

Tema 4. Preparación y posología de las flores de Bach. Grupo III: remedios para la falta de interés

José María Esteban Fernández

Doctor en Farmacia, Farmacéutico del Cuerpo de Sanidad Nacional

Introducción

La evolución en nuestros conocimientos sobre flores de Bach nos va abriendo nuevas e interesantes perspectivas en la atención farmacéutica integral.

Hemos comentado ya la situación que afecta a las oficinas de farmacia, y en general al mundo farmacéutico, debido a la crisis económica existente, lo que nos obliga a buscar otras vías de actuación farmacéutica que permitan aplicar nuestro bagaje de conocimientos y a la vez ser una alternativa económica que permita la supervivencia de nuestro gran modelo de atención farmacéutica. El poder ampliar nuestro rango de actuación terapéutica siempre es una buena noticia.

Por ahora seguimos profundizando en los remedios disponibles y este conocimiento nos permitirá abrir nuevas vías de uso de las flores de Bach, como en breve estudiaremos.

Grupo 3. Flores para la falta de interés

Puede resultar curioso suponer que lo que llamamos falta de interés pueda ser una causa de desequilibrio o alteración psicofísica que tenga una traducción en problemas fisiopatológicos. Sin embargo, a lo largo de este

capítulo podremos apreciar lo acertado de la búsqueda de un tratamiento a estados alterados de nuestra personalidad.

Algunos autores denominan a los remedios de este grupo como "flores para la falta de interés por el presente". Pero con este grupo de flores el Dr. Bach, en su experimentación, lo que hizo fue buscar el tratamiento para las situaciones que hoy en día denominaríamos de "aislamiento del entorno". Y este aislamiento no se refiere solo a una falta de interés por el presente, sino incluso a no ser capaces de prestar la atención necesaria para aprender del día a día e incluso de nuestros errores.

A mi me gusta definirlos como los remedios a utilizar en quienes no tienen/prestan suficiente interés por sus actuales circunstancias, por distintos motivos.

Madreselva (Honeysuckle). *Lonicera caprifolium* L. Caprifoliaceae (Figura 1)

Palabras clave: nostalgia, persistencia en vivir del pasado

Es una planta semileñosa, vigorosa, de flores fragantes, que aparece en zonas boscosas. Florece entre julio y agosto.

Es la flor para las personas que viven en

Figura 1.
Madreselva.



el pasado en vez de en el presente y que siempre están pensando en lo mejor/peor de su tiempo anterior, lo que les lleva a no tener interés por su presente. Sirve en las personas con añoranza, nostalgia o apego al pasado.

El ejemplo clásico que hubiera debido ser tratado con esta flor es la mujer de Lot, convertida en estatua de sal porque contrarió las advertencias de su ángel guía y, atraída y anclada en su pasado, volvió la vista a Sodoma en lugar de concentrar todas sus fuerzas en el presente, en su huida y su salvación.

Sirve para tratar a las personas que sólo son felices cuando piensan en tiempos pasados e incluso siempre consideran lo anterior como una mejor etapa de su vida. Y eso les impide evolucionar, mirar adelante o disfrutar de su presente.

También sirve en aquellas personas ancladas en lo antiguo o que se niegan a aceptar su presente, por ejemplo en el llamado "síndrome de Peter Pan", en el que las personas se niegan a aceptar su edad o estado actual y se retrotraen a costumbres, usos o formas de vestir antiguas o desfasadas (llegando a rozar el ridículo). O incluso que reniegan de su aspecto y se niegan a aceptar su edad, el aspecto físico y limitaciones que conllevan. Otro ejemplo más acusado aun es el de la actriz

que se ha quedado estancada en su época de esplendor (grandes películas retratan perfectamente este estado).

Podría utilizarse con éxito en los esclavos/adictos de la cirugía estética que se niegan a aceptar el paso del tiempo en su rostro o figura y recurren compulsivamente a esta cirugía.

Es ideal para los ancianos que sienten desinterés, personas viudas o separadas que les cuesta desapegarse del pasado.

También puede utilizarse en personas con actitudes conservadoras interna o externamente que afectan a su convivencia diaria.

Así mismo ayuda en casos de cambios de domicilio, emigración (contra la "morriña"), etc.

Su utilización permite que la persona sienta un mayor apego a su presente, le equilibra, permitiéndole percibir el día a día como algo positivo y vivir el presente plenamente.

Clemátide (*Clematis*). *Clematis vitalba* L. *Ranunculaceae* (Figura 2)

Palabras clave: soñadores, falta de interés por el presente, inconsciencia

Es una planta perenne que crece en la espesura del bosque o en setos. Florece durante el verano.

Casi podemos decir que clemátide (*clematis*) sería para tratar la situación contraria a la que se utiliza madreselva (*honeysuckle*).



Figura 2. Clemátide.

Clemátide (*clematis*) se utiliza para tratar a las personas que están pensando en el futuro o por lo menos en una situación muy distinta de la actual, pero no de su pasado. Se utiliza para tratar a los que podríamos denominar soñadores.

Se emplea en aquellas personas que confían en un futuro mejor, pero en un futuro fruto de su ensoñación y siempre alejado o distante de su realidad diaria. Los que huyen de la realidad, no quieren estar en ella porque confían o esperan la llegada de tiempos más felices.

Por tanto podemos utilizarlo en aquellos que “están en las nubes o en luna” y no se concentran en su realidad diaria. Un extremo son las personalidades disociativas en que una parte de ellos se aleja y aísla de la realidad, llegando a un estado auténticamente patológico.

Así mismo sirve para tratar a las personas fabuladoras, solitarias y que no desean que la gente entre en su mundo de fantasía.

Al utilizar clemátide (*clematis*) se consigue que la persona pueda vivir y disfrutar del presente y aplicar su capacidad de ideación, ensoñación y fantasía de una manera útil y productiva para él (artistas, diseñadores, científicos). Permite que esas personas “pongan los pies en la tierra”, regrese su interés por lo cotidiano y dejen de aislarse en su mundo de fantasía y de construir castillos en el aire.

Castaño blanco o castaño de Indias (*White chestnut*). *Aesculus hippocastanum L.*, *Hippocastanaceae* (Figura 3)

Palabras clave: pensamientos persistentes y/o repetitivos

Arbusto vigoroso de gran porte y cultivado en nuestro entorno. Hojas grandes, de color verde oscuro y muy características. Her-



Figura 3.
Castaño blanco
o castaño de
indias.

mosas flores blancas con manchas rosas o amarillo-rosado. Común en jardines y en parques.

Esta flor se aplica a aquellas personas que siempre están sufriendo por pensamientos repetitivos e insistentes.

Sirve para aquellos que de manera obsesiva dan vueltas a la cabeza sin parar. No es en sí que sufran de un solo pensamiento reiterado, sino que recrean o se obsesionan en distintos temas, lo que no les permite concentrarse en su vida cotidiana.

Estos pensamientos repetitivos pueden ser relativos a cosas que les han ocurrido o que les vayan a ocurrir o no. O incluso estar relacionados con algo que les haya ocurrido recientemente o a lo largo del día.

Podemos definirlo como estados obsesivos en los que se piensa continuamente en lo mismo, sin obtener solución alguna y llegando hasta el propio bloqueo mental.

Al aplicar castaño blanco (*white chestnut*) se consigue que la persona pueda controlar su mente y ordenar y dirigir sus pensamientos, eliminando la situación de obsesión en un tema o pensamiento. Se equilibran y ordenan los pensamientos, permitiendo llegar a obtener las respuestas o soluciones que se buscan.

Figura 4.
Rosa silvestre
o escaramujo.



Rosa silvestre o escaramujo (*Wild rose*)
Rosa canina L. Rosaceae (Figura 4)

Palabras clave: desánimo, abatimiento

Arbusto muy frecuente en los prados y colinas europeas (abundante en los sotobosques españoles). Sus flores son las rosas, por todos conocidas. Florece en primavera y hasta principios del verano.

Esta flor es para tratar a las personas apáticas, letárgicas y que no hacen esfuerzos en mejorar su vida o aprender de lo que les ocurre en el día a día.

Diríamos que es la flor ideal para tratar a los conformistas, a los pasivos y los que no esperan nada mejor o diferente en su vida diaria, lo que acaba haciendo que sufran desapego por su presente. Se rinden, se conforman con lo que tienen y lo que les rodea llegando al desinterés por todo, llegando al fatalismo.

No confundamos el uso de rosa silvestre (*wild rose*) con otra flor que hemos estudiado, aulaga (*gorse*).

En el caso de rosa silvestre (*wild rose*) la usamos para tratar una completa apatía que nace de la pasividad y el fatalismo de la propia persona (que acaba presentando el desapego a su entorno), mientras que en el caso de aulaga (*gorse*) la persona no es fatalista, tenía esperanzas, pero llega a la desesperación porque cree que no hay salida porque percibe

que todo le sale o ha salido mal o todo lo tiene en contra a causa de lo que ha experimentado o sufrido, llevándola a ese estado de abatimiento.

Podemos decir que si la persona aun conserva la voluntad de salir del atolladero, aunque esté desesperada, se utilizaría aulaga (*gorse*) y si la persona es apática y fatalista de base, aplicaríamos rosa silvestre (*wild rose*).

Cuando utilizamos rosa silvestre (*wild rose*) la persona comienza a percibir positivamente el presente, se despierta el interés por la vida cotidiana y desaparece la apatía por la rutina. Digamos que reaparece la sensación de libertad, de la existencia de alternativas vitales y de flexibilidad interior.

Brote castaño de Indias (*Chestnut bud*)
Aesculus hippocastanum L., Hippocastanaceae (Figura 5)

Palabras clave: repetición de errores, no aprender de la experiencia

Arbusto vigoroso de gran porte y cultivado en nuestro entorno. Hojas grandes, de color verde oscuro, y muy características. Hermosas flores blancas con manchas rosas o amarillo-rosado. Común en jardines y en paseos. La esencia se prepara con los brotes.

Es la flor adecuada para tratar aquellas personas que siempre caen en los mismos



Figura 5. Brote castaño de Indias.

errores, sostienen las mismas discusiones y yerran de la misma forma una y otra vez. Que se muestran como poco observadoras o superficiales, sin aprender del día a día, lo que supone que

no prestan atención a su presente, ni a lo que les ocurre. Parecen no aprender de la experiencia.

Para aquellas personas que siempre buscan nuevas experiencias, sin haber disfrutado de la última y por tanto sin aprender de ella.

Sirve para aquellas personas que llegan a la compulsión en sus actuaciones, pero porque no aprenden de los errores anteriores. Repiten las mismas pautas que les llevan a los mismos errores.

Al aplicar este remedio se reactiva la capacidad de aprender, prestando atención a los hechos cotidianos y utilizando los errores como una fuente de conocimiento para prevenir futuros problemas.

Al usar esta flor se incrementa la capacidad de observación y razonamiento, minimizando y hasta desapareciendo la compulsión en cometer los mismos errores, permitiendo que de cada experiencia aprendan algo nuevo e incluso que sean conscientes de actuaciones o comportamientos de los que antes no lo eran.

Olivo (Olive) *Olea europaea* L. *Oleaceae*
(Figura 6)

Palabras clave: agotamiento físico y psíquico extremo

Árbol característico de España, muy longevo, de flores diminutas y blanquecinas que aparecen en racimos al final del verano.

Como farmacéutico y estudioso de la farmacología y fisiología, un concepto que me costó aceptar al usar las flores de Bach es que el cansancio pudiera ser también una emoción. Es evidente que la situación de agotamiento puede ser física, psíquica o de ambas a la vez, pero considerar el agotamiento como emoción me resultó complicado de aceptar.

Sin embargo, el empleo de esta flor es un



Figura 6. Olivo

ejemplo patente de ello, porque el olivo (*olive*) está indicado tanto para el agotamiento, físico o mental, como para la emoción/sentimiento de agotamiento extremo tras haber realizado algún tipo de tarea, trabajo (o incluso aunque no la hayamos terminado o realizado del todo, pero sí existe esa causa para el cansancio y/o la percepción de cansancio).

El Dr. Bach la incluyó en este grupo precisamente porque este agotamiento conlleva que las circunstancias actuales pierdan interés para la persona y, al estar emocionalmente al límite de su resistencia (también física o psíquica o ambas) no puede apreciar/reaccionar en el momento presente.

Este cansancio que aparece como tal emoción tiene tal influencia nociva que nos retrotrae de la realidad y nos aleja de ella.

Por tanto permítanme el símil bíblico y al igual que la paloma llevó a Noé una ramita de olivo en señal de que el diluvio había terminado y la calma atmosférica, la paz y tranquilidad habían regresado al mundo, esta flor al ser utilizada conlleva la calma, la relajación y la tranquilidad, e incluso que cuando se tenga la emoción del cansancio, ésta no se perciba negativamente, sino como algo a aceptar y a resolver.

Es ideal para tratar aquellas personas que sufren un cansancio extremo, agotadas física,

mentalmente o ambas y que apenas pueden sobrellevar sus tareas diarias.

Al tomar olivo (*olive*) se regeneran y recuperan su capacidad de respuesta y de enfrentarse a su presente y futuro sin sentirse agotados, recuperando su vitalidad disminuida o perdida.

Los que estén siguiendo y practicando estos temas estoy convencido que ya se estarán preguntando si no sería por tanto una flor igual que hojarazo (*hornbean*). Pues como diría el político de turno "me alegro que me hagan esa pregunta...". En efecto ambas flores sirven para tratar la sensación de cansancio/agotamiento. Sin embargo olivo (*olive*) sirve para tratar el agotamiento, el cansancio posterior a haber realizado alguna actividad (o mientras se realiza), mientras que hojarazo (*hornbean*) sirve para tratar el cansancio, incluso agotamiento que se produce al pensar en lo que se tendrá que realizar.

Y sí, muy bien si han pensado en utilizar complementariamente ambas flores en situaciones continuas en que la persona está en ciclos de trabajo agotador y que sufre agotamiento tanto por realizar el trabajo como por pensar en él.

Mostaza (*Mustard*) *Sinapis arvensis* L. *Brassicaceae* (Figura 7)

Palabras clave: estado de depresión profunda que aparece y desaparece sin causa conocida.

Figura 7.
Mostaza.



Planta muy característica de las praderas mediterráneas, de hasta unos 60 cm de altura, que crece en campos y a la vera de los caminos. Posee hermosas florecitas amarillas que dan lugar a un fruto característico (silicua) en forma de vaina. Florece de mayo a julio.

Esta flor sirve para tratar personas a las que sin una causa aparente les surge de pronto un estado de depresión/melancolía. Al individuo le abate una profunda tristeza y parece perder a marchas forzadas su energía y su interés por las cosas del día a día. Se aplica en personas que de pronto les parece que unos nubarrones han ocultado el sol de su presente y son incapaces de encontrar un motivo de su infelicidad. Ningún argumento ni distracción les permite salir del pozo en que parecen encontrarse.

Algunos autores señalan que mostaza (*mustard*) se debe aplicar en algunas situaciones parecidas a los primeros estadios de la depresión endógena evolutiva, aunque no olvidemos que en una depresión endógena, si existe una evolución hasta su establecimiento y hay causa subyacente, existe otra flor más específica: genciana (*gentian*). Si no se conoce la causa, entonces podemos aplicar mostaza (*mustard*).

Por tanto mostaza (*mustard*) tiene su aplicación en situaciones de tribulación y falta de ganas y alegría de vivir que aparecen súbitamente; con un estado de pena que va y viene sin una causa aparente (no confundir con un estado maníaco-depresivo en que se pasa de estados de pena a euforia; en ese caso no sería sólo mostaza -*mustard*- la flor a emplear). Al tomar la flor el individuo tiene la sensación como de despertar de un oscuro y pesado sueño, adquiriendo poco a poco claridad interior, y hasta pudiendo llegar a un estado de serenidad.

No es muy difícil diferenciar estas esencias, que en ocasiones se pueden complementar, sobre todo porque la tendencia a huir del presente puede ser algo puntual o mucho más profundo y relacionado con la personalidad.

En la tabla 1 podemos ver ejemplos de

verbalización que nos permiten apreciar el posible empleo diferencial. En algunos aspectos, se podría dudar entre el uso de madreselva (*honeysuckle*) y clemátide (*clematis*), pues ambos se utilizan en individuos que no tienen interés alguno en el presente y no viven el

Tabla 1 | Ejemplos de verbalización de situaciones de incertidumbre y qué flor se recomienda

Para tratar con madreselva (*Honeysuckle*):

- "Todo tiempo pasado fue mejor"
- "Cuando yo era joven... "
- "No me puedo acostumbrar a estos tiempos modernos"
- "No voy a encontrar otro hombre como mi marido"
- "No quiero envejecer"

Para tratar con clemátide (*Clematis*):

- "Suelo soñar con los ojos abiertos"
- "Soy muy distraído"
- "Siempre me dicen que tengo pájaros en la cabeza y que estoy haciendo castillos en el aire"
- "No me comprenden, pero sé que soy un superhéroe"

Para tratar con castaño blanco o castaño de Indias (*White chestnut*):

- "En mis pensamientos parezco un hámster en su rueda, siempre girando en redondo, sin avanzar un solo paso"
- "No puedo sacarme de la cabeza que en la discusión con mi jefe yo debería haberle contestado..."
- "Cada vez que me quiero sentar a estudiar en mi cabeza aparecen todo tipo de pensamientos bullendo y no me puedo concentrar"

Para tratar con rosa silvestre o escaramujo (*Wild rose*):

- "Así es la vida"
- "Yo no puedo mejorar, soy así"
- "Yo no me quejo de mi situación, es como es"
- "Esto me viene de familia. Uno tiene que aprender a aceptar lo que es"

Para tratar con brote castaño de Indias (*Chestnut bud*):

- "Ya sé que no estuve bien, pero lo volvería a hacer tal cual otra vez"
- "Siempre vuelvo a equivocarme en lo mismo y eso que me prometo que esta vez fue la última"
- "Siempre fracaso en los negocios y no logro darme cuenta en qué me equivoco."

Para tratar con olivo (*Olive*):

- "Me siento como si me hubieran apaleado"
- "Estoy exhausto, agotado, cansado. Ya no puedo más con mi cuerpo"
- "Parpadear es demasiado esfuerzo para mí"

Para tratar con mostaza (*Mustard*):

- "Sufro de depresión: ¿no me preguntes por qué!"
- "Es como si hubiera perdido algo pero no sé qué"
- "Sólo me apetece quedarme en la cama"
- "Por la mañana me cuesta muchísimo levantarme y estoy muy deprimido, hacia el anochecer estoy mejor, pero a la mañana siguiente estoy muy mal otra vez".
- "No sé para qué vivo, nada me atrae ni me estimula. Sería mejor para mi familia y para mí que estuviera muerto"

Tabla 2 | Algunos ejemplos de indicaciones de las flores del grupo II

- **Madreselva (*Honeysuckle*):**

Para todo lo que se relacione con envejecimiento, anciano en soledad que se ancla en su pasado. En situaciones de mudanza, cuando parece que no podemos dejar nada aunque ya no sea de utilidad. Ideal en el primer día de colegio o guardería en niños que no pueden desprenderse de sus padres o incluso los que van a ir o están en internados. Un caso extremo sería utilizarla en personas agonizantes que se aferran a la vida así como enfermos de demencia senil en fases tempranas.

- **Clemátide (*Clematis*):**

Pérdida de conciencia, lipotimias. En trastornos auditivos y visuales que no se deban a una enfermedad crónica. Aquellos que se quejan de poca memoria y que no son nada detallistas. En realidad se debe a que no prestan atención. Mala tolerancia a los psicotrópicos. Esta flor aumenta la fertilidad cuando no hay razón orgánica para no concebir. Verrugas. Hemorroides

- **Castaño blanco o castaño de Indias (*White chestnut*):**

Aquellos que desean dormir pero que al apoyar la cabeza sobre la almohada no pueden impedir que sus pensamientos vaguen por todos lados sin poder desconectarlos. Para las migrañas frontales o jaquecas, los que no pueden evitar pensar una y otra vez en los mismos problemas o pensamientos y los que sufren de trastornos en el sueño y/o la concentración. Estudiantes que no se pueden concentrar al estudiar o simplemente en la época de exámenes.

- **Rosa silvestre o escaramujo (*Wild rose*):**

Para personalidades muy pesimistas, ancladas siempre en expectativas negativas. Apatía sexual. Pérdida total de la alegría de vivir y de la motivación interior.

- **Brote castaño de Indias (*Chestnut bud*):**

En personalidades muy aceleradas y poco reflexivas. En enfermedades físicas recurrentes sin saber por qué reaparecen. En diarreas, colitis de repetición, colitis ulcerosa, espasmos intestinales, si se entienden estos cuadros como un muestra psicósomática de la ansiedad expresada a nivel vegetativo automáticamente.

- **Olivo (*Olive*):**

En convalecencias para recuperar fuerzas. Para recuperación de alcohólicos o toxicómanos tras pasar el síndrome de abstinencia. En estados de gran fatiga física y mental, en los que el individuo está exhausto y sin reservas. En pacientes oncológicos que sufren gran desgaste con los tratamientos, olivo (*olive*) les ayuda a salir del terrible agotamiento.

- **Mostaza (*Mustard*):**

En estado depresivo y desesperado que hace que el sujeto se aisle del resto del mundo. En melancolías o depresiones de tipo endógeno. A veces se ha utilizado con éxito en la depresión que surge relacionada con la época menopáusica.

aquí y ahora. He aquí la diferencia: usaríamos madreselva (*honeysuckle*) cuando se refugia en el pasado y ya no espera nada positivo del presente y el futuro, y clemátide (*clematis*) cuando huye del presente y se refugia en la fantasía y en la ensoñación confiando en encontrar un futuro mejor.

Como hemos visto en temas anteriores, una cosa será tratar una situación más o menos puntual o un trastorno más profundo de la personalidad (e insistimos porque es importante tenerlo claro a la hora de aplicar la terapia floral).

Por ejemplo, si estamos en un periodo de mucha actividad laboral o deportiva y llegamos a un cansancio extremo y hemos de continuar al día siguiente afrontando tareas, al irnos a dormir podemos tomar olivo (*olive*) y tomar las 4 gotas en ese momento, y al levantarnos preparar de nuevo el remedio: poner las cuatro gotas en una botellita de agua, agitar e ir bebiendo esa agua mientras estamos en nuestras tareas laborales o deportivas o, incluso, antes de salir, tomar las cuatro gotas.

Si el tratamiento es para una personalidad que se aísla del presente por ser un soñador ya iríamos a un tratamiento más crónico aplicando clemátide (*clematis*) en tratamiento de 4 gotas/4 veces al día e ir evaluando la evolución de la persona (por el fenómeno citado de "capas de cebolla").

Como el propio Dr. Bach demostró, al tratar las alteraciones y la percepción interior con las flores, algunas patologías mejoraban o incluso se curaban como señalamos en temas anteriores. En la tabla 2 se muestra para las flores estudiadas en este tema.

El amable lector podrá, por ejemplo, plantearse un posible tratamiento o coadyuvante de tratamiento para fortalecer el cabello

(incluso en forma de loción capilar externa) a poco que hagamos un ejercicio de lógica y por ejemplo creemos y apliquemos una mezcla de:

- Olivo (*olive*): fortalece el cabello débil (¿cansado?).
- Rosa silvestre (*wild rose*): para evitar la calvicie evitando aceptar la situación que nos lleva a ella (o los antecedentes familiares).
- Hojarazo (*hornbean*): para mejorar la circulación capilar (ver tema anterior).

Como vemos, las posibilidades que se abren son elevadísimas.

Flores y tipologías de personalidad

Aunque en estos temas procuramos centrarnos en el uso terapéutico más inmediato que la propia actividad en una oficina de farmacia nos permite, no es menos cierto que a lo largo de las flores ya estudiadas hemos podido encontrar una serie de patrones de empleo destinados a lo que podríamos denominar tipologías personales.

Esto se refiere a que el propio Dr. Bach y quienes se dedican más a fondo a la terapia floral, correlacionan una serie de tipos básicos de carácter con las flores de Bach utilizadas para equilibrar sus alteraciones.

Así, podríamos diferenciar el empleo de una flor para tratar una alteración puntual y aguda (por ejemplo, me pongo impaciente ante un acontecimiento determinado y hoy estoy impaciente) o para tratar a una personalidad que siempre está impaciente (entendiendo éste siempre como que la impaciencia es algo connatural a su forma de ser).

Tanto ha calado en ciertos terapeutas florales este tema, que incluso en sus libros y artículos confunden o describen las flores más

por el tipo de personalidad en las que se utilizan, que por la propia flor.

De hecho el Dr. Bach en sus escritos llegó a establecer 12 tipologías de personalidad referenciada a los remedios florales, de las cuales cada una puede manifestarse de manera positiva o negativa.

A modo de ejemplo y sin ser exhaustivos en este momento, veamos tres casos de correlación entre tipología de personalidad y alguna de las flores que ya conocemos, tal y como el propio Dr. Bach las describió:

- Las personas clemátide son indiferentes y no poseen un interés especial en la vida: son apáticas y no se esfuerzan realmente por recuperarse de la enfermedad o por concentrarse en el trabajo diario. A menudo les gusta dormir mucho y poseen una mirada hasta cierto punto ajena al mundo, al estar principalmente en su mundo de fantasía.
- Las personas mímulo son el miedo total. Estas personas hacen el débil intento de enfrentarse a sus perseguidores pero parecen estar como hipnotizadas soportando su miedo con calma y sin oponer resistencia, anclados en su timidez y susto. En general, siempre encuentran alguna disculpa para su comportamiento.
- Las personas esclerantus están invadidas por la indecisión. En su vida diaria les resulta muy difícil el poder tomar una decisión y, en caso de enfermedad, no están seguras de lo que quieren, considerando que algo es correcto por un momento y al instante siguiente opinan lo contrario.

Como es lógico, si esas personas muestran desequilibrios que exacerban su tipología personal llegando a ser patológicas, el empleo de las flores en un tratamiento de suficiente duración tipo permitiría equilibrarlos y destacar

los aspectos positivos de su personalidad y limitar los negativos.

En estos temas nosotros hemos huido un poco de esta sistemática, precisamente por aplicar la filosofía del Dr. Bach de simplificar al máximo la terapéutica. Pero al final de este curso profundizaremos un poco más para ampliar las posibilidades de aplicación terapéutica desde otra perspectiva.

Un punto de inflexión

Estamos ya en el cuarto tema de la serie y sigo animando a los lectores a experimentar y diseñar sus tratamientos con flores de Bach, por lo menos ante alteraciones o patologías poco severas, lo que les va a permitir ir adquiriendo experiencia y hasta plantearse dudas que seguro se irán resolviendo en futuros temas o que incluso pueden ya ir resolviendo por su cuenta.

Sin olvidar que hablamos de una terapéutica poco agresiva y además complementaria a otros tratamientos.

Recientemente he colaborado en un interesante estudio que puede sernos de utilidad

en nuestra práctica diaria. El ejercicio consistió en aplicar una nebulización de flores de Bach (en este caso preparadas sin vehículo alcoholico) en una sala de espera de urgencias de un ambulatorio. Se estudiaron estadísticamente los posibles cambios en las pautas de comportamiento entre las personas sometidas al estrés de esta situación, apreciando los organizadores del estudio (médicos y enfermeros) una muy significativa, estadísticamente, mejora respecto a la actitud de pacientes y familiares en esta sala, mediante la evaluación de una serie de parámetros objetivables en el comportamiento y en respuesta a unas encuestas realizadas en sala (con y sin nebulización).

Así que podemos hacer el ejercicio de preparar, por ejemplo, olivo (*olive*), mezclado con hojarazo (*hornbean*) y pulverizarlo a primera hora del lunes antes de abrir o cuando toque guardia en nuestra oficina de farmacia (o si los adjuntos y auxiliares quieren, tomarlo en vez de pulverizarlo, pero la nebulización elimina el componente placebo/subjetivo) y observar cómo se desarrolla el lunes o la guardia. A lo mejor nos llevamos una curiosa sorpresa...

Bibliografía

- Bach E. La curación por las flores. Madrid: EDAF, 1980.
- Bach E. Los doce remedios. Madrid: Plus Vitae, 1991.
- Bach E. Los remedios florales E. Bach, escritos y conferencias. Madrid: Editorial Edaf, 1993.
- Ball S. Los principios que fundamentan los remedios de flores de Bach. Thorsons 1999.
- Barnard J. Las obras completas del Dr. Edward Bach. Oceano Ambar. 2004.
- Blome G. La curación por las flores de Bach. Robin Book, Barcelona, 1993.
- Chancellor, Philip, Handbook of the Bach Flower Remedies, Essex, England, Daniel Company Ltd., 1980.
- Grecco Horacio Eduardo. Repertorio de Síntomas y Esencias Florales. Editorial médicos eclécticos. Guadalajara. México 1990.
- Hyne-Jones TW. El diccionario de Flores de Bach. Ed. Lidium 1992.
- Jiménez, L. Humanidad y flores de Bach. Editorial Indigo, Barcelona. 2003.
- Orozco, Ricardo. Flores de Bach: Manual para terapeutas avanzados. Índigo, Barcelona, 1996.
- Pastorino MA. La Medicina Floral de Edward Bach. Buenos Aires. Ed Club de Estudio. 1990.
- Ramsell J. Preguntas y respuestas de los remedios florales de BACH. Ed Edaf, 1993.
- Veilati S. Tratado completo de terapia floral. España: Editorial EDAF. 1999.

Fichas del grupo III

INGLÉS	<i>HONEYSUCKLE</i>
CASTELLANO	MADRESELVA
GRUPO	Para la falta de interés
DENOMINACIÓN	Esta esencia floral se emplea en las personas que suelen vivir mucho en el pasado, recordando constantemente tiempos felices, a algún ser querido fallecido, incluso proyectos no realizados, siendo de esta forma incapaces de esperar de la vida algo positivo
ESTADO REAL	Nostalgia del pasado
ESTADO IDEAL	Superación del pasado
FLORACIÓN	Abril a julio
LOCALIZACIÓN	En zonas húmedas desde el mar hasta la montaña
PREPARACIÓN	Cocción
INGLÉS	<i>CLEMATIS</i>
CASTELLANO	CLEMÁTIDE
GRUPO	Para la falta de interés
DENOMINACIÓN	Se emplea en las personas soñadoras, que nunca mantienen una postura despierta, adormilados y con muy poco interés por la vida. Son personas tímidas, que suelen vivir mucho más en el futuro que en el presente.
ESTADO REAL	Soñadores
ESTADO IDEAL	Realistas
FLORACIÓN	Mayo a julio
LOCALIZACIÓN	En lugares inhóspitos y en bosques
PREPARACIÓN	Solar
INGLÉS	<i>WHITE CHESTNUT</i>
CASTELLANO	CASTAÑO BLANCO
GRUPO	Para la falta de interés
DENOMINACIÓN	Se emplea para las personas que no pueden evitar los pensamientos que entran en la mente, las ideas y toda clase de argumentos, proporcionándoles un tormento mental
ESTADO REAL	Diálogo interno torturante e indeseado
ESTADO IDEAL	Claridad mental
FLORACIÓN	Abril a junio
LOCALIZACIÓN	En parques y jardines
PREPARACIÓN	Cocción
INGLÉS	<i>WILD ROSE</i>
CASTELLANO	ROSA SILVESTRE
GRUPO	Para la falta de interés
DENOMINACIÓN	Para las personas apáticas, sin preocupaciones y sin lamentarse a la lucha por la vida
ESTADO REAL	Apatía
ESTADO IDEAL	Creatividad
FLORACIÓN	Mayo a julio
LOCALIZACIÓN	En los bosques, montes y áreas inhóspitas
PREPARACIÓN	Cocción

Fichas del grupo III (continuación)

INGLES	<i>CHESNUT BUD</i>
CASTELLANO	BROTOS DE CASTAÑO DE INDIAS
GRUPO	Para la falta de interés
DENOMINACIÓN	Esta esencia floral se usa en las personas que tienen dificultades de atender y aprender en la vida con las experiencias, teniendo dificultades para la observación y la atención de las cosas. Suelen ser personas que repiten los errores constantemente.
ESTADO REAL	No aprender de las experiencias
ESTADO IDEAL	Aprendiendo de las experiencias
FLORACIÓN	Abril y mayo
LOCALIZACIÓN	En los jardines, parques y lugares cultivados
PREPARACIÓN	Cocción
INGLÉS	<i>OLIVE</i>
CASTELLANO	OLIVO
GRUPO	Para la falta de interés
DENOMINACIÓN	Se usa para las personas que se sienten muy agotadas, tanto psíquicamente como físicamente, prestando a su alrededor una falta de interés por todo. Personas que suelen haber sufrido mucho, estando exhaustas y agotadas, sintiendo que les falta la fuerza para todo
ESTADO REAL	Agotamiento mental y físico extremo
ESTADO IDEAL	Vitalidad
FLORACIÓN	Abril a junio
LOCALIZACIÓN	En las regiones litorales del mar Mediterráneo
PREPARACIÓN	Solar
INGLÉS	<i>MUSTARD</i>
CASTELLANO	MOSTAZA
GRUPO	Para la falta de interés
DENOMINACIÓN	Se utiliza en las personas que tienen depresiones profundas, que vienen y van, sin ningún tipo de conclusión, y por causas de un origen desconocido
ESTADO REAL	Depresión profunda que viene y va
ESTADO IDEAL	Despreocupación alegre
FLORACIÓN	Abril a septiembre
LOCALIZACIÓN	En lugares herbosos, en las rocas y en zonas de cultivo
PREPARACIÓN	Cocción