

## Tema 6

### Grupo VI. Remedios para los que están desesperados y abatidos

José María Esteban Fernández

Doctor en Farmacia. Farmacéutico del Cuerpo de Sanidad Nacional

#### Introducción

La situación que vive la oficina de farmacia está obligando a muchos compañeros a dirigir su mirada a terapias con una mayor intervención sobre el paciente y en las que el papel del farmacéutico sea aun más activo.

En estos temas continuamos profundizando en la terapia floral de Bach y, conforme nos acercamos al final de la revisión de los remedios, se nos abren interesantes vías para utilizar esta magnífica terapéutica.

No debemos olvidar que la terapia floral no sólo se puede utilizar aisladamente, sino como complemento de otras terapias, tanto farmacológicas como fitoterapéuticas, formando un todo disponible para la práctica farmacéutica.

Soy consciente que en estos temas nos alejamos un poco del clásico enfoque de las flores de Bach desde el punto de vista de la personalidad, pero como farmacéuticos y siguiendo la propia filosofía del Dr. Bach, la idea es utilizar los remedios para tratar la enfermedad, cuya base en muchos casos son los trastornos psicofísicos que abren las puertas a las dolencias (lo que hoy se denomina el reiterado componente psicossomático). Por tanto el enfoque en esta revisión es siempre servir de base para que el lector pueda profundizar todavía más; pero si no lo desea, que al menos tenga en sus manos el conocimiento suficiente para aplicar con éxito esta terapéutica.

Precisamente los médicos más clásicos y muchos médicos modernos que se acercan con una abierta mentalidad de la búsqueda de la curación, siempre por medios efectivos, pero no cerrados a las terapias complementarias, citan la famosa frase "la enfermedad nos informa". Y es cierto que en muchas ocasiones la enfermedad nos está indicando cuáles son los trastornos realmente subyacentes en el enfermo.

Por eso cada vez más hay que avanzar en dejar atrás el mero tratamiento sintomático y poder atajar las causas profundas de la enfermedad, con todos los medios contrastados disponibles a nuestro alcance.

#### Grupo VI. Remedios para los que están desesperados y abatidos

La desesperación y el abatimiento son una serie de situaciones psicofísicas de muy difícil tratamiento por otros medios, porque no nos encontramos ante una depresión ni ante una situación de ansiedad, sino ante una especie de mezcla heterogénea de síntomas que suelen responder difícilmente al tratamiento farmacológico clásico.

Incluso la fluoxetina y sus derivados, presentados en ciertos países como "la píldora de la felicidad", no se muestran tan efectivos para tratar situaciones de desesperación, como sí encontraremos remedio al usar las flores de Bach.

Como siempre en lo que hemos ido comentando a lo largo de estos temas, la ventaja de la terapia floral es su casi nula toxicidad y la ventaja de poder tratar conjuntamente los distintos orígenes o causas de la afectación, por lo que no hemos de considerar los remedios aisladamente, sino muchas veces complementar unos con otros.

**Alerce (Larch). *Larix decidua* L. Pinaceae** (Figura 1)

*Palabras clave:* sentimiento de inferioridad, anticipo al fracaso

Árbol que crece con preferencia en las colinas y en los lindes de los bosques. Las flores masculinas y femeninas se desarrollan en un mismo árbol, se abren al mismo tiempo, y las agujas (acículas) se ven como diminutos pincelillos "verde claro".

Sirve para las personas con sentimiento de inferio-

■ Figura 1. Alerce.



ridad, para la falta de confianza en uno mismo o para las personas que abandonan sus propósitos antes de haberlos iniciado porque no se suelen sentir capaces de realizarlos. También en las actitudes negativas sobre la propia valía que llevan al fracaso, es decir, para aquellos que básicamente esperan el fracaso.

Utilizar en aquellas personas en que la inseguridad no está causada por el miedo ni por la duda, sino por el sentirse inferior. La constatación del éxito de los demás no deviene en un sentimiento de envidia ni de resentimiento, sino de franca admiración, pero en todo caso entienden que el éxito es algo que les ocurre sólo a los demás. Estas personalidades se infravaloran. Al utilizar el remedio la persona recobra la confianza en sí misma y puede comenzar a realizar los propósitos y llegar a las metas marcadas.

### **Olmo (Elm).** *Ulmus procera L. Ulmaceae* (Figura 2)

*Palabras clave: sentimiento ocasional de incapacidad, abrumado por la responsabilidad*

■ **Figura 2.** Olmo.



Hermoso árbol que crece en bosques y setos. Sus numerosas flores pequeñas en racimo florecen entre febrero y abril, según como se presente la estación, y abren antes de brotar las hojas.

Se emplea cuando la persona se siente sobrepasada o abrumada por la responsabilidad, las situaciones de la vida cotidiana

o el dolor y en todo proceso en el que intervenga el sentimiento de sentirse abrumado por todo lo que está ocurriendo, llegando a situaciones de bloqueo mental y/o físico.

Se utiliza en gente que desempeña una tarea vocacional siguiendo su llamada interior y redundando esta tarea en beneficio de los demás y lo hacen realmente bien, pero es precisamente el exceso de responsabilidad que tienen y que asumen lo que les lleva en ocasiones a sentirse abrumados por la obligación que han contraído y son asaltados por la duda y el abatimiento, la depresión o el cansancio. Súbitamente se sienten agotados e incapaces y tienen la sensación de no estar a la altura de la misión encomendada, de estar fallando.

Por tanto este remedio se puede utilizar en épocas en que uno

sienta que se tienen que hacer muchas cosas y/o asumir demasiadas responsabilidades y surge la duda de poder asumirlas o llevarlas a cabo con éxito. También en un momento puntual en que tenemos muchas tareas que llevar a cabo y nos agobia el pensar no ser capaces de hacerlas.

Al usar la flor se supera esta falta de confianza y de sentirse con un exceso de responsabilidades o tareas, disminuyendo o desapareciendo la sensación de agobio, lo que permite afrontarlas adecuadamente y hasta de una manera más organizada.

### **Roble (Oak).** *Quercus robur L. Fagaceae* (Figura 3)

*Palabras clave: luchador insensible al desaliento y las dificultades, excesivo sentido del deber*

■ **Figura 3.** Roble.



El roble, uno de los árboles sagrados de nuestros antepasados celtas, crece en bosques, bosquecillos y praderas. Florece a fines de abril o principios de mayo.

Es el remedio para recuperarse después de un gran esfuerzo. Se utiliza en aquellas personas en las que el elevado nivel de autoexigencia les impide

escuchar las señales de necesidad de descanso de su organismo. Para aquellos insensibles al desaliento, pase lo que pase. Es el remedio para "currantes inveterados", de los obsesos por el trabajo que pierden el sentido de la proporción de sus propias fuerzas y llegan fácilmente al agotamiento porque no se detienen ni se otorgan descanso a sí mismos. Podríamos decir que roble (*oak*) sería ideal para tratar al "incansable conejito de esa marca tan conocida de pilas" y que pudiera reposar un rato.

La expresión del lenguaje corriente «estar como un roble», que se aplica a individuos particularmente vigorosos, resistentes y leales al deber, no es casual. Es interesante destacar que los robles son tan resistentes que pueden sobrevivir aun en lugares con intensa irradiación telúrica, en los que otros árboles, como por ejemplo la haya, se achaparran. Dado que esos lugares atraen los rayos más que otros, cuando hay tormenta el vulgo suele decir: «evita los robles y busca las hayas».

Por eso al utilizar el remedio estas personas perciben que tam-

bién son humanos y se pueden cansar. Al hacer efecto la flor, la persona acepta darse unos periodos de merecido descanso.

#### Uso diferencial entre roble (*oak*) y olmo (*elm*):

A veces se confunde cuándo usar estas esencias. He aquí la diferencia básica:

Olmo (*elm*): para la persona o situación en que contempla su actividad como una misión o un cúmulo de misiones/responsabilidades que le hacen sentirse abrumado y agotado. El estado de agotamiento es transitorio. Al usar la flor el equilibrio conseguido permite afrontar las tareas. Roble (*oak*): cuando a menudo considera su trabajo como una obligación a la que no puede renunciar, ni rendirse o abandonar (se empeña en continuar sea como sea). El estado de agotamiento puede ser crónico. Al usar la flor la persona se permite descansar y no empeñarse en realizar las tareas sea como sea.

La antítesis absoluta de un tratamiento con roble (*oak*) es el uso de aulaga (*gorse*), porque se utilizaría este último remedio cuando a la persona las dificultades le hacen claudicar y abandonar, mientras que se usaría roble (*oak*) en la persona que jamás se rinde, por muy agotado que esté.

#### Manzano silvestre (*Crab apple*). *Malus pumila* L. *Rosaceae* (Figura 4)

*Palabras clave:* depurativo para mente y cuerpo, para quien se siente sucio y avergonzado

■ **Figura 4.** Manzano silvestre.



Probablemente se trate de un manzano cultivado que luego se asilvestró. Presenta copa ancha y ramas terminadas en espolones. Su altura máxima es de 10 metros. Crece en setos vivos, montes y claros del bosque. Las flores, de pétalos acorazonados, son de un color rosa fuerte por fuera y blancas con un ligero matiz rosado por dentro. Florece en mayo.

Esta flor es la adecuada en la sensación de impureza o suciedad, tanto si es física como emocional. Para los que se sienten manchados, mancillados por ideas, sentimientos o enfermedades.

Es muy útil en los escrupulosos que piensan que todo es un

"océano de bacterias y contaminación", para los que por tener un defecto físico, se sienten en minusvalía y se infravaloran. También cuando el contenido de las ideas es morboso o agresivo, despreciando a los demás por sus defectos.

Útil en cualquier proceso de purificación o desinfección; de hecho es a veces denominada como "el antibiótico del sistema floral de Bach". Incluso es la única esencia que el Dr. Bach formuló en forma de crema (sin componente animal, no puede utilizarse lanolina), para tratamientos de patologías dermatológicas de origen infeccioso (incluso virales o fúngicas).

Se emplea para limpiar aquello (psíquico o físico) que no gusta de uno mismo; por ejemplo la sensación de "suciedad o contaminación" tras haber sufrido una enfermedad.

Un caso típico en el que muestra un estupendo resultado es en aquellas personas que llegan a sentir repugnancia por las funciones corporales normales (como orinar, defecar o incluso las relaciones sexuales), siempre que esta repugnancia no sea causada por un motivo traumático.

También sirve en aquellos compulsivos del orden (los que se levantan a poner un cuadro recto) y la limpieza.

Al usar la esencia la persona queda en equilibrio y acepta que todo no es extrema pulcritud y que es natural la coexistencia biológica con el desorden y hasta con la falta de asepsia en ocasiones. También su empleo permite a la persona ser más tolerante con las diferencias o costumbres distintas de otras personas.

#### Pino (*Pine*) *Pinus silvestres* L. *Piaceae* (Figura 5)

*Palabras clave:* sentimiento de culpa, autoreproche

■ **Figura 5.** Pino.



Este árbol esbelto, que alcanza hasta 30 metros de altura, presenta una corteza de color castaño rojizo en su parte inferior y castaño anaranjado más arriba. Crece en bosques y en los suelos arenosos. Las flores masculinas y femeninas están cubiertas de abundante polen amarillo.

Es la flor adecuada para tratar aquellas personas con sentimiento de culpabilidad que lleva al que lo padece a un estancamiento para poder continuar las experiencias de la vida. Para aquellos que se reprochan

continuamente sobre actos pasados o presentes y piden disculpas reiteradamente.

Se utiliza en las personas que nunca están del todo satisfechas con los logros positivos que consiguen y se reprochan interiormente por no haberse esforzado un poco más. Sirve en quienes cargan siempre con la culpa por los errores de otras personas, pues se consideran copartícipes en la responsabilidad.

Se aplica en personas que suelen ser muy responsables y concienzudos, pero que sienten poca satisfacción en sus logros porque siempre buscan posibles fallos en lo que hacen y, en caso de error propio o ajeno, se culpabilizan y asumen toda la responsabilidad, lo que les produce alteraciones psicósomáticas.

Al usar la flor, la persona es consciente de su responsabilidad, si le corresponde, pero no llega al estado de autoreproche continuo. Así mismo le permite apreciar cuando los errores no son su responsabilidad y por tanto evitar asumirlos como tales.

### **Sauce (*Willow*) *Salix vitellina* (*S. alba* ssp. *Vitellina*) L. *Salicaceae*** (Figura 6)

*Palabras clave: amargura, resentimiento, rencor*

■ **Figura 6.** Sauce.



Entre las muchas variedades de sauces, ésta es fácil de reconocer porque en invierno sus ramas se tiñen de un brillante color dorado-anaranjado. Crece en terrenos húmedos y bajos. Las flores masculinas y femeninas se desarrollan en árboles distintos.

Es la esencia para la amargura y el resentimiento,

para los que se "sienten perseguidos" por el resto del mundo y siempre responsabilizan a los demás de lo que les sucede, sin tener en cuenta sus propios actos. Útil en manías persecutorias. Para aquellos que siempre culpan a los demás de sus desgracias o simplemente de lo que ellos perciben como negativo, sin asumir nunca la autocrítica o la parte de responsabilidad por su situación que les corresponde.

Se puede usar en aquellos que envidian el éxito y los logros de otras personas y que siempre les critican, estando siempre descontentos con el propio destino y no entienden y les molesta la felicidad de otras personas, dejando de ser conscientes de sus propios logros.

Sirve para los que siempre andan refunfuñando, quejándose de todo y rodeándose de un muro de negatividad.

Al usar el remedio floral, la persona se vuelve más generosa con los demás y asume que su situación no es culpa de otros. Dejan de sentirse víctimas y comienzan a ser los arquitectos de su propio destino, incluso reconociendo sus propios aciertos y errores.

### **Castaño dulce (*Sweet chestnut*). *Castanea sativa* L. *Castanaceae*** (Figura 7)

*Palabras clave: angustia extrema, al límite de la resistencia, desolación*

■ **Figura 7.** Castaño dulce.



Hermoso árbol, muy extendido por Galicia y otras partes de España. Crece en bosques abiertos, en suelos esponjosos, moderadamente húmedos, y alcanza hasta 20 metros de altura. Los capullos florales, de intensa fragancia, no aparecen sino después de brotar las hojas entre junio y agosto, es decir,

más tarde que en la mayoría de los árboles. Su característico fruto es reconocido fácilmente y muy apreciado.

Es la flor adecuada para los que se sienten al límite de la resistencia física, psíquica y espiritual, cuando el individuo ha llegado a un punto en el que está convencido que ya no le queda esperanza alguna de ayuda. Si se siente "la negra noche del alma", no queda más esperanza y se piensa que no queda más que la destrucción, en estados de extrema desesperación. Muy útil en situaciones terminales tanto si son reales como imaginarias.

El propio Dr. Bach describe muy bien su indicación: Es (la flor) para el estado interior atormentado, en el que parece estar amenazada hasta la propia existencia del alma, para la desesperación sin alicientes de aquellos que creen haber llegado al límite de su resistencia.

No debemos confundir el empleo de este remedio en estados depresivos que han ido evolucionando poco a poco. Castaño dulce (*sweet chestnut*) se utiliza cuando se ha llegado a esta situación de extrema aflicción, pero la mayoría de las veces por sucesos exteriores o vivencias interiores extremas que hacen sentirse al individuo como si estuviera al final de todo.

Algunos autores la describen como “el remedio para el moribundo”. Opinión que no comparto, porque no todas las personas al borde de la muerte la perciben con desesperación. Algunas la perciben con miedo (sí, correcto, se podría utilizar mimulo *-mimulus-*), otras incluso con alegría. Por eso de nuevo hemos de recordar que la terapia floral se basa en una adecuada individualización.

Al utilizar castaño (*sweet chestnut*) el individuo recupera el ánimo y hasta la fortaleza para tener esperanza y encarar las situaciones que le han llevado a la extrema desesperación.

Es adecuado utilizarlo para ayudar a atravesar períodos difíciles de transformación profunda, a veces en situaciones sumamente críticas, para así no quedar destruidas en ese proceso o perder su identidad.

Es un remedio que si se ha prescrito correctamente muestra un muy rápido efecto y la persona recupera enseguida el alivio y hasta el bienestar.

### **Estrella de Belén/leche de gallina (*Star of Bethlehem*) *Ornithogalum umbelatum* L. *Asparagaceae*** (Figura 8)

*Palabras clave:* para toda clase de shock, experiencias traumáticas y sus secuelas

■ **Figura 8.** Estrella de Belén.



Esta planta, emparentada con la cebolla y el ajo, de 15 a 30 cm de altura y alargadas hojas con una raya blanca central, se encuentra en bosques y campos. Las flores, de color verdoso por fuera y blancas como la leche por dentro, se abren en abril y mayo solo cuando brilla el sol.

Especialmente indicada

en casos de trauma o shock, tanto si es pasado como si es una previsión de trauma futuro (ir al dentista, cirugías, etc.).

Se aplica a todo tipo de situaciones traumáticas, sean físicas o psíquicas, sobre todo en los casos de pérdida de un ser querido. Por eso Bach lo llamó “el que consuela y calma todos los dolores”. Es la flor ideal para tratar la pérdida de un ser querido y por tanto muy útil para emplear en familiares y allegados cuando se sufre esta situación.

Ayuda a superar todas las secuelas de traumas físicos, espirituales o mentales, sin importar que el trauma psíquico se haya originado en el momento de nacer, o hace unos instantes.

Hoy en día sabemos que muchas enfermedades tienen su origen en una situación traumática que por su efecto negativo psicossomático favorece la aparición o extensión de las dolencias. Por eso cuando estamos utilizando las flores de Bach para el tratamiento de alguna patología, cuando sospechemos o tengamos certeza de la existencia de un trauma que haya podido ser su origen, desencadenante o agravante, hemos de utilizar Estrella de Belén (*Star of Bethlehem*) en el tratamiento tanto floral como complemento a un tratamiento farmacológico. Especialmente cuando se ha de tomar durante periodos prolongados, a veces meses enteros.

Al usar esta flor la persona sobrelleva mejor la situación traumática. Ayuda a poder seguir adelante con una mayor fuerza interior, permitiendo adaptarse a esta situación y hasta ir superando poco a poco el trauma existente y reponerse más rápidamente.

### **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 1 encontramos ejemplos de verbalización que nos permiten apreciar el posible empleo diferencial y la tabla 2 nos muestra posibles usos terapéuticos para las flores estudiadas en este grupo.

### **3. El remedio rescate (*rescue remedy* o simplemente *rescue*): “La Triaca Magna” de los remedios florales**

Si la Triaca Magna fue durante siglos el específico farmacéutico destinado a tratar múltiples dolencias siendo su preparación todo un acontecimiento social y científico, como veremos en el sistema de flores de Bach, el propio Dr. Bach buscó disponer de un remedio mixto para aquellas situaciones de emergencia que se pudieran presentar. Y así nació el remedio rescate (*rescue remedy* o simplemente *rescue*).

De todas las esencias de flores de Bach, ésta es la combinación más conocida y la más difundida y, de hecho, en muchos libros es descrita casi al principio de las esencias. Sin embargo he preferido tratarla en este momento porque ya conocemos lo suficiente del sistema floral como para entender su origen, composición y efectos.

Se utiliza en casos de emergencia y hasta la llegada del médico y de hecho ha salvado la vida a muchísimas personas. Podemos decir que es casi un “botiquín de primeros auxilios”. De hecho todos los practicantes de terapia floral es el remedio que reco-

Tabla 1 | Ejemplos de verbalización de situaciones de sensibilidad excesiva a influencias y opiniones ajenas y qué flor se recomienda

## Para tratar con Alerce (*Larch*):

- "Sé que nunca voy a tener éxito, así que ni pruebo"
- "Ojalá pudiera, pero no puedo"
- "Siendo mujer, de todas maneras tengo menos posibilidades"
- "Todos mis compañeros juegan mejor que yo"
- "Fracasaré seguro en el intento"

## Para tratar con Olmo (*Elm*):

- "Tengo tanto que hacer que no sé por dónde empezar"
- "Tanta gente se fía y depende de mí que me parece excesivo y no puedo con ello"
- "Estoy haciendo más de lo que puedo"
- "Si bien siempre he manejado este tipo de situaciones, siento que en este momento me sobrepasan"

## Para tratar con Roble (*Oak*):

- "Siempre me digo que no vale aflojar"
- "Yo no descanso nunca. No me hace falta. Estoy bien así"
- "Hago y hago y por la noche me cuesta desenchufarme para poder dormir"
- "A mí me enseñaron: primero el deber, luego el placer; y que sin esfuerzo no se consigue nada (*no pain, no gain*)"

## Para tratar con Manzano silvestre (*Crab apple*):

- "Todo en mi casa tiene que estar limpio y ordenado, si no, no puedo salir"
- "Estoy descontento conmigo misma. Me miro en el espejo y me veo fea, gorda, tonta, con mala apariencia en general"
- "Cuando voy a un restaurante, primero, antes de comer, inspecciono la vajilla"
- "No soporto mi aspecto y siempre me siento sucio"

## Para tratar con Pino (*Pine*):

- "Es culpa mía"
- "Sé que mis padres buscaban una nena y salí varón"
- "Esto me salió bien, pero si me hubiera esforzado más, habría salido mejor"
- "Me remuerde fácilmente la conciencia"
- "Me cuesta recibir regalos, creo que no me los merezco"

## Para tratar con Sauce (*Willow*):

- "Me merezco algo mejor que esto"
- "Me parece injusto que la vida me haya privado de tantas cosas"
- "¿Por qué a los demás les tiene que ir mejor que a mí? A mí la vida tampoco me regaló nada"
- "Parece que yo atraí la desgracia"
- "A nadie le importa nada de mí"
- "¿Por qué todo lo negativo a mí y a los demás todo lo bueno?, ¡qué injusta es la vida!"

## Para tratar con Castaño dulce (*Sweet chestnut*):

- "Mi situación no tiene salida. Ya no sé cómo seguir"
- "Estoy totalmente desesperado, ya no aguanto más así"
- "Lo he probado todo y tengo claro que no hay solución"
- "Estoy como dentro de un túnel oscuro sin ver nada de luz al final del camino"

## Para tratar con Estrella de Belén/leche de gallina (*Star of Bethlehem*):

- "El susto se me quedó atragantado y no me lo quita nadie"
- "No puede ser que esto me esté pasando a mí"
- "Todavía sueño con mi última operación aunque ya pasaron varios años"

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

**Alerce (*Larch*):**

- En impotencias sexuales, cuando aparece la idea de “para que voy a intentar, si voy a fracasar otra vez”.
- En la tartamudez periódica, no en la continua.
- Desviación de la columna vertebral.
- Útil para dar confianza en quien se está deshaciendo de una adicción (drogas, alcohol, etc.). Ayuda en enfermedades que imposibilitan, como parálisis, cojera, etc.

**Olmo (*Elm*):**

- Dolores menstruales.
- Analgésico: indicado en dolores que abruma, sobrepasa, desbordan (dolor de muelas continuado, dolores que parece que no van a acabar nunca), agobiados por dolor de cabeza, ciática, contracturas en el cuello, etc. “No voy a poder aguantarlo por más tiempo”.
- Para los estados de congestión en gripes, resfriados, cansancio.
- En accidentes cerebro-vasculares.

**Roble (*Oak*):**

- Para ayudar a recuperarse en enfermedades de larga duración.
- En situaciones de colapso nervioso, estrés por agotamiento.
- En contracturas de hombros y cuello por exceso de trabajo.

**Manzano silvestre (*Crab apple*):**

- Para aquellos que temen besar por miedo a los microbios.
- En la resaca después de una borrachera ayuda a sentirse mejor, más rápido (tomar en este caso 4 gotas cada 30 minutos).
- Rinitis crónica, resfriados, fiebre, infecciones, descomposición, intoxicaciones, septicemias, sinusitis y similares.
- Gastritis, uretritis, enteritis, colitis, infecciones, inflamaciones, virosis (uso interno o externo).
- Para limpiar o purificar el ambiente, en un vaporizador.
- Ayuda a eliminar toxinas en personas que hacen ayuno para depurarse.

**Pino (*Pine*):**

- Problemas de estómago y dolores de cabeza.
- Enfermedades del sistema genitourinario.
- En situaciones en las que el sistema inmunitario ataca a las células sanas del organismo (enfermedades autoinmunes).

**Sauce (*Willow*):**

- Reumatismo crónico de origen inflamatorio.
- Artrosis.
- Personas que han pasado por muchas operaciones y/o accidentes.
- Personas con malestares estomacales (esofagitis y pre-úlceras), intestinales, gases.

**Castaño dulce (*Sweet chestnut*):**

- Estados/enfermos terminales, moribundos, muerte de un familiar, etc.
- Personas en estado de sufrimiento extremo.
- Cuando hay un grado de angustia intolerable, no referida a alguna situación particular.
- En cuadros psicóticos o neuróticos severos.

**Estrella de Belén/leche de gallina (*Star of Bethlehem*):**

- Shocks no superados. Ayuda a superar tanto el estado agudo del shock, como sus secuelas, independientemente de si el shock es reciente o lejano en el tiempo. Útil en casos extremos de secuestro, violación o similares y las actitudes fóbicas que pueden aparecer tras ese trauma.
- Restaura, cicatriza heridas no cerradas (físicas y psicológicas).
- En la dificultad de superar afectivamente situaciones desagradables pasadas y los posibles síntomas físicos concomitantes: insensibilidad, paso tambaleante, voz velada.
- En enfermedades de la tiroides.
- Fundamental en psicosis junto con castaño dulce (*sweet chestnut*).
- Tiene capacidad relajante cuando hay tensión en la garganta o problemas con la deglución.

Tabla 3 | Preparación y uso del remedio rescate (*rescue*)

La botella de reserva de este remedio rescate (*stock bottle*) se prepara añadiendo una gota de tintura madre de cada una de las flores: Estrella de Belén (*Star of Bethlehem*), Heliantemo (*Rock Rose*), Impaciencia (*Impatiens*), Cerasífer (*Cherry Plum*) y Clemátide (*Clematis*) en un frasco con 10 mL de coñac y la posterior succusión.

Para preparar el frasco de tratamiento se realiza dos veces más concentrado que las demás esencias florales: cuatro gotas (algunos autores recomiendan 6) de la botella de reserva (*stock bottle*) en un frasco topacio de 30 ml con 29 mL de agua de manantial y 1 mL de coñac (siempre se recomienda realizar unas succusiones).

Para preparar la **crema rescate** se usarán dos gotas de la botella de reserva (*stock bottle*) de cada flor citada en el primer párrafo, más dos gotas de manzano silvestre (*crab apple*) por cada 10 ml. de base neutra (por ejemplo la base Beeler, vaselina neutra o gel neutro también valdría). Lo ideal es preparar en mortero de ágata o de vidrio topacio: se vierten las gotas en el centro del frasco lleno de la base, y remover suavemente hasta la interposición, con el pistilo de ágata/vidrio o varilla de cristal. Lo ideal es dispensar la crema en frascos de cristal topacio con cierre hermético. Así preparada puede durar hasta un año. Algunos autores indican la preparación directa desde la botella de reserva (*stock bottle*) del remedio rescate (*rescue*): En 30 gr de base de vaselina colocar 4 gotas de remedio rescate (*rescue*) + 2 gotas de manzano silvestre (*crab apple*), revolver con una espátula, nunca con la mano.

### Posología del remedio rescate (*rescue*)

En los casos agudos verter directamente cuatro gotas del frasco de tratamiento en una taza de agua y beberla a sorbos hasta que el estado de shock cese. Luego ir bebiendo o colocando 4 gotas bajo la lengua, cada diez, quince, treinta o sesenta minutos según la gravedad y evolución del estado a tratar. Cuando no se tiene a mano agua u otra bebida, las gotas pueden administrarse directamente bajo la lengua del frasco de tratamiento sin diluirlas.

A los que están inconscientes se les administra el remedio con ayuda del cuentagotas, y en caso de necesidad directamente también del frasco de concentrado vertiendo las 4 gotas sobre los labios, las encías, las sienes, las fontanelas, detrás de las orejas o en las muñecas.

El remedio rescate (*rescue*) puede aplicarse también externamente con la ayuda de vendajes o compresas. Se vierten aproximadamente seis gotas de los frasquitos de tratamiento en medio litro de agua de manantial o lo más pura posible, contenida en una cubeta en la que, tras agitar, se mojarán los vendajes o compresas.

miendan llevar siempre a mano (en el coche, en el bolso, en el botiquín o incluso en una salida al campo o para supervivencia).

Es ya conocida la anécdota, y tuvo gran impacto periodístico en su día, del uso por el Dr. Bach de este remedio mixto, con gran éxito, para tratar y reanimar a un ahogado rescatado de un naufragio en la costa británica.

El remedio rescate (*rescue remedy*) no reemplaza el tratamiento médico de urgencia, pero ayuda a impedir un *shock* como consecuencia del cual se manifestarían graves daños físicos o, de producirse, los remediaría rápidamente, favoreciendo el tratamiento médico-clínico. No debe confundirse este *shock* con el concepto clínico de trauma. Aquí entendemos por *shock* de emergencia a todo aquello que sucede o desintegra nuestro sistema psicosomático: desde una mala noticia, una caída, hasta un accidente con pérdida del conocimiento. Por eso al usar el remedio rescate (*rescue*) puede iniciarse entonces, inmediatamente, el proceso de curación. Por esta razón es tan importante tener siempre a mano estas gotas para caso de emergencia, a fin de tomarlas cuanto antes. Este remedio está compuesto por las siguientes flores (que ya conocemos y remito al lector a la descripción completa en el tema correspondiente, que se indica entre paréntesis):

- Estrella de Belén (*Star of Bethlehem*): contra el miedo y la obnubilación ante el trauma sufrido (tema 6).
- Heliantemo (*Rock Rose*): contra el terror y la sensación de pánico (tema 2).

- Impaciencia (*Impatiens*): contra el estrés y la tensión mental (tema 5).
- Cerasífer (*Cherry Plum*): contra el miedo o la posibilidad a perder el control e histeria (tema 2).
- Clemátide (*Clematis*): ante la posible pérdida de conciencia o contra la tendencia a «ceder», contra la sensación de «estar muy lejos», que a menudo aparece antes de perder el conocimiento (tema 4).

El remedio rescate (*rescue*) se prepara según se indica en la tabla 3. También existe en formato de «crema de rescate», la cual lleva en su composición las anteriores flores, más manzano silvestre (*crab apple*), usada para golpes, hematomas, cortes y quemaduras leves y cuya preparación también se describe en la tabla 3.

Se utiliza en casos de accidentes o enfermedades repentinas. El remedio rescate (*rescue*) no sólo ayuda a las «víctimas», sino también a aquellos que son meros espectadores, incluso a los médicos o ayudantes y enfermeros. Inconscientemente, procura una gran tranquilidad a los pacientes sentir que la gente que les rodea conserva su dominio y les van a ayudar, creando una sensación que coadyuva al proceso de curación.

La dosificación es individual según el caso y la situación, aunque la más utilizada es la indicada en la tabla 3.

Puede emplearse para pequeñas lesiones físicas como quemaduras, dislocaciones, cortes y repentinas erupciones cutáneas. En forma de ungüento, muy eficaz también (al ser aplicado antes que el



lubricante) como auxiliar en los masajes, y para evitar irritaciones cutáneas producidas por la práctica de deportes (atletismo, tenis, etc.). El remedio rescate (*rescue*) no debe convertirse por ninguna circunstancia en un hábito permanente. Se ideó como primer auxilio en situaciones de urgencias psíquicas, insignificantes o importantes, pero no para un uso compulsivo y continuo, cuando lo que hay que hacer es tratar con otros remedios. En ocasiones puede ser utilizado como si fuera una flor única (se

utiliza principalmente para situaciones de gran alteración y daño psico-físico durante un cierto periodo de tiempo) y se mezcla con otras flores para preparar el tratamiento. En este caso se parte de la botella de reserva (*stock bottle*) y se prepara el frasco de tratamiento, como ya conocemos, sólo que del remedio rescate (*rescue*) hay que incluir el doble de gotas para preparar el tratamiento, es decir: cuatro gotas por cada frasco de 30 mL (en vez de las dos gotas que se utilizan del resto de las flores).

## Fichas de flores del grupo VI

INGLÉS	<i>LARCH</i>
CASTELLANO	ALERCE
GRUPO	Para el abatimiento y la desesperación
DENOMINACIÓN	Se emplea en aquellos con grandes sentimientos de inferioridad hacia los demás, siendo un anticipo del fracaso
ESTADO REAL	Inferioridad, fracaso
ESTADO IDEAL	Fortaleza, confianza
FLORACIÓN	Abril a junio
LOCALIZACIÓN	En bosques y zonas pedregosas desde los 1000 a 2000 metros de altura. También en jardines y parques
PREPARACIÓN	Cocción
INGLÉS	<i>ELM</i>
CASTELLANO	OLMO
GRUPO	Para el abatimiento y la desesperación
DENOMINACIÓN	Para las personas que llevando una meta muy buena y en muchas ocasiones con una gran dedicación a los demás, se sienten incapaces para continuar, produciéndoles unos momentos de desesperación
ESTADO REAL	Incapacidad ocasional por responsabilidades
ESTADO IDEAL	Capacidad sobre las responsabilidades
FLORACIÓN	Marzo y abril
LOCALIZACIÓN	En parques
PREPARACIÓN	Cocción
INGLÉS	<i>OAK</i>
CASTELLANO	ROBLE
GRUPO	Para el abatimiento y la desesperación
DENOMINACIÓN	Se emplea en las personas que mantienen el sentimiento de lucha incesante, pese a los obstáculos, desalientos y dificultades de la vida
ESTADO REAL	Luchador, resistencia incansable
ESTADO IDEAL	Estabilidad, fuerza
FLORACIÓN	Abril y mayo
LOCALIZACIÓN	En los bosques y campos
PREPARACIÓN	Solar
INGLÉS	<i>CRAB APPLE</i>
CASTELLANO	MANZANO SILVESTRE
GRUPO	Para el abatimiento y la desesperación
DENOMINACIÓN	Se usa en quienes se sienten sucios, llamándose la esencia floral de la limpieza. Son personas que sienten que todo su entorno está sucio, que se sienten avergonzados y en general como un gran depurativo para la mente y el cuerpo
ESTADO REAL	Depurativo, sentirse sucio y avergonzado
ESTADO IDEAL	Limpieza interior
FLORACIÓN	Mayo
LOCALIZACIÓN	En zonas de clima frío a unos 500 metros de altura
PREPARACIÓN	Cocción

## Fichas de flores del grupo VI (continuación)

INGLÉS	<i>PINE</i>
CASTELLANO	PINO SILVESTRE
GRUPO	Para el abatimiento y la desesperación
DENOMINACIÓN	Se usa en las personas que suelen culparse a si mismos de todo, teniendo sentimientos de culpa y reproche
ESTADO REAL	Sentimiento de culpa
ESTADO IDEAL	Liberación
FLORACIÓN	Abril a junio
LOCALIZACIÓN	En los bosques desde los 300 a 2000 metros de altura
PREPARACIÓN	Cocción
INGLÉS	<i>WILLOW</i>
CASTELLANO	SAUCE
GRUPO	Para el abatimiento y la desesperación
DENOMINACIÓN	Se usa en quienes tienen resentimientos, amargura o rencor. Personas que han sufrido un gran revés en la vida, no habiéndolo aceptado y lamentándose mucho del pasado y presente
ESTADO REAL	Amargura, rencor, resentimiento
ESTADO IDEAL	Aceptación
FLORACIÓN	Marzo y abril
LOCALIZACIÓN	En los lugares frescos
PREPARACIÓN	Cocción
INGLÉS	<i>SWEET CHESTNUT</i>
CASTELLANO	CASTAÑO DULCE
GRUPO	Para el abatimiento y la desesperación
DENOMINACIÓN	Utilizar en las personas con una gran angustia, padeciendo una situación extremadamente insoportable, no pudiendo más, llegando al límite de sus fuerzas, sobre todo psicológicas
ESTADO REAL	Angustia extrema, desolación
ESTADO IDEAL	Esperanza
FLORACIÓN	Junio y julio
LOCALIZACIÓN	En lugares herbosos y de cultivos, desde en mar hasta los 1800 metros de altura
PREPARACIÓN	Solar
INGLÉS	<i>STAR OF BETHLEHEM</i>
CASTELLANO	ESTRELLA DE BELEN
GRUPO	Para el abatimiento y la desesperación
DENOMINACIÓN	Indicada en las personas que sufren un trauma o shock por circunstancias producidas momentáneamente, malas noticias accidentales o acontecimientos súbitos y dolorosos en general
ESTADO REAL	Shock, trauma
ESTADO IDEAL	Liberación mental
FLORACIÓN	Marzo a junio
LOCALIZACIÓN	En lugares herbosos y cultivados desde el mar hasta los 1600 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 Julian y Martine. Las plantas sanadoras de Edward Bach. Bach Educational Programme, Hereford, 1988.
- Blome G. La curación por las flores de Bach. Robin Book, Barcelona, 1993.
- Blome G. El nuevo manual de la curación por las flores de Bach. México: Océano, 1996.
- Castillo León M, Caro Yero M. Rescue Remedy y la urgencia hipertensiva. En prensa.
- Ingleses L. Florecer: Remedios Florales de Bach. Caracas: Editorial Júpiter, 1997.
- Kramer D. Nuevas terapias florales de Bach. Sirio, Málaga, 1996.
- Martínez C, García E. Seguridad social: Experiencia floral. En: Boletín Informativo de SEFLOR, Otoño, 2000, Nº 2, Madrid.
- Morales Cordero, O. Crab Apple, un "antibiótico" de elección en la odontología. En prensa.
- Orozco R. Flores de Bach: Manual para terapeutas avanzados. Índigo, Barcelona, 1996.
- Salmerón J. Flores de Bach. Editorial Mandala, 1994.
- Sheffer M. Terapia original de las flores de Bach. Paidós, Barcelona, 1994.