado de cada esencia en una bañera de tamaño normal con agua tibia.
- 2.-Sumergirse en esta solución aproximadamente unos 20 minutos. Secarse con golpecitos suaves sobre la piel y luego descansar o irse a dormir para continuar absorbiendo las cualidades sutiles de las esencias.

- 1.-Agregar de 1 a 10 gotas del concentrado de cada esencia seleccionada por cada 30gramos de crema, aceite o loción.
- 2.-Usar en forma diaria ya sea en exclusiva o como suplemento de la administración oral.
- 3.-Las gotas de esencia también pueden usarse directamente sobre el cuerpo conjuntamente con tratamientos de masaje, digitopuntura, etc.

Frecuencia y ritmos de la dosis:

La potencia no se incrementa por tomar más gotas por dosis, sino por una administración más frecuente y consistente. En la mayoría de los casos, las esencias se deberían tomar de cuatro a seis veces al día, aun cuando esta frecuencia puede incrementar en los casos más agudos o de emergencia a una toma cada hora o a una frecuencia aún mayor, cada 10 a 15 minutos. Por otra parte los niños y/o personas muy sensibles pueden requerir disminuir la frecuencia de las dosis a una o dos veces al día.

Aunque las esencias pueden utilizarse durante periodos cortos en casos agudos, su uso ideal es a largo plazo para obtener un camino estable y profundo a nivel mental y emocional. En este nivel, el ciclo más común para el uso de una esencia es de cuatro semanas a un mes, un intervalo temporal que se correlaciona poderosamente con la parte emocional. Periodos de 7 a 14 días puede resultar significativo también en el proceso de crecimiento. Para cambios particularmente profundos puede necesitarse varios ciclos de un mes. Sin embargo, en la mayoría de los casos, podrán advertirse cambios en aproximadamente un mes o antes. Después de este intervalo suele convenir reformular o reevaluar la combinación de esencias florales. Es recomendable continuar el uso de una formula con una o dos de las esencias principales del primer frasco aunque ya existan cambios.

Uso en personas sensibles al alcohol:

Muchos alcohólicos en proceso de recuperación y otras personas sensibles al alcohol han obtenido grandes beneficios por es uso la terapia floral. Aun cuando los remedios florales utilizan coñac como conservante a nivel del concentrado, se ha obtenido resultados al diluir las esencias al nivel del frasco sin utilizar alcohol. Los métodos de dilución aseguran que el alcohol ingerido resulte insignificante tanto química como fisiológicamente aproximadamente una parte en 600 cuando se diluye en un frasco de diluido de 30 ml, o una parte en 4.800 en un vaso de agua de 240 ml. Pueden usarse de las siguientes maneras:

- 1.-Usar de dos a cuatro gotas del concentrado en un vaso grande de agua o jugo de frutas, remover y tomar sorbitos.
- 2.-Preparar las esencias en un frasco diluido, pero usar $\frac{1}{4}$ a $\frac{1}{2}$ f del frasco Vinagre de sidra, de manzana o vinagre de miel como conservante en lugar de brandy.
- 3.-Preparar las esencias en un frasquito del diluido, llenado de $\frac{1}{3}$ a $\frac{1}{2}$ del frasco de glicerina vegetal, que es derivado del aceite de coco.
- 4.-Se puede prescindir del conservante si el frasco se guarda en el refrigerador o se utiliza por un periodo corto (máximo una semana).

Las flores carecen de efectos secundarios, no interfieren con otras medicinas ni provocan efectos de dependencia y mucho menos intoxicación por sobredosis.

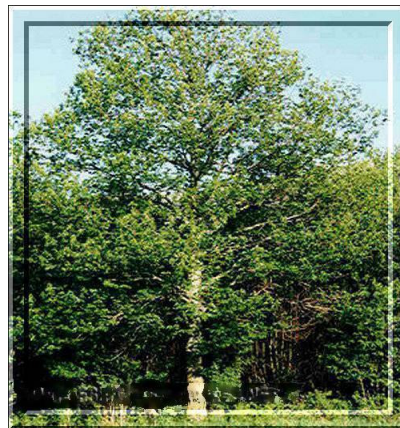
También no existe un tiempo definido para su utilización, ya que dependerá de cada persona, de su grado de sensibilidad, del tiempo que arrastra el problema, y del problema en sí mismo, aunque por regla general en no más de un mes se empiezan a ver resultados.

3.13 Las flores de Bach y sus beneficios psicológicos y físicos.

A continuación se describen las 38 Flores del Dr. Bach, se describen los puntos emocionales y físicos en los que ayuda la flor, también se describen algunos aspectos verbales que el paciente puede presentar, y por último los beneficios que trae el ingerir esta flor.

AGRIMONY

(Agrimonia)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✠ Cuando tiene problemas y esto lo lleva a comer en exceso, tomar bebidas alcohólicas, o alguna otra cosa que lo haga sentir mejor.
- ✠ Pensamientos torturantes que inquietan internamente y son disfrazados por una fachada de alegría.
- ✠ Cuando intenta convencerse de que es feliz, cuando no lo es.
- ✠ Le importa mucho causar buena impresión, sin causa alguna.
- ✠ Ansiedad de tipo oral.

- ✘ Despilfarra grandes cantidades de energía manteniendo la apariencia.
- ✘ En niños alegres y sociables que se marchan llorando amargamente y sus lagrimas tardan muy poco.
- ✘ Niños tristes y solos.
- ✘ Problemas de memoria.
- ✘ No son gentes sinceras.
- ✘ Trastornos del sueño.
- ✘ Problema de relaciones sociales.

ASPECTO FISICO:

- ✘ Presentan respiros con muchos suspiros.
- ✘ En cuadros de asma por la tortura de no poder respirar.
- ✘ Problemas con el baso o con el páncreas.
- ✘ Problemas de peso.
- ✘ Inflamación y problemas de Hígado.
- ✘ Problemas de estreñimiento e intestino grueso.
- ✘ Enfermedades dentales.
- ✘ Epilepsia.
- ✘ Reuma y lumbalgia.
- ✘ Enfermedades respiratorias.
- ✘ Problemas de sordera.

VERBALIZACIONES

- ◆ Prefiero renunciar a lo que siento con tal de evitar problemas y peleas, no me gustan los problemas.
- ◆ Me cuesta pedir porque es reconocer que algo me falta, y no quiero que la gente lo note.
- ◆ Cuando estoy frente a situaciones difíciles busco distraerme en cualquier cosa, para no enfrentarme al problema.

- ◆ Soy una persona que ríe por fuera y llora por dentro, no le cuento a nadie mi sentir.
- ◆ No me gusta hablar de mi mismo, de todas maneras no me pasa gran cosa.
- ◆ Llorar me cuesta mucho por más angustia que sienta, no puedo ni quiero llorar, no vale la pena.

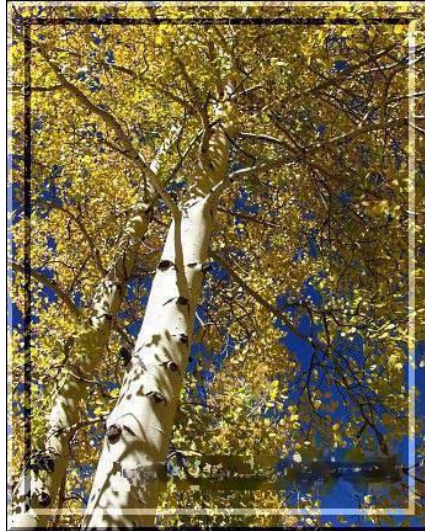
ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Será capaz de integrar aspectos negativos sin ignorarlos o negarlos.
- Suele dar a sus percepciones la importancia justa, sin sobre valorarlas ni desvalorizarlas.
- Ayuda a comunicarnos con los demás. Comparte sus problemas y la angustia cesa.
- Dará discernimiento, objetividad, integridad sin suprimir experiencias o sentimientos.
- Aparece un sentimiento con uno mismo, destapa los conflictos y desaparece la adicción oral.

Por lo tanto Agrimony es un remedio para las personas que ocultan las preocupaciones, la aflicción y el dolor tras una máscara de alegría superficial, cuando la alegría de vivir está envenenada por el sufrimiento y el desasosiego interior, es decir en un plano espiritual, no material, la esencia tendrá efectos armonizadores y desintoxicantes, contribuyendo a que la persona pueda volver a ser “jovial”. Puede complementarse con Gentian, Crab Apple, Mimulus, Rock Rose.

ASPEN

(Álamo Temblón)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Tienen miedo de noche, con la luz apagada, sin saber realmente porque.
- ✘ Miedo a algo desconocido.
- ✘ Personas muy sensitivas.
- ✘ Ataques de ansiedad estando solos o acompañados.
- ✘ Alcohólicos que sufren alucinaciones.
- ✘ Personas con ideas obsesivas.
- ✘ Personas con temores religiosos muy exagerados.
- ✘ Niños con miedo a fantasías, ladrones o malos espíritus.
- ✘ Niños que no quieren dormir solos.
- ✘ Niños golpeados.

ASPECTO FISICO

- ☒ Para mujeres violadas o maltratadas.
- ☒ Le sudan las manos.
- ☒ Atrofia en el sistema nervioso.
- ☒ Cansancio por insomnio.
- ☒ Trastornos hormonales.
- ☒ Insuficiencia cardiaca.
- ☒ Enfermedades respiratorias.

VERBALIZACIONES

- ◆ Siento miedo empiezo a transpirar pero no conozco el motivo de por que transpiro tanto, si no es para tanto.
- ◆ Tengo la sensación de no poder usar mi voluntad, de que hay algo que me lo impide, pero no sé que es.
- ◆ Tengo la sensación de que algo terrible va a pasar en cualquier momento y eso me da miedo.
- ◆ En casas ajenas no puedo soportar el ambiente, no me siento bien y quiero salir.
- ◆ No puedo dejar de pensar que este color me trajo mala suerte, y siento que lo sigue haciendo, por eso me va mal.
- ◆ Percibo situaciones o eventos futuros.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

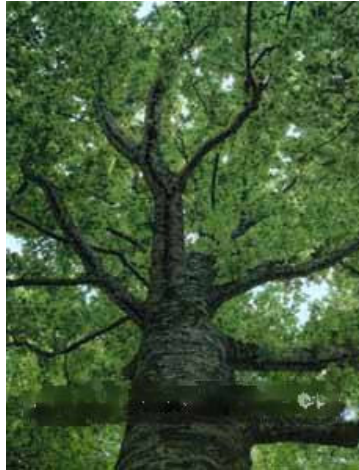
- ☐ Supera cualquier miedo.
- ☐ Surge la alegría de vivir y que va más allá de la inquietud.
- ☐ Evalúa de forma realista sus capacidades sensitivas y aprovecha al máximo su sensibilidad.
- ☐ Ya no hay miedos nocturnos.

Aspen es un remedio para las personas que experimentan temores vagos e inexplicables y presentimientos infundados. Frecuentemente se trata de personas que reaccionan según el entorno donde se encuentren. Esta esencia folral convertirá actitudes positivas frente a circunstancias no existentes, y la comprensión del mundo que se vive en el momento.

Se puede complementar el tratamiento con Rock Rose, Mimulus, Cherry Plum, Larch, Crab Apple, Gentian.

BEECH

(Haya)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Le resulta difícil tolerar a la gente con menores habilidades.
- ✘ Persona que ante los demás es muy crítico.
- ✘ Se esclaviza en exceso a normas, ordenes y horarios hasta llegar a un punto extremo.
- ✘ No acepta diferencias entre personas.
- ✘ Para arrogantes, intolerantes, severos, rígidos, incomprensivos y exigentes.
- ✘ Conducta crítica con deseos de perfección.
- ✘ Gente paciente que hierven de irritación por dentro.
- ✘ Intolerantes al ruido.

ASPECTO FISICO

- ☒ Duerme con los dientes apretados, tensión en la mandíbula.
- ☒ Para los que aprietan los puños sin darse cuenta.
- ☒ Aprieta los dientes al reír.
- ☒ Personas con alergias.
- ☒ Nuerodermatitis.

VERBALIZACIONES

- ☐ Veo el error de otros muy fácilmente pero en mi no los veo.
- ◆ Si quiero es porque puedo y si no puedo es porque no quiero.
- ◆ No soporto el desorden ni un minuto, me altera fácilmente.
- ◆ Cuando voy al super o al mercado me gusta acomodar las latas con las etiquetas al frente, no se porque la gente no tiene orden en su trabajo.
- ◆ No soporto a la persona que habla sin pensar, no las soporto.
- ◆ Hay que enfrentarse a las cosas como son aunque duela.
- ◆ Veo el lado malo de las cosas, las debilidades de los demás, pero yo tengo razón.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- ☐ Sus emociones están en equilibrio, son tolerantes, comprensivos.
- ☐ Ven lo bueno de las cosas y también de las personas.
- ☐ Son benévolos, con buen criterio.
- ☐ Tienen una gran agudeza mental, y se expresan concienzudamente.

El remedio que proporciona Beech a la personalidad es, el impulso necesario para transformar la tendencia a criticar, la arrogancia, la intolerancia, y los convierte en un estado positivo, de modo que los pensamientos, los sentimientos, y las acciones estén regidos por tolerancia y comprensión.

El tratamiento puede complementarse con Vervain, Vine, Rock Water, Holly.

CENTAURY

(Centaura)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✠ Personas que les cuesta decir "No".
- ✠ Para los que buscan alguien fuerte, no importa que ellos se sometan.
- ✠ Personas muy influenciables, hipersensibles y apegados a normas,
- ✠ Inseguros, lastimados, y para los que desconciertan muy fácilmente.
- ✠ Están sometidos a emociones que no los deja sentir ni pensar.
- ✠ Niños que son sometidos por otros en la escuela.
- ✠ Débiles en cuanto a las limitaciones de su personalidad.
- ✠ Personas que somatizan las enfermedades, no pueden decir "No" a La enfermedad.

ASPECTO FISICO

- ☒ Cansancio físico, sin energías.
- ☒ Posturas y problemas de columna.
- ☒ Problemas de fijación de calcio, osteoporosis.

VERBALIZACIONES

- ◆ Sus deseos son ordenes, lo que me diga lo hago.
- ◆ Me dicen que soy demasiado bueno y no les creo.
- ◆ Me convencen con facilidad, aunque no quiera verdaderamente, eso siempre me pasa.
- ◆ No tengo tiempo para mí porque tengo que terminar el trabajo de mis Compañeros y no les puedo decir que no a lo que me piden.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Capaz de reconocer sus propias necesidades.
- Te da gran capacidad de servicio y se inclina a las buenas causas.
- Gran capacidad de dar.
- Se vuelve tranquilo y discretos.
- Poseen discernimiento entre lo positivo y lo negativo y sabe rechazar
Con solo decir “No”.

Esta esencia floral proporciona el equilibrio en el cuerpo y le otorga al hombre la fuerza, el valor o lo que se conoce como “agallas” para decir “no” en el momento oportuno.

El tratamiento se puede complementar con Walnut, Cerato, Scleranthus, Wild Oat, Clematis, Honeysuckle.

CERATO

(Ceratostigma)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Desconfía en su necesidad de juicio, sobre valora la de los demás.
- ✘ Cambia fácilmente su actitud frente a la vida.
- ✘ Pide consejos, después de recibirlos se siente indeciso y modifica su decisión según la última.
- ✘ Tiene inseguridad al nivel de las ideas y las revisa con respecto a otros.
- ✘ Baja autoestima.
- ✘ Cambios de ideas constantemente.
- ✘ Verborrágicos.
- ✘ Viste a la última moda e imita a la última persona con quien estuviste
- ✘ Es sugestionable, ingenuo, vacilante y cambiante.
- ✘ Acumula información pero no la procesa.
- ✘ Trastorno de aprendizaje.
- ✘ Psicosis.

✠ ASPECTO FISICO

- ✠ Atrofia del sistema nervioso.
- ✠ Sudoración en manos.
- ✠ Problemas de epilepsia por atrofia del sistema nervioso.

VERBALIZACIONES

- ◆ ¿Qué haría usted en mi lugar? Dígame...
- ◆ No se por cual decidirme todas tienen algo de verdad...Pero no puedo escoger
- ◆ No me siento íntimamente convencido y pregunto a los demás, para saber que mi pensamiento es el correcto.
- ◆ Me distraigo fácilmente y no se porque
- ◆ Me aterra que me pidan mi opinión, no se que decir, o si lo que digo esta bien.
- ◆ No puede ser tan simple...voy a preguntar otra vez.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

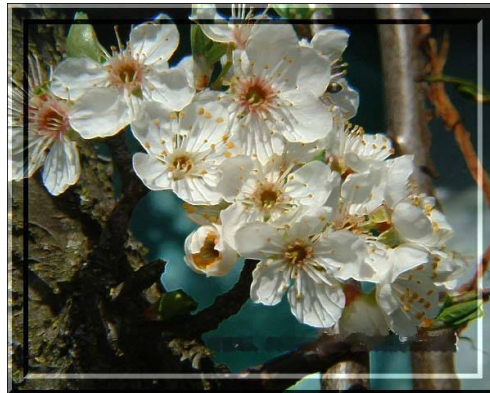
- Opiniones definidas y firmes.
- Decide confiar en su juicio.
- Ve la vida de manera positiva.
- Toma de decisiones con naturalidad.
- Esta menos disperso y más concentrado.
- Se permite analizar su experiencia y archivar la información obtenida.

Esta flor es recomendada para personas que no se fían de su propia intuición, aquellas que “dudan” de su capacidad para tomar decisiones y juicios, por lo tanto ayudará a “escuchar su voz interior”

Se complementa con Scleranthus, Larch, Centaury, Clematis, Walnut, Honeysuckle.

CHERRY PLUM

(Cerasifera)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Miedo a perder el control.
- ✘ Compulsivo o con impulsos de hacer cosas que saben que están mal
Y no puedes controlarlo.
- ✘ Temes hacerte daño.
- ✘ No controlas tu agresión hacia los demás.
- ✘ Te preocupa en exceso lo que se piense de ti.
- ✘ Tensión mental.
- ✘ Tienes miedo de dañarte físicamente.
- ✘ No piensa solo actua.
- ✘ Neurosis, cuadros depresivos.
- ✘ Verborragicos.
- ✘ Ataques súbitos de violencia o conducta irracional.

✘ Niños que hacen rabietas incontrolables.

✘ Niños caprichudos y enojones.

ASPECTO FISICO

✘ Mirada fija, ojos bien abiertos y pestañea poco por la tensión.

✘ Adicciones con compulsividad.

✘ Ataques de bulimia.

✘ Se come las uñas y no pueden controlarlo.

✘ Descontrol de esfínteres.

✘ Desaceleración del crecimiento del sistema nervioso.

✘ Cansancio por depresión.

VERBALIZACIONES

- ◆ En ocasiones siento volverme loco y perder el control de mí mismo y no se porque me pasa esto.
- ◆ Cuando estoy en una habitación no pierdo de vista a nadie, estoy atento a todos los movimientos de todos.
- ◆ No me doy cuenta de mis imprudencias, hasta que los demás me lo dicen.
- ◆ En la más leve discusión quiero enterrarle un cuchillo.
- ◆ Tengo la sensación de que una fuerza se ha apoderado de mi y me maneja.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Tomas conciencia de tu realidad interior.
- Maneja sus emociones con calma y soltura.
- Control de si mismo en todo momento.

Esta flor ayuda a las personas que tienen miedo de “flaquear” miedo a perder el control y enloquecer. Y se complementa el tratamiento con Cherry Plum, Aspen, Gentian.

CHESTNUT BUD

(Brote de castaño de Indias)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Personas superficiales.
- ✘ Gente acelerada y poco reflexiva.
- ✘ Niños con problemas de aprendizaje, en profundizar, no por distracción.
- ✘ Los que olvidan muy fácilmente las experiencias desagradables sin aprender de ellas.
- ✘ No aprenden de los errores.
- ✘ Mala memoria.
- ✘ Síntomas psicósomáticos después de situaciones crítica.

ASPECTO FISICO

- ✘ Problemas de colitis, Espasmos intestinales.
- ✘ Ulceras.
- ✘ Eyaculación precoz por una angustia encubierta.
- ✘ Diarreas de gran duración.
- ✘ Enfermedades físicas recurrentes sin saber la causa.

☒ Prediabeticos.

VERBALIZACIONES

- ◆ Me resulta difícil aprender cosas nuevas, no se como los demás si pueden y yo no.
- ◆ Siempre vuelvo a hacer el mismo error y no me doy cuenta.
- ◆ Compro siempre ropa del mismo color sin darme cuenta.
- ◆ No sé que pasa con las parejas que elijo pero siempre termino igual.
- ◆ No se que es lo que pasa con mi vida, no le encuentro sentido.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Es flexible con su mente y aprende de sus experiencias y la de los demás.
- Focaliza su atención en el presente.
- Tiene la virtud de capitalizar cada nueva experiencia.
- Aprende de lo que le pasa en la vida.
- Supera situaciones de la vida que antes le costaban trabajo sobrellevar.
- Asimila lo mejor de una experiencia desagradable.

Esta flor ayuda a las personas que tienen dificultades para relacionar sus ideas con la realidad externa, para los que siempre incurren en los mismos errores, y el tratamiento se complementa con Clematis, Honeysuckle, White Chestnut. También ayuda a los niños que tienen problemas de aprendizaje y se complementan con Olive.

CHICORY

(Achicoria)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Dependientes, preocupados.
- ✘ Buscan garantías afectivas.
- ✘ No olvidan ni perdonan.
- ✘ Someten a los demás y ellos se hacen las víctimas.
- ✘ Intentan suicidarse.
- ✘ Les cuesta desprenderse a las cosas materiales.
- ✘ Esperan mucho de los demás posesivos.
- ✘ Gente que critica y dirige todo.
- ✘ Manipulador posesivo.
- ✘ Demanda constantemente afecto, reconocimiento como afirmación de sus actos.
- ✘ Se ofenden con facilidad, para dominar a los demás.
- ✘ Niños que reclaman mucha atención, hijos únicos, chantajes afectivos.

- ☒ Celosos, aferrados.
- ☒ Vacío interior.
- ☒ Inseguridad en uno mismo.
- ☒ Lloran fácilmente.
- ☒ Se deprimen en situaciones de abandono.
- ☒ Celos por un bebe en la familia.
- ☒ Perdida de un ser querido.
- ☒ Comen en exceso.

ASPECTO FISICO

- ☒ Enferman para dominar y tener el control.
- ☒ Asma.
- ☒ Problemas de estrógenos.
- ☒ Menstruación muy irregular.
- ☒ Problemas cardiovasculares.
- ☒ Hipotensión.
- ☒ Enuresis.

VERBALIZACIONES

- ◆ Solo te lo digo porque te quiero, gracias a mi eres lo que eres.
- ◆ Como me puedes hacer esto después de lo que he hecho por ti.
- ◆ Si ya no sirvo más para nadie, ya se lo que me queda por hacer.
- ◆ Yo te quiero a condición de que tú.
- ◆ Me ofendo fácilmente si no siguen mis consejos.
- ◆ Siempre busco sacar ventaja de la situación
- ◆ Todo esta bien mientras hagas lo que yo te digo.
- ◆ He sacrificado mi vida por mis ser queridos, y no he recibido nada a cambio
- ◆ Nadie aprecia lo que hago.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- ❑ Gran fuerza interior.
- ❑ No busca dominar.
- ❑ Tiene espíritu de justicia.
- ❑ No hay mas chantajes.
- ❑ Seguridad interior.

Por lo tanto ayuda a las personas que demuestran dureza de corazón, falta de amor, despotismo, egoísmo o demasiado posesivas y transforma estos aspectos negativos en un amor autentico y generoso. El tratamiento se complementa con Holly, Heather, Vervain.

CLEMATIS (Clemátide)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Distraídos, con dificultad en concentrarse.
- ✘ Se pasa la vida soñando.
- ✘ Se muestra indiferente a lo que pasa a su alrededor.
- ✘ Desmemoriados.
- ✘ Oyen sin escuchar y miran sin ver.
- ✘ Personas que ven la vida de forma indiferente.
- ✘ Niños distraídos o que se distraen fácilmente.

ASPECTO FISICO

- ✘ Duermen en exceso.
- ✘ Perdida de la conciencia
- ✘ Lipotomias, comas.
- ✘ Se desmaya fácilmente

- ☒ Cuerpo pesado ojeroso.
- ☒ Dolor en el bajo vientre.
- ☒ Se enferman fácilmente.
- ☒ Problemas de sordera.

VERBALIZACIONES

- ◆ Ando con sueño todo el día.
- ◆ Voy conduciendo y me doy cuenta que llegue al sitio sin recordar nada, no se como recorrí todo el camino.
- ◆ Soy muy distraído, tengo mala memoria, no me acuerdo de las cosas que me dicen o de lo que tengo que hacer.
- ◆ Me molesta el contraste luz/obscuridad.
- ◆ Me molestan los ruidos.
- ◆ Me encanta la penumbra.
- ◆ Sueño con los ojos abiertos, invento situaciones que termino creyéndolas, ya no cual es verdad y cual es mentira.
- ◆ Se me duermen fácilmente las manos y los pies.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Despabila.
- Ayuda a ver la vida como crecimiento.
- Vives el momento en tiempo real.

Esta flor es un remedio para las personas que sueñan despiertas, que huyen de la realidad y aquellas que tienen poca vitalidad, ayuda a elevar los estados de ánimo “apagados”, hace surgir el interés nuevo y vivo por el aquí y el ahora. La ensoñación dará a un idealismo creativo y práctico. Se complementa con Vervain, y Holly.

CRAB APPLE

(Manzano Silvestre)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Compulsivos.
- ✘ Se preocupa en exceso.
- ✘ Compulsividad en la perfección.
- ✘ Se enojan muy fácilmente.
- ✘ No ven las cosas en su justa proporción, exageran en los detalles.
- ✘ Sienten vergüenza o temen hacer el ridículo.
- ✘ Hipocondríacos.
- ✘ Adultos dependientes.

ASPECTO FISICO

- ✘ Problemas de infección.
- ✘ Enferman fácilmente del estomago.
- ✘ Anorexia nerviosa.
- ✘ Accidentes cerebro vasculares.

- ☒ Alergias.
- ☒ Manchas en piel.
- ☒ Verrugas.
- ☒ Conjuntivitis.
- ☒ Enuresis.
- ☒ Glaucoma.
- ☒ Problemas epatico-biliares.
- ☒ Neurodermatitis.
- ☒ Problemas reumáticos.
- ☒ Trastornos del ritmo cardiaco.
- ☒ Tos crónica.

VERBALIZACIONES

- ◆ Me pongo colorado si me ven fijamente, me da vergüenza hablar en público, me dan muchos nervios.
- ◆ Me siento siempre sucio, mi casa tiene que estar toda ordenada si no, no puedo salir, siempre debe de haber orden en casa.
- ◆ Me veo en el espejo y me veo fea, gorda, tonta con mala apariencia.
- ◆ No me descubro porque tengo un lunar y/o una pequeña cicatriz lo cual me vuelve imperfecta.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Ayuda a desintoxicar el organismo.
- Transforma lo negativo en positivo.
- Proyecta energía al exterior.
- Aceptas tus imperfecciones como ser humano.

Este remedio es para las personas que se sienten sucias e impuras, tanto en lo interior como en lo exterior; ayuda a reestablecer una relación razonable, no neurótica con el principio de la pureza y el orden. Se puede complementar con Cherry Plum, Vervain, Pine.

ELM (Olmo)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Personas Exageradamente identificadas con su profesión.
- ✘ No soportan mucho situaciones de presión o tareas muy pesadas.
- ✘ Miedo a tomar decisiones.
- ✘ Problemas de perspectiva distorsionada.

ASPECTO FISICO

- ✘ Dolores agobiantes o muy difíciles de soportar.
- ✘ Gripes, resfriados, congestión.
- ✘ Agotamiento por presión momentánea.
- ✘ Enfermedades dentales.
- ✘ Glaucoma

VERBALIZACIONES

- ◆ Tengo tanto que hacer que no se por donde empezar, eso me pasa siempre.
- ◆ Doy vueltas y vueltas y no hago nada.
- ◆ Me abruma que se apoyen en mí, no se que decir.

- ◆ Estoy haciendo más de lo que puedo.
- ◆ Me siento abrumado.
- ◆ Hago demasiado y quisiera dejar todo, estoy exhausto, sin fuerzas, se me escapan las riendas de las manos.
- ◆ Estoy desordenado mentalmente, no encuentro un orden.
- ◆ Siento que no estoy a la altura de las circunstancias.
- ◆ Me agoto solo con ver lo que tengo que hacer.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Hace tolerable el dolor de sobrellevar la vida.
- Ayuda a tomar decisiones de importancia y sabe que tiene la habilidad.
- Ayuda a que las personas sean mas confiadas en sus actos.

Por lo tanto, esta esencia ayuda a recuperar la confianza a las personas con grandes responsabilidades, que experimentan una sensación pasajera de inseguridad, y puede ser auxiliado con Gorse, Mustard, Olive.

GENTIAN (Genciana)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✠ Inseguridad
- ✠ Gente que se desanima fácilmente.
- ✠ Dificultades emocionales para empezar proyectos.
- ✠ Le cuesta trabajo terminar las cosas que empezó.
- ✠ Le falta anima, coraje, y/o confianza.
- ✠ Depresiones de origen conocido
- ✠ Personas quejasas, abatidas, negativas, con desaliento.
- ✠ Ancianos que se deprimen.
- ✠ Niños nerviosos.
- ✠ Niños que no quieren ir a la escuela.
- ✠ Para los que comen en exceso o no quieren comer.
- ✠ Tartamudez.

ASPECTO FISICO

- ☒ Recaídas de enfermedades crónicas.
- ☒ Tos crónica.
- ☒ Bajo sistema inmunológico.

VERBALIZACIONES

- ◆ Me dicen que empiezo bien las cosas y a la mitad del camino me desanimo y ya no las termino.
- ◆ Conseguir las cosas me cuesta tanto siempre.
- ◆ Soy un fracasado, no sirvo para nada, me salió mal otra vez.
- ◆ Nada de lo que hago me sale.
- ◆ Que mala suerte tengo, no vuelvo a intentarlo.
- ◆ Soy todo un fracaso.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Sabrán que no hay obstáculos demasiado grandes, cuando se tiene la convicción de que se puede.
- Tendrán seguridad y confianza
- No existirá desanimo aunque las cosas no salgan como se esperan.
- No se dejaran cosas o hechos inconclusos.

Por lo tanto ayuda a dirigir el pesimismo y los amargos golpes del destino que, de lo contrario, envenenarían la alegría de vivir e inundaría el alma de melancolía; también ayuda al desaliento, y para las gentes que siempre tienen dudas. El tratamiento puede complementarse con Larch, Scleranthus.

GORSE (Aulaga)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Depresión.
- ✘ No se esfuerzan en ningún aspecto de su vida.
- ✘ Sienten que una enfermedad es lo peor que les puede suceder.
- ✘ Se resignan a lo malo con facilidad.
- ✘ Los que creen que nunca podrán hacer nada.

ASPECTO FISICO

- ✘ Para los que padecen una enfermedad crónica incurable.
- ✘ Se estancan en un proceso de curación.
- ✘ Enfermedades crónico degenerativas.
- ✘ Bajo sistema inmunológico.

VERBALIZACIONES

- ◆ Total para que?
- ◆ Ya nada vale la pena.
- ◆ Para que me esfuerzo.
- ◆ Ya no tiene caso nada.
- ◆ Mis tratamientos ya no sirven.
- ◆ Ya no tiene caso la vida, es mejor morir ya.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Se siente que la esperanza es el primer paso para la recuperación y que cada día es una gran oportunidad.
- Aprenderá de las experiencias dolorosas pudiendo mantener el ánimo.
- Acepta lo que tiene y está contento con ello.

Esta esencia es para las personas que están desligadas de su “Yo”, aquellas que se han resignado y que han perdido toda esperanza. Se complementa con Wild Rose, Sweet Chestnut, Clematis.

HEATHER

(Brezo común)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Buscan siempre estar en compañía de alguien.
- ✘ Se siente infeliz.
- ✘ Egocéntricos.
- ✘ No escuchan lo que dicen los demás.
- ✘ Comen en exceso.
- ✘ Sienten que tienen poca afectividad.
- ✘ Niños chantajistas.
- ✘ Niños que lloran fácilmente por todo.
- ✘ Problemas psicossomáticos muy arraigados.

☒ Sobrepeso.

☒ Dolores de cabeza frecuentes.

VERBALIZACIONES

- ◆ Necesito contar mi vida a todo en mundo.
- ◆ Escuchen, les voy a contar los terribles problemas que tengo.
- ◆ Para organizar mi vida necesito interlocutores.
- ◆ Necesito que me hagan caso cuando hablo.
- ◆ Si no me compras eso ya no me quieres.

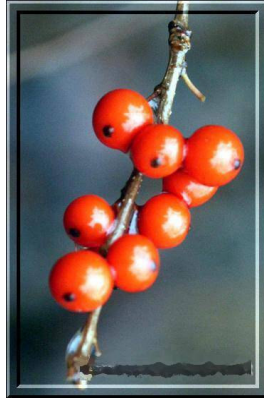
ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Gran disposición de dar mas que de recibir.
- Crea atmósfera de confianza.
- No busca compañía a fuerza.
- No existen los chantajes en su vida.

Esta flor ayuda a las personalidades egocéntricas, necesitadas de ayuda para que muestren más comprensión y altruismo hacia sus prójimos. Se puede complementar con Vervain, Vine, Chicory.

HOLLY

(Acebo)



ASPECTO EMOCIONAL

- ☒ Problemas conyugales con grandes discusiones.
- ☒ Temperamento violento.
- ☒ Gente de corazón frío, o sentimientos fuertes.
- ☒ Anorexia.
- ☒ Les cuesta trabajo expresar amor.
- ☒ Niños con ataques de cólera y/o capricho.
- ☒ Niños celosos por un nuevo miembro en la familia.

ASPECTO FISICO

- ☒ Estrés muscular.
- ☒ Infecciones cutáneas dolorosas.
- ☒ Enfermedades inflamatorias.
- ☒ Enfermedad crónica terminal.
- ☒ Hipertensión.

VERBALIZACIONES

- ◆ Cuando me hacen algo malo no paro hasta desquitarme.
- ◆ No me puedo controlar.
- ◆ Si me ofenden me pongo furioso.
- ◆ Me surge la envidia sin que pueda hacer algo.
- ◆ Estoy descontento y furioso.
- ◆ Soy muy impulsivo y no se porque.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Gran capacidad de dar y recibir amor.
- Crea relajación muscular.

Es un remedio para alejar del corazón los venenos del alma como son el odio, la envidia o la desconfianza, es decir, abre el corazón y nos hace sentir tranquilos. Este tratamiento se puede complementar con Crab Apple, Chicory, Willow.

HONEYSUCKLE

(Madreselva)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Viudez o separaciones.
- ✘ Ancianos que están en soledad.
- ✘ Personas que exageran en ser conservadoras.
- ✘ Para los que les cuesta trabajo desprenderse de algo, aunque ya no sirva.
- ✘ Niños que les cuesta trabajo desprenderse de sus padres.
- ✘ Recuerdos de sueños desagradables constantes.
- ✘ Personas que temen a cambios
- ✘ Viven de recuerdos pasados.
- ✘ Problemas de memoria.

ASPECTO FISICO

- ✘ Para estados terminales, ayuda a poder irse con facilidad.
- ✘ Prediabéticos.
- ✘ Tuberculosis.

VERBALIZACIONES

- ◆ Todo tiempo pasado fue mejor.
- ◆ Cuando yo era joven.
- ◆ No me puedo acostumbrar a los tiempos modernos.
- ◆ Esas eran otras épocas.
- ◆ Me gusta mirar fotos.
- ◆ Lamento no haber seguido el consejo de mis padres.
- ◆ Me gusta coleccionar todo tipo de cosas.
- ◆ Me gustaría volver a empezar.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Flexibilidad para hacer cambios.
- La persona tiene en cuenta que la vida esta sucediendo ahora.
- Recuerda el pasado con justa medida.

Esta flor esta indicada para las personas que piensan sin cesar en el pasado, añorando los bellos tiempos que quedaron atrás, recordando continuamente a los amigos perdidos o los viejos sueños que no hicieron realidad. No creen que podrán volver a ser felices. Este tratamiento se puede complementar con Clematis, Wild Oat, Centaury.

HORNBEAM

(Hojaranzo común)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Cansancio mental.
- ✘ Sensación de no poder enfrentarse a todas las responsabilidades, pero una vez en marcha lo hace bien.
- ✘ Estudiantes que están muy estresados por exámenes continuos.
- ✘ Personas muy entregadas.
- ✘ Personas que se irritan porque están cansadas.
- ✘ Baja autoestima.

ASPECTO FISICO

- ✘ Cansancio físico.
- ✘ En rehabilitación de drogadictos por su efecto tónico.
- ✘ Agotamiento en personas demasiado sedentarias.
- ✘ Duermen en exceso.
- ✘ No quieren comer, no les da hambre.
- ✘ Problemas hepaticobiliares.

VERBALIZACIONES

- ◆ Que raro; los fines de semana me levanto temprano y entre semana no puedo levantarme.
- ◆ Solo pensar en lo que tengo que hacer me hace posponerlo.
- ◆ Me di cuenta que si cambio mi rutina no me siento cansado.
- ◆ Necesito café para estimular la actividad.
- ◆ Me despierto más cansado de lo que me acosté.

ASPECTO POSITIVO DE INGERIR LA FLOR

- Da vitalidad, dinamismo.
- Da vigor a plantas y animales.
- En personas da seguridad.

Es un remedio para las personas que tienen una sensación de no poder reunir la fuerza suficiente para las tareas cotidianas y que creen que necesitan un refuerzo físico y, sobre todo espiritual. Se considera que son personalidades por así decirlo “anémicas” que necesitan de la energía, la fuerza y la renovación. Y le complementa Vervain, Scleranthus, Olive, Oak.

IMPATIENS

(Impaciencia)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Irritable, enojones, no se controlan.
- ✘ No les gusta esperar.
- ✘ Son esclavos del reloj, aunque no sea necesario.
- ✘ Impacientes con su cuerpo, siempre mueven una o varias extremidades.
- ✘ Niños que hacen rabietas en el piso.
- ✘ Niños hiperactivos.
- ✘ Personas poco pacientes con los demás.
- ✘ Para los poco observadores.
- ✘ Para los que culpan a los demás cuando algo no salió bien.
- ✘ Se precipitan en tomar decisiones.
- ✘ Tartamudez.

ASPECTO FISICO

- ✘ Insomnio.
- ✘ Tics nerviosos.
- ✘ Para los que se comen las uñas.
- ✘ Hipertensos.
- ✘ Problemas musculares.
- ✘ Problemas nerviosos.
- ✘ Parkinson.
- ✘ Problemas digestivos.
- ✘ Columna vertebral por tensión.
- ✘ Enfermedades hepaticobiliares.
- ✘ Neurodermatitis.
- ✘ Prurito. (Comezón de la piel sin causa alguna).
- ✘ Reumatismo.

VERBALIZACIONES

- ◆ Dicen que primero hago y luego pienso.
- ◆ No me gusta hacer fila para ser atendido.
- ◆ Todo debe marchar bien sino no me puedo contener, me enoja mucho.
- ◆ Cuando llego a casa la comida tiene que estar lista.
- ◆ No me gusta esperar ni un minuto.
- ◆ Me cuesta adaptarme al ritmo de los demás.

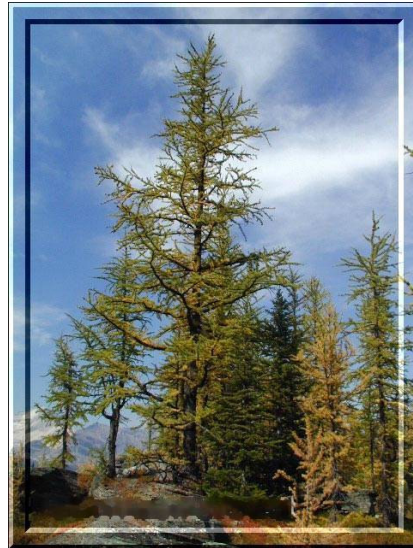
ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Permite que cada cosa ocurra a su tiempo y con paciencia.
- Pone rapidez mental e inteligencia.
- Permite relajarse y tolerar el tiempo propio de cada uno.
- Aprende que cada cosa tiene su tiempo.

Esta flor es capaz de transformar propiedades negativas como la impaciencia, la precipitación y la irritabilidad, en cualidades positivas de modo que la manera de obrar y pensar con rapidez sea compatible con la paciencia, la delicadeza, la compasión y la afabilidad. Se complementa con Verbain, Beech, Holly, Chicory.

LARCH

(Alerce)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ No saben decir no puedo.
- ✘ Muchas veces se han sentido fracasados.
- ✘ Para los que no intentan en la vida.
- ✘ Se sienten inferiores, sintiendo a los demás más capaces.
- ✘ Falta de confianza, inferioridad.
- ✘ Personas con fobias.
- ✘ Para los que inhiben su verdadero potencial.
- ✘ Para los que se sienten desplazados.
- ✘ Inseguridad en todos los aspectos de la vida.

ASPECTO FISICO

- ☒ Atrofia en el sistema nervioso central.
- ☒ Se enferman fácilmente.
- ☒ Problemas de columna.
- ☒ Sobrepeso.
- ☒ Embolia pulmonar.
- ☒ Nuerodermatitis.
- ☒ Osteoporosis.
- ☒ Tos crónica.

VERBALIZACIONES

- ◆ Se que nunca voy a tener éxito, así que ni pruebo...
- ◆ Siendo mujer tengo menos posibilidades.
- ◆ Todos juegan mejor que yo.
- ◆ Admiro a esa persona que se animó a aceptar el empleo.
- ◆ Cuando tengo que enfrentar algo,, me tomo una copa de vino para agarrar coraje.
- ◆ Me desanimo al mínimo error que cometo.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- ☐ Las personas no le tienen miedo a la vida.
- ☐ Enfrentan las cosas con perseverancia y objetividad tanto éxitos como fracasos.
- ☐ Confía en sus valores y se muestra firme para vencer obstáculos.

Por lo tanto este es un remedio para las personas que carecen de confianza en sí misma, que se sienten inferiores a los demás y tienen complejos de inferioridad a pesar de no tener motivos para ello. El tratamiento se puede complementar con Gentian, Mimulus, Cerato, Centaury.

MIMULUS

(Mímulo Jaspeado)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✠ Evitan circunstancias que son normales.
- ✠ Bebes que lloran sin razón alguna.
- ✠ Para Hipocondríacos.
- ✠ Para los que se sobresaltan fácilmente.
- ✠ Temen estar solos.
- ✠ Tímidos, reservados.
- ✠ Fobias porque huyen de miedo.
- ✠ Nerviosismo.
- ✠ Gente muy pasiva.
- ✠ Tartamudez.

ASPECTO FISICO

- ✠ Padecen de taquicardias.
- ✠ Tensión muscular.
- ✠ Hipersensibilidad al frío.
- ✠ Atrofia del sistema nervioso.
- ✠ Dolor en el bajo vientre.

- ☒ Fácilmente se enferman.
- ☒ No tienen apetito.
- ☒ Enuresis.
- ☒ Glaucoma.
- ☒ Padecimientos de los intestinos.
- ☒ Osteoporosis.
- ☒ Enfermedades respiratorias.
- ☒ Problemas de sordera.
- ☒ Tuberculosis.
- ☒ Enfermedades de la vista.

VERBALIZACIONES

- ◆ No puedo estar solo, menos en lugares cerrados u oscuros.
- ◆ Me ruborizo con facilidad con desconocidos.
- ◆ Siempre le tengo miedo a algo.
- ◆ Necesito que alguien me acompañe.
- ◆ Cuando estoy nervioso me transpiran mucho las manos.
- ◆ Cuando tengo que hablar en público se me seca la boca, siento algo muy feo en el estomago y siento que se me doblan las rodillas.

FLOR ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Existe un buen desenvolvimiento en la vida.
- Posee confianza en sus actos.
- Enfrenta las dificultades con desafío y calma.
- Se enfrenta no huye.

Es una flor que proporciona una acción anímica, es capaz de transformar los estados anímicos negativos como son temores concretos, timidez o recelo a estados positivos como Valentía y confianza. Y se puede complementar el tratamiento con Rock Rose, Aspen, Larch, Gentian.

MUSTARD

(Mostaza Blanca)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✠ Depresiones profundas.
- ✠ Depresiones en determinadas estaciones del año.
- ✠ Depresiones que desaparecen bruscamente.
- ✠ Egoístas.
- ✠ Depresión por menopausia.
- ✠ Lentitud mental.

ASPECTO FISICO

- ✠ Movimientos lentos.
- ✠ Cefaleas.
- ✠ Insomnio.
- ✠ Síntomas de menopausia.
- ✠ Osteoporosis.
- ✠ Tuberculosis.

VERBALIZACIONES

- ◆ Sufro de depresión pero no preguntes porque.
- ◆ Así como viene una emoción desaparece.
- ◆ Tengo familia dinero, hogar, pero no tengo ganas de hacer nada.
- ◆ Todo me es indiferente, solo quiero quedarme en cama.
- ◆ Me siento como en un pozo negro.
- ◆ Me cuesta muchísimo trabajo levantarme en las mañanas.

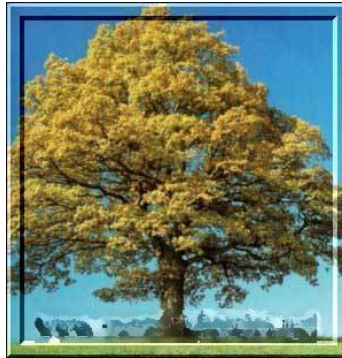
ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Tener estabilidad interna.
- No se deprime ya que el goce y la serenidad interior lo acompañan.
- Tendrá ánimo en su vida cotidiana..
- Desaparece la melancolía, y las depresiones profundas.

Por lo tanto, equilibra trastornos anímicos como la melancolía, disipa la tristeza, devuelve la alegría de vivir, y se puede complementar con White Chestnut, Scleranthus.

OAK

(Roble Albar)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Nerviosismo.
- ✘ Psicósomáticos.
- ✘ No se permiten descanso alguno.
- ✘ Nunca piden ayuda, aún cuando la necesitan.
- ✘ Falta de agilidad mental.

ASPECTO FISICO

- ✘ Colapsos nerviosos.
- ✘ Agotamiento por estrés.
- ✘ Enfermedades de larga duración.
- ✘ Hipertensión.
- ✘ Columna vertebral.
- ✘ Colesterol alto.
- ✘ Cataratas.
- ✘ Enfermedades dentales.
- ✘ Problemas hepaticobiliares.
- ✘ Lumbago.

☒ Reumatismo.

☒ Sordera.

☒ Trastorno de tiroides.

VERBALIZACIONES

- ◆ Yo no descanso nunca. No me hace falta.
- ◆ Carga toda mi tensión en nuca y hombros.
- ◆ Primero el deber y luego el placer.
- ◆ Hay que terminar con la tarea hasta en final, cueste lo que cueste.
- ◆ Vacaciones ¿No gracias, no me gustan?
- ◆ Por fuera estoy bien, por dentro estoy destruido.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Firme y confiable como roble.
- Tiene conciencia de sus límites y capacidades.
- Así como trabaja también descansa.
- Son luchadores, se esfuerzan, y son estables.
- Da fuerza e ímpetu.

Ayuda para los luchadores exhaustos que, a pesar de todas las adversidades, siguen combatiendo con Valentía y jamás se rinde. Puede combinarse con Agrimony, Vervain.

OLIVE

(Olivo)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✠ Fatiga mental.
- ✠ Momentos de crisis.
- ✠ Sobrellevar un divorcio.
- ✠ Perdidas afectivas.
- ✠ Para los que se encuentran en un trabajo mental muy pesado.
- ✠ Mejorar la Memoria

ASPECTO FISICO

- ✠ Ancianos con poca fuerza.
- ✠ Agotamiento físico muy pesado.
- ✠ Gente sin vitalidad.
- ✠ Convalecencias.
- ✠ Problemas de cáncer en las primeras etapas.
- ✠ Organismos intoxicados.
- ✠ Insuficiencia cardiaca.
- ✠ Trastornos del ritmo cardiaco.

VERBALIZACIONES

- ◆ Me siento como si me hubieran apaleado.
- ◆ Estoy tan cansada que podría llorar.
- ◆ No puedo más.
- ◆ Parpadear es mucho esfuerzo para mí.
- ◆ Estos diez minutos parada y ya no puedo más.
- ◆ El cuerpo no me responde.
- ◆ No puedo parar de dormir.
- ◆ No quiero ni puedo ver ni escuchar nada más.
- ◆ Solo quiero descansar y descansar.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Para enfrentar el estrés en el más completo equilibrio sin perder el ánimo.
- Agilidad mental y física pero se da cuenta de sus limitantes.
- Flexible en adaptarse al gasto de energía.
- De vitalidad.

Se usa como remedio contra el agotamiento extremo del espíritu y del cuerpo, ayuda a recobrar nuevas fuerzas y vitalidad. Se puede utilizar con Oak, Vervain, Elm Horbeam.

PINE

(Pino Albar)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Personas con sentimientos de culpa.
- ✘ Autoreproche.
- ✘ Cuadros melancólicos.
- ✘ Obsesivos en la perfección.
- ✘ Sentimientos de inferioridad.
- ✘ Se consideran cobardes.
- ✘ Mujeres golpeadas.
- ✘ Se sienten agobiados por la vida.

ASPECTO FISICO

- ✘ Enuresis.

VERBALIZACIONES

- ◆ Disculpe sé que la culpa es mía de que mi hijo sea tan inquieto.
- ◆ Me remuerde fácilmente la conciencia.
- ◆ Me cuesta recibir regalos porque no los merezco.
- ◆ Trabajo el doble para justificar mi sueldo.
- ◆ Yo fui el del error discúlpeme.
- ◆ Me salió bien pero dudo haber sido mejor.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- No se deprime aunque se equivoque.
- Tomar conciencia de que un tropezón no es una caída.
- Se acepta tal cual es.
- Se pone contento con sus logros.
- No busca la extrema perfección.

Por lo tanto sirve para las personas torturadas por los autoreproches, que obstinadamente se mortifican con sentimientos de culpa. Se puede utilizar con Crab Apple, Willow, Mimulus.

RED CHESTNUT (Castaño Rojo)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✠ Para sobreprotectores y de autosacrificio.
- ✠ Padres sobreprotectores con sus hijos mayores (coartando su libertad).
- ✠ Influciables.
- ✠ Obsesividad.
- ✠ Preocupación por los problemas ajenos.
- ✠ Amor posesivo.

ASPECTO FISICO

- ✠ Personas que tarda mucho su recuperación de alguna enfermedad.
- ✠ Tuberculosis.
- ✠ Epilepsia (solo en casos leves).
- ✠ Insomnio.

VERBALIZACIONES

- ◆ No puedo dormir si mis hijos no han llamado para ver si están bien.
- ◆ Siempre que mis hijos salen solos tengo el temor de que algo pase.

- ◆ Me dicen que soy muy apegada a mi hija.
- ◆ Me desvivo con mi familia.
- ◆ Me preocupo más por los demás que por mi mismo.
- ◆ Creo que no puedo cortar el cordón umbilical con mi madre.
- ◆ Siempre pienso que haría mi padre en esta situación.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Demuestra seguridad para los demás.
- Irradia pensamientos positivos.
- Ayuda a influir positivamente en los demás.
- Ayuda a guiar a los demás en el camino de la vida.
- Produce bienestar en los momentos difíciles.

Por lo tanto se usa como remedio para aquellos que sienten una exagerada preocupación por los demás, para aquellos cuya angustia pesa ayudándoles a reencontrar la paz interior y una sensación de seguridad. Se puede combinar con Chicory y Walnut.

ROCK ROSE

(Heliantemo)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ En niños y adultos que sufren de pesadillas.
- ✘ Para los que sienten miedo terror o pánico.
- ✘ Pánico con síntomas físicos muy arraigados. (taquicardias)
- ✘ Miedo a todo tipo de enfermedades.
- ✘ Pierden el control de su cuerpo en momentos de estrés.

ASPECTO FISICO

- ✘ Problemas estomacales cuando hay nervios.
- ✘ Estados de shock.
- ✘ Enfermos de las glándulas suprarrenales.
- ✘ Accidentes agudos y/o repentinos.
- ✘ Crisis por sustos.

VERBALIZACIONES

- ◆ Hablo dormido por las pesadillas que me acosan y siento que el corazón se me sale.
- ◆ Me siento en peligro constante, me siento amenazada mentalmente y físicamente.
- ◆ El miedo me paraliza las piernas y no puedo caminar.

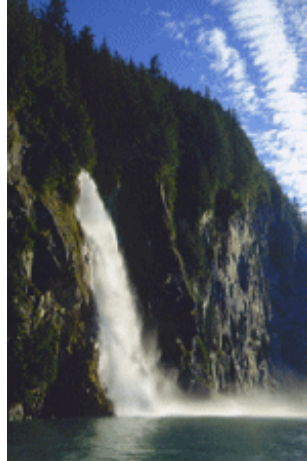
ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- ❑ En situaciones de sorpresa no exista el pánico.
- ❑ Control físico de situaciones alarmantes.
- ❑ Desaparece cualquier tipo de miedo.
- ❑ Elimina el estado de shock.

Por lo tanto ayuda a las personas desquiciadas a recuperar la serenidad y fuerza la comunicación entre el cuerpo y el alma, es un remedio capaz de liberar a la persona del terror para volverse a encontrar a sí misma y tener valor. Se puede combinar con Mimulus, Clematis

ROCK WATER

(Agua de Roca)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Personas idealistas.
- ✘ Perfeccionistas excesivos.
- ✘ Tienen ideas alejadas de la realidad.
- ✘ No hay compasión por ellos mismos.
- ✘ Padres que corren a sus hijos de la casa por infligir normas.
- ✘ Mente perezosa.

ASPECTO FISICO

- ✘ Problemas de columna.
- ✘ Problemas alimenticios.
- ✘ Tensión muscular.
- ✘ Insomnio.
- ✘ Agotamiento físico.
- ✘ Descalcificación.

VERBALIZACIONES

- ◆ Prefiero dormir menos que dejar mis momentos de meditación.
- ◆ Me duele el cuello y la espalda.
- ◆ En mi vida todo esta ordenado y no lo pienso cambiar.
- ◆ Estoy muy cerca de la perfección.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Capacidad para estar en la realidad.
- Mantiene la mente abierta.
- Ayuda a concretar ideas.

Se utiliza en personas cuyos grandes ideales y firmes principios tal vez han endurecido un tanto su alma. Se puede combinar con Water Violet, Vine, Beech.

SCLERANTHUS

(Scleranthus)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Les cuesta trabajo tomar una decisión.
- ✘ Personas inflexibles.
- ✘ Dificultad en concentrarse.
- ✘ Depresivos, cambian de estados de ánimo fácilmente.
- ✘ Indecisos.
- ✘ Lloran fácilmente y por todo.

ASPECTO FISICO

- ✘ Cefaleas.
- ✘ Fiebres periódicas.
- ✘ Polaridad entre hipertensión e hipotensión.
- ✘ Polaridad entre estreñimiento y diarrea.
- ✘ Problemas del oído medio.
- ✘ Vómito y náusea en el embarazo sobre todo en la mañana.
- ✘ Cambios hormonales.
- ✘ Síntomas premenstruales.
- ✘ Sensibilidad a cambios climáticos.

VERBALIZACIONES

- ◆ Así como me siento eufórico me siento abatido.
- ◆ Siempre me duele en un lugar distinto.
- ◆ Vario entre el hambre voraz y la pérdida del apetito.
- ◆ Mis pensamientos van y vienen continuamente pero no lo puedo evitar.
- ◆ Dicen que salto de un tema a otro en la conversación.
- ◆ A veces siento que odio y otras que amo.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Poder de decisión.
- Firmeza y estabilidad.
- Versátil y flexible.
- Mantiene el equilibrio interior.
- Toma decisiones sin angustias.

Se utiliza en personas que son incapaces de decidir entre dos cosas, cuyas inclinaciones van en dirección opuesta, les da el impulso necesario para transformar la indecisión. Se puede complementar con Gorse, Gentian, Star of Belem, Sweet Chestnut.

STAR OF BETHLEHEM

(Leche de Gallina)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✠ Tristeza.
- ✠ Problemas psicossomáticos.
- ✠ Fobias.
- ✠ Situaciones traumáticas.

ASPECTO FISICO

- ✠ Enfermedades crónicas.
- ✠ Problemas de tiroides.
- ✠ Menstruación copiosa o escasa.

VERBALIZACIONES

- ◆ Vivencias y sentimientos desagradables me persiguen desde hace tiempo.
- ◆ Desde pequeño me dan miedo ciertos animales.
- ◆ Todo el tiempo me siento triste.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- ❑ Claridad mental.
- ❑ Paz interior.
- ❑ Libera a la mente de la tristeza.

Se recomienda para aquellas personas que sufren de secuelas de Shocks físicos o mentales, y en algunas ocasiones se comportan de forma agresiva. Se puede utilizar con Gentian, Chicory, Sweet Chestnut.

SWEET CHESTNUT

(Castaño Común)



ASPECTO EMOCIONAL

- ☒ Intolerables.
- ☒ Vacío interior.
- ☒ Estrés extremo.
- ☒ Angustia existencial.
- ☒ Cansancio mental.
- ☒ Se enojan fácilmente
- ☒ Se angustia pero no sabe el porque.

ASPECTO FISICO

- ☒ Cansancio físico.

VERBALIZACIONES

- ◆ Me siento desesperado.
- ◆ Me siento suspendido en el vacío.
- ◆ Ya no se que más hacer con mi vida.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- ☐ Ayuda a tener confianza.
- ☐ Energetizante.

- Tiene mente clara en momentos de gran tensión.

Es par alas personas propensas que no demuestran sus sentimientos, y están ocultos por una barrera que ellos mismos han puesto. El tratamiento se puede combinar con Vervain, Chicory, Star of Belem.

VERVAIN

(Verbena)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Para los muy perfeccionistas.
- ✘ Fanáticos en discutir.
- ✘ Niños caprichosos.
- ✘ Niños caprichosos.
- ✘ Buscan tener el poder.

ASPECTO FISICO

- ✘ Problemas ginecológicos.
- ✘ Patologías urinarias.
- ✘ Problemas circulatorios en piernas.
- ✘ Hipertensión arterial.

VERBALIZACIONES

- ◆ Cuando alguien comete una injusticia salgo inmediatamente.
- ◆ Me exaspero fácilmente.
- ◆ Si no salen bien mis proyectos me deprimó hasta que se me ocurren nuevas ideas.
- ◆ Me veo en dificultades por no callarme la boca.
- ◆ Me enojo cuando me contradicen.

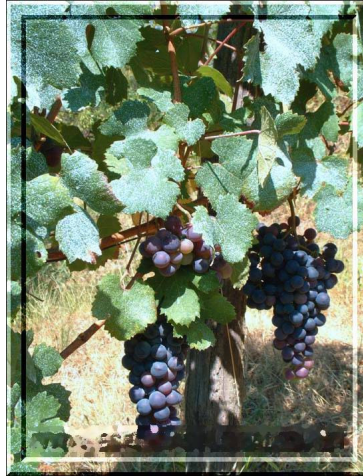
ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Se fijan metas que cumple con mucho entusiasmo.
- Son justos y respetan la opinión de los demás.
- Irradian calidez y compromiso.

Por lo tanto es adecuada para las personas intensas, impulsivas e hiperactivas. Se puede complementar con Crab Apple, White Chestnut, Chicory, Gorse.

VINE

(Vid)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Para padres de familia que son estrictos.
- ✘ Melancólicos.
- ✘ Masoquistas.
- ✘ Para omnipotentes.
- ✘ Para los que dan afectos por medio de cosas materiales.
- ✘ Dominantes.
- ✘ Niños crueles.

ASPECTO FISICO

- ✘ Columna baja.
- ✘ Intestino grueso.
- ✘ Hemorroides.
- ✘ Hipertensión arterial.

VERBALIZACIONES

- ◆ Estoy aquí para gobernar, dirigir y gobernar.
- ◆ No se porque se enojan si lo hago por su bien.
- ◆ Dicen que soy ambicioso y presuntuoso.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Hace lideres sabios, comprensivos.
- Guían sin dominar.
- Saben que hacer en caso de emergencia.
- Respetan la libertad individual de los demás.

Se recomienda para personalidades fuertes marcadas por la ambición, las ansias de poder y una firme determinación. Se puede auxiliar de Verbain, Rock Water, Beech.

WALNUT

(Nogal)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✘ Sensibles que absorben lo que hay en su al rededor.
- ✘ Para terapeutas que evitan ser capturados por el campo de los pacientes.
- ✘ Para los envidiosos.
- ✘ Personalidad vulnerable.

ASPECTO FISICO

- ✘ Problemas odontológicos.
- ✘ Problemas de huesos.

VERBALIZACIONES

- ◆ Ahora que estoy divorciada pero paro me siento atada a una relación.
- ◆ Ya tomé la decisión pero no la puedo ejecutar.
- ◆ Siempre me dejo convencer por mi familia.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Personas libre de espíritu.
- Personas abiertas y sin prejuicios.
- Para adaptación física.
- Seguridad interior.

Se utiliza para lograr la ruptura y ayuda al alma a liberarse de las programaciones de la vida cotidiana. Pude combinarse con Red Chestnut, Crab Apple.

WATER VIOLET

(Violeta de Agua)



ASPECTO EMOCIONAL

- ☒ Comportamiento sabihondo.
- ☒ Aparenta ser inalcanzable.
- ☒ Egoístas.
- ☒ No les gusta recibir ningún tipo de ayuda.
- ☒ Les cuesta dirigirse a los demás.

ASPECTO FISICO

- ☒ Enfermedades de huesos.
- ☒ Enfermedades de la sangre.

VERBALIZACIONES

- ◆ Me siento aislado de los demás.
- ◆ Quiero que me hagan una tempestad.
- ◆ No me gusta esa cosa del amiguismo.
- ◆ Trato de arreglármelas solo en vez de pedir ayuda.
- ◆ Soy superior a los demás.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- ❑ Cualidades de humildad.
- ❑ Son felices si están solos y si están acompañados.
- ❑ Están siempre disponibles para ayudar a los demás.
- ❑ Respetan el derecho de los demás

Se recomienda para transformar sentimientos de superioridad en verdadera compasión y humildad, Se puede auxiliar de Mustard, Heather.

WHITE CHESTNUT

(Castaño de Indias)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✠ Insomnio (por pensamientos vagos).
- ✠ Hablan solos.
- ✠ Melancólicos.
- ✠ Huyen de la realidad.
- ✠ Viven soñando todo el tiempo.

ASPECTO FISICO

- ✠ Dolor justo encima de los ojos.
- ✠ Personas que aprietan la mandíbula o rechinan los dientes.
- ✠ Problemas de meningitis.

VERBALIZACIONES

- ◆ Mis pensamientos me dominan.
- ◆ No puedo pensar en una idea coherente.
- ◆ No puedo concentrarme.

- ◆ Quisiera tener los pies en la tierra.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Control de su propia mente.
- Tiene respuestas y soluciones que emergen espontáneamente y son reales.
- Puede dormir tranquilamente.
- Desaparecen los pensamientos que solo daban vueltas.

Por lo tanto se utiliza para aquellas personas que se ven constantemente acechadas por pensamientos indeseables, desagradables, que dan vueltas sin cesar en la cabeza y no se pueden ahuyentar. Se puede combinar con Mustard , Scleranthus, Cerato, Chesnut Bud.

WILD OAT

(Avena Silvestre)



ASPECTO EMOCIONAL

- ☒ Personas que tienen que estar con algo en la boca.
- ☒ Les gusta vivir con depresión.
- ☒ Inconformes con todo.
- ☒ Para los que no duran en ninguna actividad.
- ☒ Padres estrictos y prohibitivos.

ASPECTO FISICO

- ☒ Obesos.
- ☒ Nerviosos.
- ☒ Problemas pulmonares por el cigarro.

VERBALIZACIONES

- ◆ Quisiera hacer algo especial pero no sé que es.
- ◆ Apenas manejo la situación y me aburro.
- ◆ Me siento insatisfecho porque no hay algo que me atraiga.

- ◆ No se que hago con mi vida.

ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Se tiene metas claras en la vida.
- Se actua también intuitivamente.
- Se reconocen los propios potenciales.
- Se establece en un trabajo.

Se utiliza en persona que tienen un comportamiento demasiado desenfrenado, que lleva una vida sin reglas, que no están dispuestas a someterse a normas. Se pede auxiliar de Agrimony, Holly, Chicory.

WILD ROSE

(Rosa Silvestre)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✠ Pesimistas.
- ✠ Sin expectativas, apáticos.
- ✠ Gente demasiado pasiva.
- ✠ No le gustan los cambios.
- ✠ Conformistas.
- ✠ No se interesan por la vida ni por vivir.

ASPECTO FISICO

- ✠ Problemas en articulaciones.
- ✠ Problemas en los intestinos.
- ✠ Tuberculosis.

VERBALIZACIONES

- ◆ Esto es así.
- ◆ Que sea lo que debe ser.
- ◆ Yo estoy bien como estoy.
- ◆ Nada me hace feliz, nada en la vida me entusiasma.

- ◆ Cuando habla nadie me presta atención.

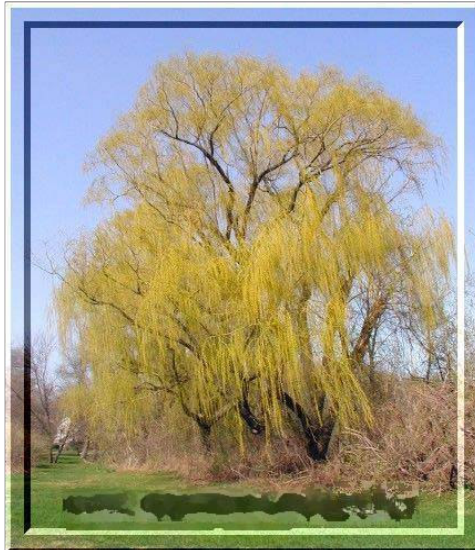
ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Se encuentra diariamente el interés en la vida.
- Tiene motivaciones internas.
- Desaparece la monotonía.
- Disfruta de estar vivo y de la vida.

Se emplea ocasionalmente en gente pesimista, gente que sufre una pérdida de la fuerza vital. Se puede ayudar de Centaury

WILLOW

(Sauce)



ASPECTO EMOCIONAL

- ✠ Viven enojados la mayor parte del tiempo.
- ✠ Irradian tristeza y negatividad.
- ✠ Rencorosos y buscan la venganza.
- ✠ Sienten que la vida es injusta con ellos.

ASPECTO FISICO

- ✠ Enfermedades mentales.
- ✠ Embolia pulmonar.
- ✠ Enuresis.
- ✠ Problemas hepaticobiliares.
- ✠ En infartos.
- ✠ Neurodermatitis.

VERBALIZACION

- ◆ Como yo no me divierto, que no se divierta nadie.
- ◆ ¿Porque? A los demás les va mejor que a mí.
- ◆ Parece que traigo la desgracia.
- ◆ A nadie le importa nada de mi.
- ◆ No se de que se puede alegrar uno.
- ◆ Es tu culpa que todo salga mal.

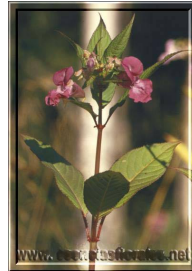
ASPECTOS POSITIVOS DE INGERIR LA FLOR

- Pensamientos constructivos.
- Responsabilidad por lo que ocurre.
- Arquitectos de su propio destino.
- Sienten que la vida es justa.

Se utiliza en personas amargadas y resentidas que se hallan atrapadas en ellas mismas. Se puede combinar con Holly, Walnut.

RESCUE REMEDY

☒ Las gotas de primeros auxilios es una mezcla de las siguientes flores:



Cherry Plum.
Clematis.
Impatiens.
Rock Rose.
Star of Bethlehem.

ASPECTO EMOCIONAL

☒ Se usa como tratamiento auxiliar de pocos días en casos de fuertes reacciones primarias al comienzo o durante una terapia floral de Bach.

ASPECTO FISICO

- ☒ Enfermedades crónicas.
- ☒ Pequeñas heridas.
- ☒ Magulladuras.
- ☒ Picaduras de insectos

☒ Quemaduras.

☒ Mareos en viajes.

☒ Shock.

Por lo tanto las Flores De Bach por ser de origen natural ayudan a entender lo que realmente necesitamos y a conocer las señales y el lenguaje que el cuerpo tienen, la relación de nuestro cuerpo con la emociones y nuestros padecimientos. Ayudándonos a entender que los pensamientos cambian una enfermedad.

CONCLUSIONES

Cuando el ser humano se empieza a enfrentar a la vida, comienza a darle más importancia a las cosas que lo rodean, porque de ellas depende su supervivencia, conoce su entorno, su familia, su forma de vivir, y de sobrevivir, conoce sus costumbres, aprende a diferenciar entre lo que le hace bien y lo que le hace daño, pero al pasar de los años el aprendizaje cambia porque ya conocemos lo que nos ayuda a vivir, en ese momento, buscamos como sobre vivir a un estatus de vida y mejorar nuestra calidad de vida por medios artificiales, tecnológicos, nos llenamos de “modernidad y necesidad” y dejamos a un lado lo que es mas importante para nuestra vivencia y supervivencia, nuestro propio cuerpo, así es, hemos dejado de lado el cuerpo que albergamos, con el que nos movemos, con el que vivimos.

El cuerpo es una máquina tan exacta y extraordinaria que es capaz de indicarnos, lo que le falta, lo que le sobra, lo que percibe, lo que siente, lo que quiere, pero en un mundo lleno de ruidos, sonidos, voces, hemos dejado de escuchar al cuerpo, un cuerpo que se comunica a través de el mismo, un cuerpo que alza la voz cuando no se le escucha para ser escuchado, y demanda ser cuidado y busca atención por medio de la enfermedad.

El término enfermedad esta muy ligado con la salud, ya que la salud es equilibrio corporal mientras que la enfermedad es el desequilibrio del organismo. Entendiéndose por salud, bienestar, físico y mental, en cambio la enfermedad es una alteración física y/o mental que proviene del exterior y se manifiesta en el interior del cuerpo.

Cuando el hombre esta en equilibrio con él mismo y con su entorno, es decir, con su vida, con su espacio, con sus tradiciones, con su alimentación, sus sentimientos, y su ideología, existe la salud, pero si algunos de estos no se encuentra en armonía y el cuerpo no se encuentra estable, llega la enfermedad, pero no es una enfermedad que llegue de la noche a la mañana, esta se va creando poco a poco. El cuerpo al ser una estructura equilibrada, empieza a mandar leves señales al organismo de que algo esta mal, nos indica su desequilibrio por medio de un dolor , un malestar, inapetencia, o excesos de hambre, una baja o alza en el peso, algo que normalmente el cuerpo presenta.

Pero existen muchas enfermedades que no tienen un origen de tipo físico sino más bien emocional, que son llamadas enfermedades psicosomáticas, las cuales se presentan como verdaderos síntomas físicos pero su origen es psicológico.

Por esto mismo el objetivo central de este trabajo fue el realizar una revisión teórica de la Terapia Floral de Bach, describir cuales son las emociones que ayudan a equilibrar, y cuales son los aspectos físicos que se ven beneficiados, el cual el objetivo se cumplió ya que podemos observar que existen muchas emociones que al no ser tomadas en cuenta o al tratar de ocultarlas o callarlas, desembocan en una enfermedad, que esta por lo general va a ser en el órgano más débil o el más predominante, que como la medicina tradicional hace mención, cada sentimiento se va a ver reflejado en un órgano, como el enojo va a repercutir en el Hígado, la alegría en el corazón, la ansiedad en el bazo, el pesar o melancolía en el Pulmón, y el miedo

en el Riñón. Y en el cual el Dr. Bach concuerda en que son las emociones las que tienen mucha relación con el cuerpo.

Lo más importante para que el ser humano este sano, es darle la cura necesaria desde la raíz de la enfermedad y no con medicamentos que supriman y no erradiquen el problema, por lo tanto se debe de tratar primero a la persona y después la enfermedad, es decir, ayudar a la persona a realizar un cambio de adentro hacia fuera, que vuelva a escuchar los mensajes que su cuerpo envía, y darles una salida que no provoque malestar físico.

Ya que como dice el Dr. Bach las enfermedades reales para el hombre son los defectos como: el egoísmo, el odio, la crueldad el orgullo, la ignorancia, la inestabilidad y la codicia. En su estudio por buscar remedios naturales para las enfermedades se dio cuenta que necesitaba resultados que realmente sean cercanos al sujeto, y que no dañaran el cuerpo; por esto mismo se dedico a la tarea de recolectar lo que hoy en día se conoce como las 38 flores del Dr. Bach, las cuales nos ayudan a ver como las emociones afectan el cuerpo, y que un cambio de actitud en nuestra vida puede ser el remedio mas benéfico para un problema de salud, y que la naturaleza es el mejor lugar para encontrar una medicina.

La vida se ha convertido en un extraño para la gente, la misma gente es extraña para la gente y para su entorno natural. La humanidad se ha deshumanizado porque se ha cambiado la visión de conservar la especie, para convertirse en una autoconservación sin visualizar las consecuencias. La misma gente muchas veces se provoca la enfermedad creyendo que es una cura ya sea física y/o emocional, esto lo hace por medio de los medicamentos.

Esta claro que ha habido medicamentos desde hace mucho tiempo. Pero la fabricación en masa de productos farmacéuticos es el resultado de la basura, o mejor dicho, de los desechos industriales.

Se empezaron a reproducir en masa todo tipo de productos químicos durante la revolución industrial, aquello originó una gran cantidad de carbón, alquitrán y demás tipos de desperdicios industriales. Mientras buscaban formas de procesar todos esos materiales los científicos descubrieron formas para reutilizar dichos elementos como los medicamentos. Por esto mismo, el ser humano cura una parte de su cuerpo y daña otra que estaba en condiciones aceptables. Este daño repercute en su estado anímico el cual si se mantiene por un tiempo prolongado afectará físicamente, y se vuelve un círculo vicioso de la enfermedad.

En cambio la terapia floral actúa en el organismo desde la raíz del problema o donde se presenta el desequilibrio, su método de curación es por medio de la creación de equilibrio y armonía interna, lo cual provoca que no se tengan efectos secundarios en el tratamiento, ni contraindicaciones, y mucho menos que altere alguna parte de nuestro organismo.

La idea de la terapia Floral es, que el ser humano en primera relaje el cuerpo y que conozca los verdaderos síntomas que presenta, después calmar la mente, y centrar los sentidos en el cuerpo, posteriormente, no apuntar a la enfermedad, sino convertirse uno mismo con la enfermedad, no se trata de atacar la enfermedad, sino ser uno mismo con ella, empezar a crear de nuevo el vínculo que se debe de tener con el cuerpo, volver a escuchar el lenguaje del cuerpo.

La labor más importante de las flores es a través del aspecto anímico, que es por donde empieza a actuar y a equilibrar, visualizando una correlación entre salud y el equilibrio emocional, y enfermedad y desequilibrio emocional, en donde si curamos una enfermedad estaremos equilibrando las emociones, donde las emociones curan el cuerpo y así podamos tener un equilibrio interno (cuerpo), con un equilibrio externo (emociones).

Pero lo más importante de el tratamiento es que las personas empiecen a sentir su cuerpo, sus emociones, y que cada uno entienda lo que realmente necesita, desde el fondo de nuestro corazón.

Para los psicólogos la Terapia Floral del Dr. Bach es una herramienta muy útil en la actualidad, ya que la labor del psicólogo es ayudar a las personas es sus diversos estados anímicos, y que esta ayuda se vea en un lapso corto de tiempo, y en pocas sesiones, ya que el ritmo de vida que actualmente se lleva no nos permite dedicarle calidad de tiempo suficiente a uno mismo.

Ayudando al paciente a equilibrar las siete emociones que son: miedo, incertidumbre, soledad, hipersensibilidad, sin interés en el presente, abatimiento, y sufrir, y sus subdivisiones que son: miedo, inseguridad, falta de interés en el presente, influenciables, desesperanza, pensamientos tortuosos, distracción, soledad, depresión, negación cansancio, adversidades, tensión, rigidez amor, odio, enojo, dominio, posesividad, impaciencia, irritabilidad, arrogancia, autoexigencia, autocrítica y sobre protección.

Lo cual le facilitará al psicólogo ver al ser humano bajo una visión holística,, tomar en cuenta que el hombre esta en contacto de su entorno y es consecuencia de todo la que vive y de todo lo que rodea, así podrá brindar una ayuda más integralmente a las personas que se acerque a él, proporcionando un servicio de mayor calidad humana, y de menores afecciones físicas, ayudando a recuperar lo más valioso que tenemos que es el cuerpo por medio de los sentimientos y observar como nos afecta, la política, las costumbres, las creencias, la herencia, y un sin fin de situaciones que se viven día con día, los cuales deben de tener una armonía tanto interna como externa. Y así poder seguir recorriendo un nuevo camino en la ciencia de la salud.

BIBLIOGRAFIAS.

1. Alcalá, Socorro. (1999) *Cúrese con las flores de Bach*. Ed. Selector, México D.F.
2. Ambientico No. 103 mensual Abril 2002 Costa Rica.
3. André (2001) *La fuerza de las emociones*. Ed. Kairos Barcelona.
4. Año Cero Año XI / No.-06-106-10 Ed. Americana Iberia España.
5. Brennan (2001) *Manos que curan*. Ed. Martínez Roca.
6. Berraz (2000) *Flores de Bach. Remedios florales para conseguir el equilibrio Emocional*. Ed. Tikal
7. Bloch, Susan (2002) *Al alba de las emociones*. Ed. Grijalbo, Chile.
8. Bach, Edward (1931) *Heal Thyself* Ed. Centre Mount Vernon Londres
9. Bach Edward (1933) *The twelve healers and other remedies*. Ed. Centre Mount Vernon.
10. Dathlefsen (2005) *La enfermedad como camino*. Ed. De bolsillo México.
11. De la Fuente (1985) *Psicología médica*. Ed. CFE. México.
12. Demarchi, Rogelio (1992) *Cúrate a ti mismo con las flores de Bach*. Ed. C.S Ediciones, Argentina.
13. Diez M (1976) *De la emoción a la lesión*. Ed. Trillas México.
14. Espeche, Bárbara (1993) *Flores de Bach Manual práctico y clínico*. Ed. Ediciones continente, Argentina.
15. Fernández (1999) *Revista crecimiento interior*. No. 61 Año 6 Noviembre.
16. Franco (2001) *Homeopatía y terapias florales* Ed. Lugar editores Argentina.
17. Hernán G. (1996) *Medicina Maya Tradicional. Confrontación con el sistema Conceptual Chino*. Ed: Ramón Vera México
18. Landa, Ana (2000) *Flores de Bach. Remedios florales para conseguir el equilibrio emocional*. Ed Selector, España.
19. Locke y Colligan (1991) *El médico interior. La nueva medicina que revela la incidencia de la mente en nuestra salud y el tratamiento de las enfermedades*.

Ed. Hermes México.

20. López Sergio (1997) *Zen, Acupuntura y Psicología*. Ed. Plaza y Valdes. México
 21. López Sergio (2002) *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y Aproximaciones II*. Ed. Zendová, México.
 22. López Sergio (2003) *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y Aproximaciones III*. Ed. Ceapac. México.
 23. López Sergio (2006) *Órganos, emociones y vida cotidiana*. Ed. Los reyes. México
 24. Mittelman (1967) *Breve tratado de medicina psicosomática* Ed. Paidos Argentina.
 25. Otermín (2001) *Terapia floral, afectos y síntomas*. Ed. Indigo España.
 26. Pastori, Mónica (1992) *Enfermedades Psicosomáticas y Flores de Bach. Casos clínicos*. Ed. Indigo, Barcelona.
 27. Reid, Daniel (1999) *Medicina tradicional china*. Ed: Urano España.
 28. Rodríguez, Mauro (2001) *Holoterapia: ciencia y arte de la felicidad*. Ed. Manual moderno México.
 29. Scheffer, Mechthild (1984) *Experiencias con la Terapia Floral de Bach*. Ed. Urano, España.
 30. Scheffer (1990) *Terapia Original de las Flores de Bach* Ed. Paidos Barcelona.
 31. Scheffer, Mechthild (1994) *Flores que curan el alma. Una nueva Visión de la terapia floral de Bach*. Ed. Urano, España.
 32. Schmidt, Atzert (1985) *Psicología de las emociones*. Ed. Herder Barcelona.
 33. Stanley Keleman (1997) *Las experiencias somáticas, formación de un yo personal*. Ed. Bilbao España.
 34. Stern, Claudia (1994) *Todo lo que las flores de Bach pueden hacer por ti. Tratado completo para su uso y prescripción*. Ed. Tikal Barcelona.
 35. Universal, el (2002) *Terapias alternativas: Flores de Bach*
1. www.psoriasi.org
 2. www.isabelsalama.com