

Tema 5

Grupo IV. Remedios para los que se sienten solos
 Grupo V. Remedios para la sensibilidad excesiva
 a influencias y opiniones ajenas

José María Esteban Fernández

Doctor en Farmacia, Farmacéutico del Cuerpo de Sanidad Nacional

Introducción

Según vamos profundizando en la terapia floral, nos damos cuenta que esta herramienta terapéutica nos abre nuevos campos a la práctica farmacéutica, disponiendo de un magnífico complemento a la terapia farmacológica convencional.

Como estamos revisando, la simplicidad y versatilidad de su empleo nos están permitiendo un abordaje terapéutico a problemas que de otra manera serían muy complejos de tratar, o por lo menos teniendo que recurrir a medicamentos con posibles efectos adversos.

De todas formas no podemos olvidar dónde se enmarca esta terapia floral y, aunque sigan apareciendo nuevas propuestas supuestamente amparadas en los estudios del Dr. Bach, no debemos dejar que estas aparentemente interesantes posibilidades nos limiten a la hora de profundizar en la terapia que estamos estudiando.

En noviembre de 2011 se cumplió el aniversario del fallecimiento de Dr. Bach y con esa excusa algunas empresas presentaron nuevos productos supuestamente relacionados con la terapéutica floral del Dr. Bach. Pero a poco que las analicemos, verán que aunque emplean supuestamente las esencias florales, no tienen mucho que ver. Por ejemplo la llamada terapéutica *kémica* que intenta ligar las flores de Bach con conocimientos supuestamente alquímicos.

Por eso es mejor que continuemos profundizando en los aspectos ya contrastados de la terapia floral del Dr. Bach y tiempo habrá para que cada uno se oriente en lo que le interese.

Grupo IV. Flores para la soledad

Todos sabemos que la soledad, o la sensación de soledad,

es un mal que atenaza a las sociedades tecnificadas. Y pese a la búsqueda, compulsiva a veces, de sistemas que nos eviten el aislamiento (quizá el exponente más claro sea la cada vez mayor “dependencia” de los teléfonos móviles o las redes sociales por Internet), la sensación de soledad cada vez es mayor y en especial en ciertos colectivos o rangos de edad.

Esta sensación o situación de soledad es evidente que agrava en muchos casos los padecimientos y/o dolencias de las personas, y de nuevo la terapia floral nos ofrece la posibilidad de un tratamiento coadyuvante en estas situaciones.

Brezo (Heather). *Calluna vulgaris L. Ericaceae* (Figura 1)

Palabras clave: centrado en sí mismo (locuaz y mal oyente), no soporta la soledad

No debe confundirse con la erica de flores rojas. Florece entre julio y septiembre con flores azulado-rosadas, a veces blancas, en eriales, tremedales y planicies abiertas.

Es la flor para las personas que están absortas en sus asuntos y problemas e intentan hacer partícipes a los demás de todo aquello que les afecta, sufren o temen, lo que causa que acaben sufriendo de soledad, porque las personas se alejan de ellos y tratan de evitarlos. Es la flor adecuada para el individuo que no hace más que girar a todo y a todos en torno de sí mismo y sus problemas. En

Figura 1. Brezo.



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

Para tratar con Brezo (*Heather*):

- "Escuchen, que les voy a contar los terribles problemas que tengo"
- "Cuando puedo hablar de mis problemas, enseguida me siento mejor"
- "Yo intervengo siempre en las conversaciones, tanto si sé del tema de que se trate como si no"

Para tratar con Impaciencia (*Impatiens*):

- "Siempre me dicen que yo primero hago, luego pienso"
- "Me cuesta adaptarme al ritmo de los demás porque soy muy rápido"
- "Jamás hago una cola, no lo aguanto."
- "Conmigo todo debe marchar rápido y bien, si no, no me puedo contener"

Para tratar con Violeta de agua (*Water violet*):

- "A veces me siento aislado de los demás"
- "Prefiero mantenerme reservado. No me gusta demasiado esa cosa amiguismo tan cercano".
- "Cuando me piden un consejo, prefiero mantenerme a cierta distancia"
- "Me dicen que ando con una coraza a cuestras. Yo no lo siento"
- "Mi esposa se queja de que yo estoy siempre trabajando y estudiando y no la ayudo en nada con los chicos"
- "Casi siempre trato de arreglármelas solo en vez de pedir ayuda "

ocasiones, irrita a quienes lo rodean con sus problemas, y hasta trata de resolverlos a su costa.

Sirve para las personas que *matan* a cualquiera con su verborrea, los que tienen una necesidad casi obsesiva de autorepresentación. Debido a su miedo se sentirse solos siempre necesitan un público que tome conciencia de sus problemas tremendamente importantes o de sus hazañas diarias, buscando por tanto siempre la atención y dedicación de quienes le rodean, pero de una manera egoísta y sin dar nada a cambio.

La utilización de la esencia floral hace que la persona deje de estar todo el rato prestando atención a sus intereses y se preocupe más por los demás. Aprenden a escuchar y a compartir sus preocupaciones de una manera más adecuada, sin descargar sus problemas en quien se encuentren, convirtiéndose en personas que apoyan y ayudan al resto y alejando así el fantasma de la soledad. Esta flor es ideal para tratar el síndrome "del niño necesitado" que sólo busca la atención de sus padres o a los que les encanta hablar mucho y de sí mismos, en una búsqueda de alejar la soledad.

Impaciencia (*Impatiens*). *Impatiens glandulifera* Royle.

Balsaminaceae (Figura 2)

Palabras clave: impaciencia, irritabilidad

Esta planta carnosa, que alcanza hasta 1,80 m de altura, crece a la orilla de los ríos, en los bancos de los canales y

en otros terrenos bajos y húmedos. Florece entre julio y septiembre y las flores son de un tono violeta pálido a rojizo. De nuevo nos encontramos con una esencia que se hace difícil entender por qué se clasifica dentro de este grupo de tratamiento. Y otra vez hemos de comprender que esta terapéutica se enmarca en la búsqueda de soluciones profundas.

El porqué comentamos esto es debido a que con esta esencia se tratan aquellas personas cuyo perfil de actuación es la prisa. Se aplica en personas impacientes que no suelen respetar el curso natural de los acontecimientos y odian la rutina; siempre tienen prisa y todo les parece lento. Sufren de tensión muscular generalizada y tienen poca paciencia con las personas lentas o más reflexivas.

Se utiliza para aquellas personas que son de visión más rápida, espetan sus frases como ametralladoras, reaccionan al instante, deciden sobre la marcha, y por supuesto, también se agotan pronto. Acaban en soledad porque su intransigencia hacia aquellos que ellos interpretan como "más lentos" les acaba alejan-

Figura 2. Impaciencia.



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

Brezo (*Heather*):

- Para niños muy charlatanes, muy mimosos y de llanto fácil. Para adultos de llanto fácil.
- En enfermedades psicósomáticas.
- Hipocondrías en las que la intención de la pretendida enfermedad sea la de acaparar la atención de los demás.

Impaciencia (*Impatiens*):

- Remedio para el dolor. Según E. Bach "*Impatiens* tiene éxito ahí donde la morfina fracasa".
- Dolores extremadamente agudos y explosivos, de corta duración, como ciática, neuralgias, etc.
- Para los que tienen dificultad en relajarse.
- Cuando no pueden dormir, no se pueden quedar en la cama, necesitan levantarse.
- Insomnio debido a tensión física y mental.
- Niños hiperquinéticos o hiperactivos.
- En temblores de diferentes orígenes (por ejemplo en parkinsonismo; por supuesto no sustituye la medicación correspondiente indicada por el médico).
- En contracturas musculares (tortícolis).
- Eyaculación precoz.
- Procesos "explosivos": diarreas, vómitos.

Violeta de agua (*Water violet*):

- Es efectivo en enfermedades de los huesos y de la sangre por el profundo repliegue interior y la dificultad de expresarse que tienen estas personas: rigidez muscular, rigidez en las articulaciones

do de ellos. A veces no verbalizan este estado de impaciencia, pero es perceptible por medio de ademanes: tamborilear con los dedos, balancearse en una silla, etc. Por supuesto la esencia floral sirve también para aquellas situaciones en que el individuo esté reaccionando de una manera expeditiva y rápida (aunque no sea ésta su actitud habitual) o en situaciones en que nos atrapa la impaciencia y/o el deseo de hacer las cosas rápidamente (por ejemplo ante un viaje la típica prisa por facturar el equipaje o la sensación de agobio por querer hacer todo rápidamente).

Es evidente que las personas que son impacientes acaban sufriendo problemas nerviosos, desembocando en el estrés, aparte de ser proclives a más accidentes ante su deseo de hacer las cosas rápidamente (por ejemplo el caso del síndrome del conductor agresivo, pero por impaciente).

Al usar la esencia floral la persona canaliza su impaciencia hacia una mejor capacidad de resolución pero más reflexivamente. Se incrementa su tolerancia hacia el ritmo de los demás o de la vida/cosas, haciéndolos más comprensivos y tolerantes. Todo ello redundará en una mejora en sus relaciones con los demás, al respetar sus ritmos.

El propio Dr. Bach recomendaba esta flor en estados de dolor agudo y de aparición súbita, por lo que se puede utilizar el preparado aplicando incluso 4 gotas cada 15 minutos, hasta que el dolor comienza a remitir.

Violeta de agua (*Water violet*). *Hottonia palustris*

L. *Primulaceae* (Figura 3)

Palabras clave: soledad, soberbia, reserva; no interferencia en los asuntos ajenos

Florece en mayo y junio en aguas de lento fluir, estanques o zanjas. Las flores, de un color lila y suave, amarillas en el centro, se disponen en espiral alrededor del tallo sin hojas. Éstas, que tienen forma de pluma, permanecen bajo la superficie del agua.

Es el remedio para "los elegidos", los que se sienten superiores a los demás y se mantienen a distancia para no "mancharse". Eso les lleva a sufrir soledad y, de acuerdo a su rigidez mental, se distancian de todo y de todos.

También es la flor ideal para tratar a aquellas personas que dan una imagen de orgullosos y poco accesibles que siempre se alejan de los demás, no por timidez (ya sabemos qué flor emplear en ese caso ¿verdad?), sino

Figura 3. Violeta de agua.



porque son personas que se han acostumbrado a su mundo de soledad y les cuesta abrirse a los demás, no tolerando que otros se inmiscuyan en sus asuntos.

Al utilizar la esencia y producirse un equilibrio en su personalidad, aparecen personas muy interesantes, de gran mundo interior, respetuosos con los demás, hábiles y competentes, pero reservados. Son tolerantes, persuasivos y comprensivos cuando la esencia les ha equilibrado.

Uso diferencial

Vemos que no es difícil diferenciar el empleo de las esencias destinadas a la soledad porque tratan aspectos muy distintos de la misma. Y de nuevo insisto en la posibilidad de combinar con otras esencias o entre ellas.

Así mismo no debemos olvidar que el Dr. Bach estudió sus esencias dentro de la búsqueda de remedios para patologías que él entendía de base "espiritual" (lo que hoy denominaríamos psicósomáticas, como hemos repetido con anterioridad).

De modo que el amable lector puede seguir experimentando y practicando. Imaginemos como ejemplo una persona que llega a la farmacia, viejo conocido nuestro, que sabemos que le gusta llevar nuestra atención al límite y se explaya contándonos sus dolencias, en claro síntoma de hipocondría y necesidad de atención. Sin embargo, en esta ocasión, aparte de explayarse en sus dolencias imaginarias, refiere la aparición de un agudo ataque de ciática que además se suma a un insomnio porque es incapaz de relajarse.

Aparte del tratamiento farmacológico que le haya sido prescrito, podemos prepararle un remedio mezclando brezo (*heather*) y a la vez impaciencia (*impatiens*), para que se tome 4 gotas/4 veces al día. Y si el dolor no remite puede poner 4 gotas del preparado en una botella de agua y zumo e ir bebiendo a discreción. Una vez remitido el dolor, ya podemos cambiarle el tratamiento sólo con brezo (*heather*).

Grupo V. Remedios para la sensibilidad excesiva a influencias y opiniones ajenas

Este grupo recoge una serie de flores específicamente utilizadas para tratar aquellas personas en que la influen-

cia de su entorno y de otros individuos es la causa de sus dolencias y malestar.

Algunos autores indican que son las esencias para tratar lo contrario de lo que tratan las del grupo 4. Pero como podemos inferir y en breve estudiaremos, esto no es así. Más bien, como ocurre en la terapéutica floral, se produce una complementación incluso en grupos aparentemente tan dispares de esencias.

Nogal (*Walnut*). *Juglans regia* L. *Juglandiaceae* (Figura 4)

Palabras clave: protege de las influencias exteriores y ayuda en los grandes cambios

Este árbol alcanza hasta 30 metros de altura, de hermoso porte y el preferido para descansar bajo su protección por su sombra. Las numerosas flores masculinas y las femeninas, en menor cantidad, ambas de color verdoso, crecen en un mismo árbol. Florecen en abril o mayo poco antes o al mismo tiempo de brotar las hojas.

Esta flor es la adecuada para prepararse o protegerse contra las sensaciones negativas de todo lo que implique cambio, como cambio de país, trabajo, estado civil o de relación afectiva, dentición, pubertad, menopausia, separaciones, etc. Ayuda a reubicarse y a "cortar amarras" que imposibiliten el cambio. Su empleo nos ayuda a acostumbrarnos a la nueva situación y dejar atrás el pasado.

Porque no olvidemos que los cambios, sobre todo muy drásticos, son fuente de alteraciones psicósomáticas importantes, que se manifiestan con estrés, desánimo, tendencias depresivas, etc. Bach escribe acerca de nogal (*walnut*): "Está indicado para todos los que tienen que

■ Figura 4. Nogal.



decidirse a dar un paso adelante, romper con convenciones obsoletas, dejar atrás viejos límites y restricciones y empezar desde cero". Esta despedida de los viejos lazos, ideas y sentimientos siempre es dolorosa y a menudo tiene repercusiones en el estado físico de la persona.

Útil también frente a influencias externas negativas. También puede usarse en casos de personas que se creen víctimas de alguna fuerza oculta (los aficionados al esoterismo). Por eso se le conoce como el "rompe-hechizos".

Pero no confundir con el empleo de álamo (*aspen*), pues este último se utiliza para tratar el miedo por causas desconocidas o a causas sobrenaturales, mientras que nogal (*walnut*) ayuda a evitar la sensación de estar ligado/amarrado mediante una técnica esotérica y les permite una liberación. Como es evidente se pueden emplear ambas esencias si la persona tiene miedo ante la posibilidad de este tipo de amarres, algo que ocurre en ciertas personas supersticiosas o de entornos sociales muy ligados al mundo mágico, por ejemplo la etnia gitana, ciertos países iberoamericanos o como ocurre con mujeres nigerianas o de Benín explotadas sexualmente merced al uso del "ju-ju" (un tipo de amarre mágico con ceremonias sangrientas que implican la muerte de animales y el uso de fluidos corporales de la hechizada).

También es la esencia que debe utilizarse para facilitar la transición en situaciones de cambio significativo en la vida, por ejemplo la dentición en niños, primeros días de escuela, jubilación, menopausia, etc.

Centaurea (Centaury). *Centaureum erythraea Rafn. Gentianaceae*
(sinónimo *Centaureum umbellatum*, antes *Erythraea centaurium*)

(Figura 5)

Palabras clave: sometimiento

Planta de tallo recto que alcanza entre 5 y 35 cm de altura. Crece en campos secos, al borde de los caminos o en lugares yermos. Las pequeñas flores rosadas, muy enhiestas, están insertadas en la punta de las ramas. Florecen entre junio y agosto y sólo se abren cuando reina buen tiempo.

Es la flor adecuada para tratar aquellas personas que tienden a decir sí a cualquier petición, que pretenden agradar y ser útiles a todo el mundo. En especial cuando esta actitud llega al sometimiento extremo de esclavizarse, someterse y a la servidumbre casi patológica (en las anormales relaciones de sado-masochismo, la flor estaría

indicada para los masoquistas).

Es la flor adecuada para tratar situaciones en que las personas sufren daño psicológico por ese deseo de ser servicial y agradar a los demás (sean seres queridos o no) o cuando por ser personas cariñosas y

afables aguantan todo tipo de abusos (incluso físicos). Se emplea en los que no saben decir que no o en los niños de buena voluntad, obedientes y complacientes que se dejan llevar fácilmente por sus compañeros y porque incomprensiblemente a veces son objeto de palizas y abuso (lo que se denomina con el anglicismo "bulling").

Al usar la esencia no es que la persona se "convierta", pues seguirá siendo amable y servicial, pero le ayudará a establecer el límite entre ser servicial y servil. Podrá decir "no" cuando deba hacerlo, sin sentirse mal por ello.

También sirve para aquellos que necesitan vivir al lado de alguien fuerte (de personalidad, actitud o físico) y, para no perderla, se somete a ella. Al tomar la flor disminuye su sensación de debilidad y dependencia.

Por ejemplo también puede utilizarse en personas cuyos padres o familiares les quieren obligar a seguir ciertas tradiciones (como el estudiar una determinada carrera o seguir al frente del negocio familiar) y no se atreven a decir que no. Al tomar la flor adquieren el valor necesario para decir que no, razonando su negativa, por mucho que les intenten forzar.

Agrimonia (Agrimony). *Agrimonia eupatoria L. Rosaceae*
(Figura 6)

Palabras clave: ansiedad y tormento enmascarado por alegría y cortesía

Hermosa planta de flores amarillentas en un racimo terminal. Florece de junio a agosto.

Es la esencia para el sufrimiento y la tortura interior, sobre todo si se esconde tras una apariencia indiferente y feliz. Alivia la ansiedad producida por la falta de auto-reconoci-

■ **Figura 5.** Centaurea.



■ **Figura 6.** Agrimonia.



miento interior. Elimina tensiones internas que suelen alentar el sentido de autodestrucción.

Para aquellas personas angustiadas atormentadas internamente, los que no soportan la negatividad externa, por lo tanto siempre con la sonrisa y el chiste/bromas en la boca, a punto para reír y hacer reír: el payaso triste. No puede soportar que su entorno sea mínimamente negativo, nadie puede estar triste, todo tiene que ser de color de rosa, pero "la procesión va por dentro".

Ideal para aquellos que fingen estar alegres, incluso se muestran frívolos, pero con un fondo atormentado, pues su alegría es falsa. Se usa en aquellos que cualquier pequeño problema le agobia y hacen lo que sea para que todo sea (o parezca) perfecto. Para quien oculta sus sufrimientos mentales o físicos: nunca los expresa, no quiere que los demás se preocupen. Teme quedarse solo, porque entonces se quita la máscara y se derrumba. No se atreve a enfrentarse a la cruda realidad de los hechos. No hay coraje. Oculta sus sentimientos. También es la esencia de elección en personas con adicciones (droga, alcohol) o alteraciones alimentarias como la bulimia o la obesidad (el síndrome del "gordito feliz", que no es tal, pues buscan en estas sustancias o forma de comer el librarse de sus tormentos interiores y soportar con una fingida o artificial alegría sus pesares).

Al utilizar la esencia floral la persona se hace consciente de sus problemas y se atreve a enfrentarlos, sin huir de ellos. Es una flor cuyo uso ha de ser muy cuidadoso, primero porque es difícil diagnosticar a un paciente que tenga este trasfondo, pues siempre procuran ocultarlo y, en segundo lugar, porque al administrar agrimonia (*agrimony*) desaparece esa máscara que portan y aflora el estado natural que se encontraba reprimido, por lo que se destapan los traumas y/o aquello que estaba oculto. Esto significa que, tras hacer su efecto, debemos utilizar otras flores para tratar la verdadera causa subyacente de alteración en la persona.

Desde el punto de vista psicosomático se puede emplear agrimonia (*agrimony*) en aquellas dolencias menores,

pero molestas y torturantes (como el dolor de muelas, los picores de origen desconocido, estreñimiento, etc.).

Acebo (Holly). *Ilex aquifolium* L. Aquifoliaceae (Figura 7)

Palabras clave: odio, envidia, celos, desconfianza, sospecha

En general es un arbusto, pero también los hay de porte arbóreo. Sus hojas son perennes, verdinegras, coriáceas y muy brillantes, con pequeñas drupas de color escarlata. Prospera en bosques y en los lindes de los zarzales. Las flores masculinas y femeninas son blancas, de suave fragancia, que por lo común crecen en plantas diferentes.

Esta flor sirve para tratar a quienes albergan sentimientos muy negativos hacia los demás: envidia, celos, rencor, odio, sospecha, intolerancia, etc.

Se emplea en personas cerriles, separatistas, que odian al mundo entero y son de corazón endurecido, en aquellos que desconfían de todo y todos, expresando siempre una rabia y sed de venganza que amarga su vida.

Algunos autores indican que acebo (*holly*) es la flor indicada para el enfado. Pero esto no es así; sólo sirve cuando el enfado surge por algunos de los sentimientos/resentimientos expresados anteriormente.

Al consumir la esencia sus pensamientos se tornan positivos, se incrementa su capacidad de comprensión hacia los demás y se alivia su dolor, al dejar de sufrir por sentimientos tan negativos.

Cuando se les trata contemplan el mundo desde una perspectiva más positiva y su fuerza, antes canalizada a la agresividad y al odio, se orienta hacia la consecución de objetivos más nobles.

Quizás sería interesante el experimento similar al que describimos en temas anteriores que hemos realizado en un hospital, y se debiera nebulizar la esencia de acebo (*holly*) en las sedes de ciertos partidos políticos de ideas

■ **Figura 7.** Acebo.



Tabla 3 | Ejemplos de verbalización de situaciones de sensibilidad excesiva a influencias y opiniones ajenas y qué flor se recomienda

Para tratar con Nogal (*Walnut*):

- "Si bien yo ahora estoy divorciado, aún me siento atado a mi relación anterior"
- "Ya tomé la decisión, pero todavía no la puedo ejecutar"
- "Estoy pensando en un cambio radical en mi vida. Sé lo que quiero pero no puedo terminar de decidirme a hacerlo"
- "Me acabo de cambiar de localidad de trabajo y me cuesta adaptarme"

Para tratar con Centaura (*Centaury*):

- "Sus deseos son órdenes para mí"
- "Me dicen que soy demasiado bueno, pues me cuesta decir que no"
- "Me convencen con facilidad aunque no quiera verdaderamente hacerlo"
- "No tengo tiempo para mí porque tengo que hacer lo que me pidieron"
- "Vuelvo tarde de la oficina porque tengo que terminar el trabajo que mis compañeros me pidieron que hiciera"
- "Cuido a mi madre, por eso no puedo salir como hacen otras personas"

Para tratar con Agrimonia (*Agrimony*):

- "No te preocupes, sé feliz"
- "Mira siempre el lado positivo"
- "No hay problemas en nada"

Para tratar con Acebo (*Holly*):

- "Cuando me hacen algo malo no paro hasta vengarme"
- "Si me ofenden puedo volverme furioso"
- "Siento cómo me voy poniendo agresivo interiormente"
- "Mis amigos me dicen que no sea tan desconfiado pero no lo puedo evitar"
- "Odio a los de esa raza/nacionalidad/equipo de fútbol"
- "Me mata la envidia cuando veo lo que otros consiguieron en la vida"
- "Me dicen que tengo una piedra en vez de corazón"
- "No sé por qué, pero estoy descontento, frustrado"

intolerantes (tanto de izquierda, derecha o nacionalistas) o en algunos campos de fútbol donde la agresividad está a flor de piel

Es la flor ideal para tratar dolencias cardiacas originadas por el estado continuo de estrés por la actitud de odio y rencor constante.

Uso diferencial

Apreciamos que al igual que en las del grupo anterior no es muy difícil diferenciar estas esencias, que en ocasiones se pueden complementar. En la tabla 3 se recogen ejemplos de verbalización que nos permiten apreciar el posible empleo diferencial y la tabla 4 nos muestra posibles usos terapéuticos para las flores estudiadas en este grupo.

Flores e influencias externas, un ejemplo de una terapia multifactorial

Aunque no dejamos de reiterar que una de las grandes

ventajas de esta terapia es su inocuidad y por tanto que si nos equivocamos al utilizar alguna flor, lo máximo que puede ocurrir es que no surta efecto, estamos descubriendo cómo tenemos una serie de herramientas para poder abordar diversos problemas desde diferentes puntos de vista. Y pese a que el lector fácilmente puede deducir lo que vamos a explicar, es un interesante ejercicio.

Veamos cómo abordamos los problemas causados por las influencias externas, ahora que ya conocemos distintos tipos de flores de Bach, en lo que respecta a la posibilidad que se vean influidos desde el exterior, según la descripción que nos haga la persona de su percepción de estas influencias externas. Porque como vemos no debemos quedarnos en interpretar el uso de la flor sólo por la tipología personal, como algunos autores recomiendan. El sistema floral del Dr. Bach es mucho más amplio y si estudiamos al ser humano como un todo podemos realizar un diagnóstico y, sobre todo, un tratamiento efectivo.

Tabla 4 | Algunos ejemplos de indicaciones de las flores del grupo V

Nogal (*Walnut*):

- Como adyuvante en tratamientos quiroprácticos de columna o en tratamientos odontológicos.
- En situaciones de duelo, para poder cortar los vínculos afectivos dolorosos sobre el ser querido.
- En tratamientos de adicciones, a la nicotina en fumadores, a la comida en obesos, a la droga en drogadictos, al alcohol en alcohólicos, etc.

Centaurea (*Centaury*):

- Debilidad. Falta de vigor. Palidez. Convalecencia, cuando el cuerpo está débil. Pero siempre que la causa sea la servidumbre a los demás.
- Puede ser útil para venas débiles, mala circulación, varices.

Agrimonia (*Agrimony*):

- Como este remedio “saca al exterior” lo que se reprime, se puede usar en afonías, picaduras, infecciones, estreñimiento, etc.
- Úlceras gástricas debido a la tensión nerviosa reprimida.

Acebo (*Holly*):

- Hipertensión.
- Dolencias cardíacas.
- En niños que tienen frecuentes ataques de cólera o caprichos. En niños con celos por el nacimiento de un hermanito.
- En pacientes psicosomáticos para eliminar la autoagresión.

De modo que repasemos algunas flores que ya conocemos desde la perspectiva del paciente respecto a las influencias externas:

- Centaurea (*Centaury*): fácil de influir por debilidad de la propia voluntad.
- Ceratostigma (*Cerato*): fácil de influir por desconfiar de su propio discernimiento.
- Escleranto (*Scleranthus*): fácil de influir por falta total de orden mental y es arrastrado con brusquedad y sin cesar de aquí para allá por las opiniones ajenas y la indecisión.

- Avena silvestre (*Wild Oat*): fácil de influir por no tener en claro la idea de su propia meta.
- Madreselva (*Honeysuckle*): fácil de influir porque la conciencia permanece más en el pasado y no presta atención al presente.
- Clemátide (*Clematis*): fácil de influir porque la conciencia permanece más en mundos de fantasía.
- Nogal (*Walnut*): fácil de influir debido a su acentuada sensibilidad, debilidad e inestabilidad en importantes etapas de la vida, en las cuales se debe afrontar un nuevo comienzo.

Fichas de flores del grupo IV

INGLÉS	HEATHER
CASTELLANO	BREZO
GRUPO	Para la soledad
DENOMINACIÓN	Para las personas que no soportan la soledad, que siempre tienen que ir buscando a otras personas para discutir sus asuntos
ESTADO REAL	No soporta la soledad
ESTADO IDEAL	Aceptando la soledad
FLORACIÓN	Agosto a noviembre
LOCALIZACIÓN	En los pastizales, bosques y turberas, desde el mar hasta los 2000 metros de altura
PREPARACIÓN	Solar

Fichas de flores del grupo IV (continuación)

INGLÉS	<i>IMPATIENS</i>
CASTELLANO	IMPACIENCIA
GRUPO	Para la soledad
DENOMINACIÓN	Para las personas con pensamientos muy rápidos y que son muy veloces de realizar las cosas o de decisiones rápidas a causa de su impaciencia. Suelen pensar y trabajar solos, para obtener un ritmo que les gusta y no tener ningún tipo de dependencia
ESTADO REAL	Impaciencia, irritabilidad
ESTADO IDEAL	Paciencia, comprensión
FLORACIÓN	Julio a septiembre
LOCALIZACIÓN	En zonas húmedas, en lugares sombríos y en los bordes de los cursos de agua
PREPARACION	Solar
INGLÉS	<i>WATER VIOLET</i>
CASTELLANO	VIOLETA DE AGUA
GRUPO	Para la soledad
DENOMINACIÓN	Para las personas que les gusta estar solas, siendo muy calladas y de muy poco diálogo
ESTADO REAL	Orgullo
ESTADO IDEAL	Tolerancia, humildad
FLORACIÓN	Abril a julio
LOCALIZACIÓN	En lugares húmedos y en zonas de cultivo
PREPARACIÓN	Solar

Fichas de flores del grupo V

INGLÉS	<i>WALNUT</i>
CASTELLANO	NOGAL
GRUPO	Para las influencias y opiniones
DENOMINACIÓN	Para personas que deben adaptarse a los cambios
ESTADO REAL	Desajuste
ESTADO IDEAL	Protege de las influencias exteriores, ayuda a cambios
FLORACIÓN	Abril y mayo
LOCALIZACIÓN	En zonas de cultivo desde el mar hasta los 1800 metros de altura
PREPARACIÓN	Solar
INGLÉS	<i>CENTAURY</i>
CASTELLANO	CENTAURA
GRUPO	Para las influencias y opiniones
DENOMINACIÓN	Para las personas calladas y que son muy fácil verse influidas por las opiniones de los demás. Suelen ser muy bondadosos, realizando más trabajo del normal, descuidándose a si mismos y, a su vez, apartándose de la misión particular que han de realizar en esta vida
ESTADO REAL	Sometimiento, sumisión
ESTADO IDEAL	Liberación de la dependencia ajena
FLORACIÓN	Mayo a septiembre
LOCALIZACIÓN	En lugares herbosos desde el mar hasta 1800 metros de altura
PREPARACIÓN	Solar

Fichas de flores del grupo V (continuación)

INGLÉS	<i>AGRIMONY</i>
CASTELLANO	AGRIMONIA
GRUPO	Para las influencias y opiniones
DENOMINACIÓN	Para las personas muy alegres y de buen humor, pero atormentadas en su interior y que en el fondo suelen tener muchas dudas y preocupaciones. En muchas ocasiones, para ocultar esta situación suelen beber y hasta tomar drogas, motivado por la hipersensibilidad que son portadores y lo fácil que se dejan llevar por las influencias y opiniones
ESTADO REAL	Ansiedad y tormento enmascarado
ESTADO IDEAL	Optimismo plácido
FLORACIÓN	Abril a octubre
LOCALIZACIÓN	En lugares boscosos y herbosos desde el nivel del mar hasta los 1800 metros de altura
PREPARACIÓN	Solar
INGLÉS	<i>HOLLY</i>
CASTELLANO	ACEBO
GRUPO	Para las influencias y opiniones
DENOMINACIÓN	Para las personas que con mucha frecuencia se ven atacados por sus propios pensamientos de venganza, de celos, de envidias, de odios, de intolerancia y de sospechas en general
ESTADO REAL	Odio, celos, sospechas, envidias
ESTADO IDEAL	Amor universal
FLORACIÓN	Abril a julio
LOCALIZACIÓN	En los bosques desde los 400 a 1800 metros de altura
PREPARACIÓN	Cocción

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.
- 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 P. Handbook of the Bach Flower Remedies, Essex, England, Daniel Company Ltd., 1980.
- Grecco HE. Repertorio de Síntomas y Esencias Florales. Editorial médicos eclécticos. Guadalajara. México, 1990.
- Hyne-Jones TW. El diccionario de Flores de Bach. Ed. Lidium, 1992.
- Juan Bautista L. El Sistema Bach. Las dos series de flores, sus correspondencias y otras investigaciones. Indigo. Barcelona, 2007.
- Jiménez L. Humanidad y flores de Bach. Editorial Indigo, Barcelona. 2003.
- Orozco R, Sánchez C. Flores de Bach. Diagnóstico Floral entre Esencias. Indigo. Barcelona, 1999.
- Stern C. Remedios Florales de Bach. Editorial Buenos Aires, 2006.
- Veilati S. Tratado completo de terapia floral. España: Editorial EDAF, 1999.