

# Flores de Bach

## el alma de las plantas

*Conviviendo con la medicina moderna, aún resisten tratamientos naturales que buscan eliminar o aliviar problemas mediante los recursos que la naturaleza ofrece. Así, encontramos las conocidas Flores de Bach, que tratan la salud trabajando el estado anímico.*

**E**n una villa de las afueras de Birmingham, Inglaterra, un 24 de noviembre del año 1886 llegó al mundo un hombre que trabajaría sin descanso para replantear la medicina y buscar remedios que ayudaran sin dolor a los enfermos. ¿Su nombre? Edward Bach, un inglés que definió un modelo médico-psicológico que en la actualidad, a pesar de los avances en medicina, cada vez se entiende más desde la propia ciencia y gana prestigio por la simple vía de los testimonios de las personas que lo siguen. El doctor Bach seleccionó 38 remedios (ver cuadro página siguiente), a raíz de flores de campo, de cultivo y de agua de manantial, con los que abarcar los estados negativos mentales provocados por las enfermedades. Estos remedios son los conocidos como Flores de Bach y ganan adeptos cada día. Numerosos profesionales de las

### TRATAMIENTO PARA TODOS

Las flores de Bach pueden ser consumidas por todos los seres vivos, incluso plantas y animales. Además, las 38 esencias son compatibles con otros sistemas floreales como, por ejemplo, las de Saint Germain.



diferentes ramas sanitarias trabajan con la obra de Bach y expertos en ella organizan talleres formativos para las numerosas personas de diferente condición que confían en estas esencias, así lo reconoce José Salmerón Pascual, psicólogo y terapeuta esencial, sin olvidar, además, de advertir que los remedios “deben ser dirigidos por un especialista: médico, psicólogo, terapeuta esencial o terapeuta floral”.

### VIAJE A LAS EMOCIONES

La obra del doctor Bach trabaja desde el plano emocional. Aporta comprensión sobre el problema e información interior sobre la forma de resolverlo, de esta forma, cómo asegura la terapeuta Lola Martín, “se pueden cambiar los funcionamientos de las personas con plantas. La medicina normal se queda coja, con una pastilla te quitas el dolor pero no lo que te lo produce. Con las Flores de Bach se puede eliminar la sensación de sentirse solo, el miedo, el egoísmo, el odio...” Salmerón apoya la afirmación de Martín al afirmar que las esencias “mejoran el estado general de salud de la persona, Su efecto es muy sutil, casi imperceptible en ocasiones, pero traen grandes mejorías tanto de salud como de ánimo. La persona cambia a mejor.” “Tenemos que entender que se trata el estado anímico o emocional: una persona puede sentirse muy sola y estar rodeada por muchas otras, porque se siente mal, porque no se comunica, porque no empatiza o sencillamente porque se siente así, esto es, tiene ese sentimiento” añade. Pero, ¿cómo son realmente estos remedios? Las esencias de las Flores de Bach se consiguen al unir las flores o, >>

en ocasiones, el rocío que queda en los pétalos, con agua y exponerlo al sol. Así se logra lo que Lola Martín califica como “el alma de las plantas.” Después, se procede a crear lo que se ingerirá. Esto es, una base de coñac sobre la que se echan unas gotas de la esencia de la flor o flores –se pueden mezclar sin ningún problema- y agua. Para casos como niños, embarazadas, personas con problemas con el alcohol o incluso recién nacidos, el coñac se sustituye por vinagre, generalmente de manzana.

Una vez hecha la mezcla, se ingiere en tomas de cuatro gotas, habitualmente colocándolas debajo de la lengua porque de esta forma la información de las esencias hace efecto antes. El número de tomas diarias dependerá de la persona, sin existir en ningún caso efectos negativos por tomar demasiadas veces estos remedios.

#### ¿PLACEBO?

Un argumento al que se pueden enfrentar los profesionales dedicados a trabajar con las Flores de Bach, es a las afirmaciones que colocan a estos remedios la etiqueta de placebo. Una etiqueta que descarta Lola Martín y para la que encuentra una explicación, “En absoluto es un placebo. Lo que ocurre es que depende de la conexión de uno consigo mismo y por eso muchas personas no se dan cuenta del efecto que las esencias les produce.”

## Una flor para cada problema

- 1 AGRIMONIA.** Propensa a las adicciones como válvula de escape a su mentalidad. Busca ser aceptado y, si enferma, bromea al respecto.
- 2 ÁLAMO TEMBLÓN.** Miedosa ante situaciones imprecisas y a la muerte. Presagios, agorafobia y claustrofobia.
- 3 HAYA.** Intolerante y crítica sin piedad. Falta de sensibilidad y comprensión. No soporta ideas y costumbres diferentes a las suyas. Arrogante.
- 4 CENTÁUREA.** Le cuesta decir “no”. Busca complacer a los demás, sacrificando si son necesarias sus propias necesidades. Peligro de aguantar abusos. Voluntad débil.
- 5 CERATOSTIGMA.** Busca la aprobación y el consejo de los demás pues no confía en sí misma. Cambia fácilmente de opinión. Indecisa.
- 6 CERASÍFERA.** Miedo a perder el control de sus actos, a cometer acciones terribles y a enloquecer. Arrebatos incontrolables.
- 7 BROTE DE CASTAÑO.** Repite sus errores, no aprende de sus experiencias.
- 8 ACHICORIA.** Sobreprotege a sus seres queridos y los domina mediante una manipulación excesiva. Considera saber más que sus dependientes. Personalidad posesiva y egoísta.
- 9 CLEMÁTIDE.** Soñadora que se evade la realidad. Persona distraída, presta poca atención a lo que sucede a su alrededor, y vive en un mundo de fantasía como un mecanismo de escape a su infelicidad.
- 10 MANZANO SILVESTRE.** Flor de la limpieza para aquellas personas que se sienten sucias. Baja autoestima y terror a contaminarse.
- 11 OLMO.** Flor de la limpieza para aquellas personas que se sienten sucias. Baja autoestima y terror a contaminarse.
- 12 GENCIANA DE CAMPO.** Pesimista, depresiva. Poco control ante la frustración.
- 13 AULAGA.** Persona desesperada. Se siente sin esperanzas.
- 14 BREZO.** Egocéntrica. Necesita que le escuchen pero no escucha. Habla excesivamente.
- 15 ACEBO.** Persona celosa, desconfiada y rencorosa. Carece de compasión y siente odio. Necesitada de amor.
- 16 MADRESELVA.** No vive el presente. Nostalgia por tiempos pasados.
- 17 HOJARAZO O CARPE.** Agotamiento mental por tedio.
- 18 IMPACIENCIA.** Se siente sola por las características de su vida diaria. Tiende a la impaciencia y a irritarse.
- 19 ALERCE.** Sentimiento de inferioridad. Habituada al fracaso o espera fracasar.
- 20 MÍMULO.** Miedo a lo conocido. Persona tímida.
- 21 MOSTAZA.** Depresión debido a causas desconocidas que aparecen y desaparecen sin motivo aparente.
- 22 ROBLE.** Dedicación obsesiva al trabajo.
- 23 OLIVO.** Agotamiento físico y/o mental.
- 24 PINO.** Persona muy dura consigo misma y dominada por sentimientos de culpa.
- 25 CASTAÑO ROJO.** Preocupación obsesiva por sus seres queridos. Teme que sufran algún daño.
- 26 HELIANTEMO O JARILLA.** Estados de angustia agudos. Pesadillas.
- 27 AGUA DE ROCA.** Persona demasiada perfeccionista. Muy severa y rígida consigo misma.
- 28 SCLERANTHUS.** Indecisa.
- 29 LECHE DE GALLINA.** Secuelas de traumatismos físicos y/o mentales.
- 30 CASTAÑO DULCE.** Persona sumergida en una desesperación profunda.
- 31 VERBENA.** Fanática. No comparte la carga. Fortaleza.
- 32 VID.** Dominadora, tirana.
- 33 NOGAL.** Indecisión para enfrentarse a situaciones comprometidas o emprender nuevas etapas.
- 34 VIOLETA DE AGUA.** Persona orgullosa y, por ello, con tendencia a la soledad. Se siente superior al resto y eso le aísla.
- 35 CASTAÑO DE INDIAS.** Se pierde entre ideas. Diálogos internos
- 36 AVENA SILVESTRE.** Falta de metas. Persona descontenta y perdida ante el rumbo de su vida.
- 37 ROSA SILVESTRE O ESCARAMUJO.** Falta de motivación que le lleva al desinterés, la apatía o la resignación.
- 38 SAUCE.** Persona resentida. Se siente víctima del destino.



Información desarrollada por José Salmerón, formador de terapeutas esenciales, director del Centro Edward Bach de Madrid, independiente del Bach Center inglés.

www.esenciasdebach.com – www.terapiasencial.com – www.gotasdeflores.com – www.centroedwardbach.com