

Conociendo al Doctor Bach

El Doctor Edward Bach, médico Galés especialista en cirugía, patología, bacteriología, y más adelante en homeopatía, nació en 1886 en Moseley (Inglaterra).

Su etapa como niño y adolescente transcurrió en el seno de una familia, dueños de una fábrica, en plena era industrial.

Ya en aquel momento y casi por intuición, observaba como los rostros y gestos de los obreros de la fábrica reflejaban distintas emociones, aún estando sometidos al mismo tipo de trabajo y vida; y como desarrollaban distintas patologías en común.

El Doctor Bach siguiendo sus inquietudes no siguió el legado familiar, estudió medicina en Londres.

Trabajó en la Primera Guerra Mundial ayudando como médico, por el exceso de intenso trabajo y responsabilidad en 1917 sufrió una grave hemorragia. Los médicos le dieron tres meses de vida a sus 31 años de edad.

Volvió a su trabajo en cuanto le fue posible, ilusionado con el ánimo que le proporcionaba, la idea de dejar una última aportación a la medicina antes de morir.

Con el paso del tiempo se sentía cada vez mejor y más fuerte. Su trabajo le inspiraba, le aportaba emoción positiva y ganas de seguir. El sentía como esto le ayudaba a sanarse.

De esta forma la creencia, que llevaba años barruntando, de que el estado mental podía tener un efecto directo sobre la salud física, se confirmó con su propia experiencia.

Siguió con sus investigaciones en el campo de la bacteriología y las vacunas.

Pero se sentía insatisfecho por como los médicos trataban a sus pacientes, centrados en la enfermedad, sin tener en cuenta a la persona como un ser holístico.

El aspiraba a algo más completo, una medicina que no tratase al paciente de manera fragmentada, o eludiendo la parte emocional.

Sin ser homeópata comenzó a trabajar como médico en el Hospital Homeopático de Londres. Entonces descubrió el paralelismo entre su trabajo sobre las vacunas y los principios homeopáticos. Adaptó algunas de sus vacunas para crear los *siete nosodes homeopáticos*, esto le dio buena popularidad y reputación. La gente empezó a hablar de él como “El segundo Hahneman”.

Pero él quería llegar más allá, pensaba que en la naturaleza podía encontrar remedios más puros y efectivos sin necesidad de provenir de bacterias nacidas de una enfermedad.

Con la esperanza de reemplazar los nosodes por una serie de remedios más suaves, lo dejó todo, cediendo sus pacientes e investigaciones en un gran acto de generosidad a sus colegas y regresó al contacto con la naturaleza de Gales.

Comenzó de lleno a investigar y trabajar en la creación de lo que acabaría siendo EL SISTEMA FLORAL DE BACH.

El método de preparación de las tinturas del Doctor Bach es diferente al homeopático, en este caso se descarta la dilución y trabaja en el método de extracción de la energía de la planta por solarización y ebullición, según la época del año en que florece cada planta.

En su investigación probó las tinturas con el mismo, con plantas y seguidamente con animales. Después empieza a probar con pacientes a los que administra los remedios por su personalidad, en lugar de por sus síntomas.

Debido a los sorprendentes resultados decide tomar una nueva filosofía en su investigación:

“Para corregir una enfermedad física es necesario primero corregir los desordenes emocionales del paciente”. Los problemas físicos podrían resolverse sin riesgo de volver a presentarse.

Esto nos hace entender que a pesar del peso que los problemas emocionales han tomado en el sistema floral de Bach, este sea especialmente útil aunque una faceta menos conocida para corregir problemas físicos, que a partir de ahora vamos a tener en cuenta como somatisaciones de un desequilibrio emocional.

El sistema de sanación que nos dejó Bach consta de 38 remedios y una mezcla formada por cinco de ellas, el RESCUE REMEDY. 37 provienen de plantas y una ROCK WATER de aguas de manantiales.

El Doctor Bach desarrolló una nueva terapia, un sistema holístico e integral que reúne mente, emociones y cuerpo físico del paciente tratando a la persona como un todo.

Un año después de anunciar que su investigación había concluido, en 1936 falleció a los 50 años de edad superando el pronóstico de sus médicos casi 20 años.

El Doctor Bach dejó una guía completa para la utilización del sistema floral en casa a modo de “botiquín”. El pretendía que fuesen un recurso habitual para cualquier familia.

Todos podemos tomar flores, administrar flores a nuestros amigos o familiares, sin entender por ello que estamos haciendo terapia floral.

Tomar flores es sencillo básico y puntual, no necesita de un marco terapéutico, va más enfocado al tratamiento de síntomas. Suele durar poco tiempo.

La terapia floral necesita un método por parte del terapeuta y un compromiso por parte del paciente, a reflexionar, reeducarse psico-emocionalmente y estar dispuestos los dos a ayudarse a avanzar, esto es más dilatado en el tiempo.

A pesar de la intención del Doctor Bach, la utilización de las flores se ha reservado mayormente a terapeutas de distinta índole, formados previamente en terapia floral diversificando así sus usos y formas de administración.

Aunque el más habitual y conocido es su uso oral, podemos decir que su aplicación vía tópica es utilizada con éxito, con la ventaja de minimizar el riesgo de crisis curativa. Esta forma de administración es muy apropiada en fisioterapia, reflexología, dermatología, estética y todo tipo de masajes.

Siendo conscientes de que vamos a centrarnos en el uso de las flores “vía tópica” y basándonos inicialmente en la manifestación física, entenderéis que llegados a este punto os pida que hagáis el esfuerzo por tener en mente la filosofía de sanación del Doctor Bach.

“La enfermedad es en esencia, el resultado de un conflicto entre el alma y la mente, y nunca podrá ser erradicada sin un esfuerzo espiritual y mental.”

Así que observemos el comportamiento de la persona más allá de su lesión física.

Intentaremos averiguar “los porqués.”

- **¿Por qué ocurrió?**
- **¿En qué momento de su vida?**
- **¿Por qué quiere sanar? O por qué NO quiere... (resistencia, abandono).**
- **Si tiene prisa por sanar.**
- **Si piensa que “lo suyo no tiene solución.”**
- **Si lo hace por ella, o por los suyos.**
- **Si ha deambulado por muchos terapeutas, y sabes que tú no serás la última.**
- **Si está viviendo la situación con resignación, o con frustración.**
- **Si no se siente capaz de recuperarse.**
- **Si lleva su dolencia en silencio o por el contrario hace un eco exagerado de ella.**

Y... un largo etcétera que vosotros iréis confeccionando.

Para esto practicaremos la escucha activa, la observación. Con un trato impecable obtendremos información sin convertir nuestra sesión en un interrogatorio. Poco a poco nos acostumbraremos a percibir o preguntar sutilmente, para confirmar nuestras hipótesis. Esto nos ayudará a decidir con que flor, o sinergia floral tratar en cada caso, aunque en muchas ocasiones existan coincidencias en el diagnóstico físico.

Os animo a desarrollar esta habilidad y contrastar la información de la forma más sutil y respetuosa que os sea posible.

Permitidme la sugerencia de que al menos en una primera etapa de vuestro trabajo con flores de Bach “vía tópica”, solo informéis al paciente (si queréis hacerlo) de la intención de mejorar su lesión física. En principio la observación emocional nos va a dar pistas de que remedios

elegir, pero no podemos olvidarnos de que nuestro foco va a estar puesto en la solarización.

En sesiones posteriores, podéis observar si también ha habido cambios emocionales respecto a la lesión, o en general en la persona.

De esta forma empírica iréis avanzando en la idea de encontrar relación entre lesión – emoción o viceversa y centrar vuestro trabajo con las flores en favorecer la transformación del bloqueo energético que dificulta la sanación física, en energía que fluye de forma positiva y armónica.

“En la descripción de las treinta y ocho flores de Bach que siguen a continuación, se han compilado las experiencias de las más variadas orientaciones a las que se tiene acceso en la actualidad. Sin embargo, debemos destacar que no se pueden considerar informaciones definitivas, ya que la exploración de los multifacéticos efectos de este maravilloso sistema no ha comenzado si no hace poco. Cuantas más personas sensibles trabajen a su manera con las flores de Bach en los próximos años, tantas, más facetas se manifestarán de su divino poder sobre el alma y la mente del hombre

MECHTHILD SCHEFFER

La terapia floral de Bach teoría y práctica

Los treintaiocho remedios

La siguiente descripción de los treintaiocho remedios que nos dejó el Doctor Bach es muy escueta y breve, os animo a profundizar y recapitular información, a medida que sintáis la inquietud o necesidad. Pero la intención hoy en este taller es sintetizar todo lo posible, y proporcionaros una herramienta práctica para vuestro trabajo cotidiano en FISIOTERAPIA UROGINECOLOGICA a partir de la terapia floral de Bach.

AGRIMONY- Agrimonia

Naturaleza: Empática.

Clave: Mascara, ocultar, disimular, suero de la verdad.

El estado Agrimonia desequilibrado oculta sus ideas tortuosas y desasosiego tras una fachada de alegría y despreocupación.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **El lema es sonreír siempre. Ocultar las preocupaciones tras una máscara de jovialidad y felicidad.**
- **Dar buena impresión ante los demás es lo más importante.**
- **Estar siempre ocupado para no caer en cavilaciones.**
- **En la consulta se comportará disimulando las molestias, y gastando bromas para restar importancia a su problema.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Acepta los problemas y les concede su propio valor.**
- **Auténtica alegría interior.**
- **Optimismo con percepción real de la situación y objetividad.**

Somatisación

- **Todo lo que ocurre en la cara.**
- **Rechinar dientes en la noche o apretar mandíbulas.**
- **Todo lo que se sufre en silencio.**

ASPEN-Álamo temblón

Clave: Miedos desconocidos - “premoniciones”.

Temores inexplicables, miedo secreto a alguna desgracia que amenaza.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Miedo a la oscuridad.**
- **Sensación de miedo o peligro sin motivo alguno.**
- **Superstición**
- **Temor a una fuerza de poder superior.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Confianza, fortaleza.**
- **Comprensión de la divinidad sin temor a ella.**

Somatisación: No he encontrado ninguna relación física.

BEECH-Haya

Clave: Intolerancia, crítica.

Afán de crítica, arrogancia, intolerancia. Condena a los demás sin intuición alguna.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Se sitúa ante los demás como un juez que critica y condena.**
- **Crítica irónica, racismo, superficialidad.**
- **Interiormente muestra tensión y endurecimiento.**

Síntomas clave en estado transformado

- **Buenas aptitudes para el diagnóstico.**
- **Aumento de la capacidad de tolerancia.**
- **Reconocimiento de la diversidad.**

Somatisación

- **Rechazo: prótesis, medicamento, pareja, situación, embarazo, hijo.**
- **Alergias, dermatitis por contacto, intolerancias.**
- **Rigidez.**

CENTAURY-Centaura

Naturaleza: Servicial

Clave: Cenicienta, felpudo.

Su bondad es fácilmente explotada, no sabe decir no. Es la flor del maltrato.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Dificultad para imponerse, fácilmente influenciable; sumisión.**
- **Da más de lo que tiene.**
- **A menudo se halla bajo el yugo de sus progenitores, jefes, pareja etc.**
- **Miedo a no ser querido.**
- **Se rigen por el elogio.**
- **No se siente digna de pertenecer a ningún grupo.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Sabe decir si, pero ha aprendido a decir no en el momento oportuno.**
- **Se integra bien en distintos grupos, conservando siempre su identidad.**

Somatisación

- **Parásitos, patógenos, hongos.**
- **Convalecencia.**
- **Falta de energía.**
- **La enfermedad la tiene sometida, se ha convertido en su yugo.**
- **Congestión, mucosidad, vaginitis.**
- **Encorvamiento exagerado de la espalda a la altura de la escápula, hombros hacia delante y pecho hundido.**

CERATO-Ceratostigma

Naturaleza: Intuitiva.

Clave: duda de su intuición.

Duda entre múltiples opciones, criterios, todos parecen buenos excepto el de uno mismo.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Pide constantemente opinión y consejo a otros.**
- **Gran avidez de información.**
- **Atesora saber que finalmente no aplicará.**
- **Siempre duda ante una decisión que acaba de tomar.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- ***Obra sabiamente.***
- ***Capaz de sintetizar y concretizar sus ideas.***
- ***Se fía de su criterio.***

Somatisación

- ***Diversidad de síntomas.***
- ***Ha visitado a muchos terapeutas, leído sobre su enfermedad, pero sigue buscando.***
- ***Síntomas muy cambiantes.***

CHERRY PLUM-Cerasífera

Clave: Descontrol mental. Excesivo control.

Miedo a perder el control, miedo a fallar, a perder la razón. Es un miedo que se disimula en un afán por mantener el control.

Buen remedio para los reprimidos sexualmente.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Lucha por el autodomínio.**
- **Llega al borde del colapso nervioso.**
- **Amenaza a los suyos con el maltrato, teme que se le vaya la mano.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Valor fuerza espontaneidad.**
- **Capaz de cumplir su cometido sin reprimirse.**

Somatisación

- **Dolor desbordante e intenso, pinzamientos, neuralgias, hemorroides dolorosas...**
- **Anorgasmia por excesivo control.**
- **Eyaculación precoz.**
- **Incontinencia urinaria.**
- **Trastornos menstruales, reglas descontroladas, hemorragias descontroladas.**

CHESTNUT BUD-Brote de castaño

Clave: Falta de aprendizaje y asimilación.

Se vuelve a cometer cíclicamente el mismo error, porque se viven las experiencias pero no se aprende de ellas. Incapaces de aprender de sus errores se ven en circunstancias parecidas una y otra vez. NO APRENDEN LA LECCION.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Falta de interés, indiferencia, lentitud en el aprendizaje.**
- **prefiere lanzarse a una nueva experiencia en vez de disfrutar de la última.**
- **Periódicamente suele presentar los mismos síntomas de enfermedad: crisis, jaquecas, ciáticas etc.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Mente activa, aprende a través de la observación.**
- **Observa en particular los errores y consigue aprender de ellos.**
- **Extrae lo mejor de cada experiencia diaria.**

Somatisación

- **Cuadro clínico que se repite.**
- **Enfermedades que se vuelven crónicas.**
- **Enfermedades genéticas.**
- **Valorar en pacientes que reaparecen con el mismo síntoma tras años de haber sido dados de alta.**

CHICORY-Achicoria

Naturaleza: protectora.

Clave: manipulación.

Espera total dedicación por parte de los demás, cuando no lo consigue manipula, chantajea finge enfermedades o incluso las desarrolla para tener a sus seres queridos alrededor.

Los Chicory son auténticos mendigos de amor, mendigos de besos y caricias, nunca se sienten satisfechos.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Egoísmo supervisor y atención exagerada.**
- **Quiere mantener lazos afectivos ya superados.**
- **Le cuesta perdonar y olvidar.**
- **Cuando no logra imponer su voluntad se enoja y hace el papel de mártir.**
- **En consulta puede ser uno de esos casos que no avanzan por estar utilizando su dolencia como moneda de cambio.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **La persona se encuentra tan llena de amor que no necesita mendigar más a nadie.**
- **Por su naturaleza amorosa reparte amor sin esperar nada a cambio y recibe tanto como da, así se retroalimenta.**

Somatisación

- **Todo lo relacionado con no soltar.**
- **Estreñimiento.**
- **Obesidad.**
- **Retrasos menstruales.**
- **Partos que se retrasan.**
- **Retención.**

CLEMATIS- Clemátide

Naturaleza: soñadora.

Clave: desconexión.

A la persona en estado Clematis desequilibrado le falta foco, capacidad de concentración y de llevar a cabo las múltiples ideas que revolotean en su cabeza. Se dice de ellos no tener los pies en el suelo.

Síntomas en estado de bloqueo

- **Vive en su mundo de fantasía, sueña despierto.**
- **Se siente cómodo en su realidad.**
- **Se agota fácilmente y es propenso a los desmayos.**
- **A menudo son personas con una gran capacidad artística sin desarrollar y están dedicadas a alguna ardua labor para ganarse el sustento. Esto les deja sin energía.**
- **Sensación de sueño y modorra constante.**

Síntomas en estado equilibrado

- **Consigue ordenar y plasmar sus ideas.**
- **Su creatividad se traduce en realidad física.**

Somatisación

- **Desmayos.**
- **Pérdida de sensibilidad en los tejidos.**
- **Dificultad para alcanzar el orgasmo por falta de concentración.**
- **Rehabilitación.**
- **Lesión neurológica, nervio desconectado.**

CRAB APPLE-Manzano silvestre

Clave: vergüenza.

En el estado Crab Apple la persona se siente, sucia, impura, no le gusta su aspecto físico y suele estar obsesionada con la limpieza y el orden. A menudo son personas que sufrieron maltrato sexual en la infancia pero no lo recuerdan bien. A veces no lo han sufrido ellas, pero si, su madre o abuela, pasando así de una generación a otra el sentimiento de desprecio y la vergüenza hacía su cuerpo.

No hay que olvidar que Crab Apple es considerado el antibiótico del sistema floral. Es la flor que más limpia.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Obsesión por la limpieza física y mental.**
- **Necesidad de lavar su cuerpo minuciosamente.**
- **Todo tiene que estar impecable.**
- **Resistencia a realizar actos físicos naturales como: amamantar, besar, masturbación y/ o prácticas sexuales con otra persona, consciente de ello o no.**

Síntomas claves en estado equilibrado

- **No deja que los detalles le hagan perder la calma.**
- **Reconoce lo que no le gusta a su alrededor y puede transformarlo.**
- **Actúa generosamente y sin tensiones,**

Somatisación

- **Infecciones.**
- **Verrugas, granos, abscesos, eccemas, dermatitis.**
- **Inflamación.**
- **Mucosidad.**
- **Estreñimiento, obstrucción.**
- **Dificultad para amamantar.**
- **Dificultad para mantener relaciones de contacto físico.**
- **Anorexia, bulimia.**
- **Victima de maltrato sexual.**

ELM-Olmo

Clave: abatimiento por exceso de actividad.

“No puede más” está sobrecargado de trabajo o responsabilidades. A pesar de estar haciendo un buen trabajo le fallan la confianza y las fuerzas.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Perfeccionismo exagerado, piensan que como ellos hacen las cosas no las va a hacer nadie.**
- **Asume tantos cometidos que ya no puede hacerse cargo de nada más.**
- **Piensa que no va a poder cumplir con sus responsabilidades.**
- **No sabe por dónde empezar.**

Síntomas claves en estado equilibrado

- **Hongos.**
- **Órgano demasiado exigido.**
- **Agotamiento al final del parto.**

GENTIAN-Genciana

Naturaleza: pesimista.

Clave: frustración, desánimo.

Personas que se enfadan con la vida, no entienden porque les pasan las cosas y tienen muy poca capacidad para superar la frustración. “Se enfadan con la vida”.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Escepticismo, duda si la terapia funcionará.**
- **Inseguridad por falta de confianza.**
- **Se derrumba fácilmente.**
- **Se siente enfadado por su situación.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Encuentra la capacidad de volverlo a intentar.**
- **Ve la luz en la oscuridad, esto le ayuda a mejorar su energía.**

Somatisación

No he encontrado nada relacionado con gentian, tenerla en cuenta cuando detestéis necesidad por causa emocional.

GORSE-Aulaga

Clave: desesperanza.

Han perdido la esperanza, no quieren seguir luchando.

Síntomas claves en estado bloqueado

- **Perdida completa de la fe, a diferencia de gentian no se enfada, siente indiferencia.**
- **Enfermedad estancada.**
- **A pesar de su convicción deja que sus familiares lo alienten en búsqueda de una nueva solución.**
- **La persona se muestra deprimida, resignada, ella no va a hacer nada por su enfermedad.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Recuperación de la fe.**
- **Cambio de actitud respecto a su situación desesperada.**
- **Reconoce que la desesperanza no le ayuda a avanzar.**
- **En los casos no graves, comienza el avance hacia la curación.**

Somatisación

No he encontrado nada en relación con Gorse, puede ser de utilidad para equilibrar emocionalmente cuando así lo veáis oportuno.

HEATHER-Brezo común

Clave: locuacidad exagerada-silencio interior. Persona centrada en sí misma, ombligos del mundo.

Síntomas clave en estado de bloqueo.

- **Acapara la conversación en las reuniones y se la lleva a su persona.**
- **Necesita compañía no soporta estar sola.**
- **Le cuesta escuchar.**
- **Muy hipocondriaco.**

Síntomas claves en estado equilibrado

- **Adulto comprensivo con mucha intuición.**
- **Irradia fortaleza y confianza.**

Somatisación

- **Anorexia.**
- **Problemas de corazón, arritmia, taquicardia.**

HOLLY-Acebo

Clave: rencor, desconfianza.

Remedio para celos, sospechas, desconfianza, envidia.

Síntomas claves en estado de bloqueo.

- Teme ser embaucada.
- Se alegra del mal ajeno.
- Con frecuencia se siente ofendida.

Síntomas claves en estado equilibrado.

- Vive en armonía interior.
- Se alegra de los logros de los demás, aun cuando a ella no le va bien.
- Profunda comprensión con el mundo afectivo humano.

Somatisación.

- Hemorroides.
- Psoriasis.
- Inflamaciones.
- Dolores inflamatorios neurálgicos.
- Sofocos menopáusicos.
- Alergias.

HONEYSUCKLE-Madreselva

Clave: nostalgia, aferrados al pasado.

Se ha quedado aferrado al pasado, haya sido este bueno o malo se ha quedado estancado en el. Para ellos “cualquier tiempo pasado fue mejor”.

Este estado les impide evolucionar.

Síntomas claves en estado bloqueado

- **glorifica el pasado y piensa en los bellos tiempos que quedaron atrás.**
- **No logra después de años superar la muerte de un ser querido.**
- **Un determinado suceso ocurrido en el pasado mantiene tanta actualidad como si hubiera sido ayer.**

Síntomas claves en estado equilibrado

- **No olvida su pasado, pero vive en el presente.**
- **Aprende de las experiencias sin aferrarse a ellas.**
- **La persona es capaz de pasar página, de avanzar.**
- **Aprende de las experiencias sin aferrarse a ellas.**

Somatisación

- **Menopausia.**
- **Enfermedades típicas de niños en adultos.**
- **Enfermedades que no avanzan.**
- **Enfermedades genéticas y hereditarias.**

HORBEARN-Hojarazo

Clave: pereza, aburrimiento.

Es llamado el remedio del lunes por la mañana. La persona siente que está demasiado cansada y no va a poder con sus tareas cotidianas, pero finalmente las hace. Son personas aburridas de una situación y manifiesta su aburrimiento con cansancio.

Este estado puede ser transitorio o de larga duración.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **La persona se siente laxa y fatigada.**
- **Sensación de modorra, pereza.**
- **Mejora su ánimo al ponerse en marcha.**
- **Se anima cuando algo le motiva.**
- **Se levanta mas cansada de lo que se acostó.**
- **Cansada de realizar tareas cotidianas realizadas durante décadas.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Espíritu vivo, mente clara y fría.**
- **Segura de manejar sus cometidos aún cuando en apariencia superen las fuerzas.**

Somatisación

- **Laxitud.**
- **Debilitamiento de un órgano.**
- **Atrofias.**
- **Cicatrización**
- **Aburrimiento sexual.**
- **Prolapso.**

IMPATIENS-Impaciencia

Naturaleza: Impaciente.

Clave: Irritabilidad, reacciones desmesuradas.

Cualquier persona puede estar circunstancialmente en este estado, pero hay personas que viven continuamente en él. Viven de prisa, se irritan cuando alguien metódico o la propia burocracia les obligan a bajar el ritmo.

Este estado anímico no solo provoca estrés y tensión, también accidentes por las prisas y el afán por no querer perder tiempo.

Síntomas claves en estado de bloqueo

- **Cuesta esperar que las cosas se desarrollen por sí solas.**
- **Son personas nada diplomáticas, quita la palabra a los demás.**
- **Perro ladrador poco mordedor.**
- **Toma decisiones precipitadas.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Capaz del término medio.**
- **Actúa con diplomacia y diligencia efectiva.**

Somatisación

- **Nerviosismo.**
- **Antiinflamatorio, inflamación crónica o aguda.**
- **Relajante muscular.**
- **Eyacuación precoz.**
- **Contracturas agudas.**
- **Proceso para embarazarse.**
- **Picores.**
- **Dolores de cualquier tipo.**
- **Rigidez caliente y dinámica.**

LARCH-Allerce

Clave: incapacidad, inseguridad.

La persona en estado Larch piensa que no será capaz de superar algo concreto. Está tan convencida de su fracaso que ni lo intenta.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Me gustaría pero...sé**
- **que no lo lograré.**
- **Titubea y actúa falta de confianza atrayendo el fracaso.**
- **No se anima a hacer lo que admira de otros.**
- **Falsa modestia por falta de confianza.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Actúa con sentido realista.**
- **Persevera aun a pesar de los reveses.**
- **Está en condiciones de evaluar las situaciones con frialdad.**

Somatisaciones

- **Cicatrización.**
- **Rehabilitación.**
- **Incapacidad.**
- **Miembro, órgano, o función que no puede cumplir con su cometido.**
- **Frigidez, ausencia de placer y de apetito sexual.**
- **Vaginismo.**

MIMULUS-Mimulo

Naturaleza: Miedosa, tímida.

Clave: Miedo a todo.

En el estado Mímulus además de miedo a las cosas que podemos definir fácilmente hay timidez y nerviosismo.

Síntomas en estado de bloqueo

- **Timidez, reserva, gran sensibilidad en lo físico.**
- **Angustia, pero guarda su temor para si mismo.**
- **Fobias.**
- **Hipersensibilidad al frio, al calor, gritos, olores fuertes etc.**
- **Risa nerviosa, tartamudez.**
- **Enferma fácilmente cuando se avecina algo que le asusta.**

Síntomas en estado equilibrado

- **Persona delicada y sensible.**
- **Supera sus miedos, avanza por el mundo con despreocupación.**
- **Valentía.**

Somatisación

No he encontrado relación directa con ningún sintoma físico.

Me parece un remedio muy a tener en cuenta en:

- **Miedo al parto.**
- **Miedo a la penetración.**

MUSTARD- Mostaza

Clave: Tristeza repentina sin causa.

En el estado Mustard se sienten invadidos por una gran pena, pero no encuentran motivo ni porqué. Pueden recitar una lista de motivos por los que deberían ser felices pero se encuentran en un pozo negro sin esperanza.

Es un remedio eficaz, disipa los nubarrones y aporta vitalidad. Ayuda a encontrar la alegría, la serenidad y la paz de vivir.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Profunda tristeza, pesimismo.**
- **De buenas a primera la melancolía invade sin causa aparente.**
- **Cautivo de la pena.**
- **Melancolía que no permite tener en cuenta el presente.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Pasa los días tanto claros como oscuros con claridad interior, serenidad y estabilidad.**

No he encontrado relación con síntomas físicos.

OAK-Roble

Naturaleza: Luchadora.

Clave: Trabajadora incansable.

Las personas robles son fuertes, estables, nunca se rinden ante la adversidad. Son el alma del negocio o quien trae el sustento a la familia, a veces el pilar para que esta siga unida.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Ignora su impulso natural de descansar.**
- **Soporta la carga de los demás.**
- **Lucha contra todas las dificultades sin perder la esperanza.**
- **Enferman en el fin de semana o vacaciones.**
- **Son como los músicos del Titanic.**
- **Como pacientes nunca tiran la toalla, luchan hasta el final.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Es resistente y constante a la vez que razonable.**
- **supera las contrariedades de la vida con valor y ahínco.**

Somatisación

- **Sobre carga.**
- **Prolapsos.**
- **Miembros u órganos que han sido sometidos a un esfuerzo.**
- **Sobrecarga deportiva.**
- **Recuperación, rehabilitación.**
- **Post parto**

OLIVE-Olivo

Clave: Agotamiento físico y mental.

Remedio para quienes sufren de agotamiento físico y mental extremo después de cualquier tipo de esfuerzo, enfermedad larga, exceso de trabajo o estudio o época de mucho sufrimiento (divorcio).

Remedio revitalizante e hidratante.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Extenuación tras prolongada y sostenida exigencia o larga enfermedad.**
- **Paciente sin vitalidad.**
- **Profundo cansancio que alterna con fases de mucho rendimiento.**

Síntomas clave en estado equilibrado.

- **Fuerza y vitalidad.**
- **Dispone de reserva energética.**

Somatisación

- **Órgano o función atrofiado.**
- **Músculo agotado.**
- **Fibromialgia.**

PINE-Pino

Clave: Culpa.

Se sienten culpables de todo lo malo que ocurre. Piden perdón por cualquier cosa. Asumen responsabilidades que no son suyas por “apuro”.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Se disculpa continuamente.**
- **Tendencia a sentir cargo de consciencia.**
- **En situaciones ambiguas asume la culpa.**
- **Aún cuando obtiene éxito se reprocha no haberlo hecho del todo bien.**
- **Se lanza reproches autodestructivos.**
- **Se disculpa por estar enfermo, deprimido, agotado, incluso por oler mal.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Acepta sus faltas pero no se aferra a ellas.**
- **En lugar de culpa siente arrepentimiento y se perdona.**
- **Gran paciencia y humildad.**

Somatisación

- **Trastornos genitourinarios sexuales.**
- **Autoagresión.**
- **Enfermedades autoinmunes.**
- **Cáncer de próstata.**
- **Anorgasmia.**
- **Post violaciones (presente o pasado).**
- **Mujeres (pecado original).**

RED CHESTNUT-Castaño rojo

Clave: Preocupación por los demás.

Personas sobre protectoras, viven exageradamente las preocupaciones normales, teniendo un efecto negativo tanto par ellos como para los que aman. A estos les restan confianza, seguridad y capacidad de desarrollarse.

Remedio de acción doble, aporta tranquilidad a quien lo toma y seguridad a sus seres queridos.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Actúa como un pulpo, con tentáculos energéticos, limitando a las personas a las que protege.**
- **Vive la vida del otro como si fuera la propia.**
- **Descuida su propia vida por la de los demás.**
- **Cuando algo sale bien, imagina todo lo mal que podía haber pasado.**
- **No viene a consulta o le cuesta porque tiene que atender a sus “niños” de más de treinta años.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Capacidad de irradiar sobre los suyos seguridad y valor.**
- **Capacidad de influir y guiar positivamente a otros desde lejos.**

Somatisación

- **Adherencias.**
- **Estreñimiento.**
- **Obesidad.**
- **El bebé quiere destetarse y la madre no.**

***Muy útil para terapeutas que no desconectan.**

*** ¡Mucho, mucho cuidado con este remedio en post parto!**

ROCK ROSE-Heliantemo

Clave: Pánico, terror paralizante.

Es el remedio para el terror y el pánico, para miedos irracionales. Puede tener su origen en cualquiera de otros miedos, pero va más allá.

Es un miedo extremo.

Síntomas clave en estado bloqueado

- Terror, espanto, sistema nervioso desquiciado.
- Miedo que enloquece, paraliza. La persona puede gritar de terror o puede quedarse sin habla.
- El corazón parece haberse detenido.

Síntomas en estado equilibrado

- Heroísmo.
- Capacidad para superar la situación y movilizar fuerzas casi sobrehumanas.

Somatisación

- Palpitaciones, manos húmedas.
- Dolor en el plexo solar.
- Todo lo que entra de repente, hemorragia, dolor repentino, desmayo...
- Todo lo que te paraliza bruscamente.
- Hemiplejia tras accidente vascular cerebral.

ROCK WATER-Agua de roca

Clave: Severidad /relajación.

Es el remedio para aquellas personas que son severos consigo mismo, estrictos en su forma de vida. Se ponen altas metas y a la vez son críticos con quienes no hacen lo mismo.

Son capaces de reprimirse necesidades básicas por sus ideales.

Síntomas clave en estado bloqueado

- **Afán de perfección.**
- **Ideales exagerados.**
- **Tendencia a reprimir sus necesidades por seguir sus principios.**
- **Ultra disciplinado.**
- **Aspirar al perfeccionismo espiritual.**
- **A menudo vegetarianos, macrobióticos, antialcohólicos...(radicales).**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Idealista abierto, capaz de apartarse de sus teorías cuando es confrontado con un nuevo conocimiento, o una verdad más profunda.**
- **Por su alegría de vivir y paz interior se convierte para los demás en un modelo natural.**

Somatisación

- **Rigidez estática y fría en articulaciones.**
- **Contracturas.**
- **Fijaciones vertebrales.**
- **Tensión muscular.**
- **Anorgasmia.**
- **Frigidez.**

SCLERANTHUS-Scleranthus

Naturaleza: Dubitativa,

Clave: Aclara dudas.

Remedio para quienes les cuesta decidir entre dos opciones.

Síntomas clave en estado bloqueado

- **Cambia en un momento de criterio y humor.**
- **Indecisión con desasosiego interior.**
- **Oscilaciones extremas del ánimo, pasa del llanto a la risa,**
- **Debido a continuos cambios de opinión inspira poca confianza y pierde buenas oportunidades en lo personal y lo profesional.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Poder de concentración y determinación.**
- **Equilibrio interior en cualquier circunstancia.**
- **Decisiones correctas y con seguridad.**

Somatisación

- **Síntomas que aparecen por todo el cuerpo, hoy aquí mañana allí.**
- **Fibromialgia.**
- **Todo tipo de trastornos del equilibrio, mareos, le cuestan las posturas de yoga.**
- **Fluctuaciones de temperatura.**
- **Pasa del estreñimiento a la diarrea.**

STAR OF BETHLENHEN-Estrella de Belén

Clave: Trauma.

Remedio para los efectos posteriores a un shock, conmoción, o cualquier tipo de accidente, mala noticia, fuerte discusión o susto.

Validad para el presente o pasado.

Es un buen sellador y cicatrizante en todos los aspectos: físicos, energéticos y emocionales.

Síntomas claves en estado de bloqueo

- **En una situación en la que se necesita consuelo, no se acepta.**
- **Las vivencias afectivas desagradables repercuten por largo tiempo en la persona.**
- **Desencanto, tristeza. Pesar paralizante tras palas noticias.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Claridad mental, vitalidad y fuerza interior.**
- **Capacidad para reponerse.**

Somatisación

- **Inflamación. (Drena lo paralizado).**
- **Infertilidad. (Si se vive como trauma)**
- **Cicatrización.**

- **Cicatrización.**
- **Rigidez, resistencia.**
- **Vaginismo, hipertonia.**
- **Musculo que limita el movimiento.**
- **Post parto-post operatorio.**
- **Órgano que deja de realizar su función natural.**
- **Menopausia.**

***Buen sellador para finalizar la terapia.**

SWEET-CHESTNUT-Castaño dulce

Clave: La desesperación más profunda.

Es el remedio para la desesperación y la angustia más extrema y extenuante que una persona pueda sentir. Esta flor te saca del pozo cuando estás hundido.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Llora sin consuelo.**
- **La situación parece desesperada y no sabe cómo salir.**
- **Situación límite de ánimo.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Se siente en el umbral de nuevos horizontes.**
- **El Ave Fénix resurge de sus cenizas.**
- **Reconoce la oportunidad de un cambio decisivo.**

No encuentro relación con ningún síntoma físico, si me parece un remedio útil para tener en consulta.

VERVAIN-Verbena

Clave: Entusiasmo, justiciero.

Los verbena son entusiastas, justicieros, quienes convencen a todos de su “fórmula mágica” porque están convencidos de que es lo mejor para todos, suelen intentar convencer con largas conversaciones.

En consulta es el paciente que tras empezar a venir empieza a mandarte a sus, familiares, amigos compañeros etc.

Síntomas clave en estado de bloqueo

- **Arrasa a otros convencido de su idea**
- **Exalta ante las injusticias.**
- **Lo quiere hacer todo en un 150%.**
- **Impulsiva.**
- **Intenta actuar por los demás e imponerles su felicidad.**
- **Puede llegar al fanatismo.**
- **Inquietud interior que no le permite relajarse.**
- **Acaba exhausta, enferma por desgaste y derroche de energía**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Se abraza la causa y se concede a los demás el derecho a la opinión.**
- **Se ven las cosas con mayor amplitud de mira.**
- **Se consigue emplear la gran energía interior de forma acertada y amble cuando vale la pena.**

Somatisación

- **Inflamación.**
- **Todo lo que acaba en itis.**
- **Para lo rígido y caliente.**
- **Todas las formas de eritema.**
- **Para lo exagerado, hemorroides, vaginismo, vaginitis.**

VINE-Vid

Naturaleza: Autoritaria.

Clave: Dictador.

Dominador, ambicioso, avido de poder. Creen saber lo que es mejor para los demás, si es preciso imponen la fuerza. Llegan a ser tiranos e imperativos con sus semejantes pensando que es por su bien.

En consulta suele ser el paciente que te dice con que pautas hay que tratarlo, corrige tu diagnostico he intenta imponer su voluntad.

Síntomas clave en estado bloqueado

- **Carácter duro y despiadado hasta la crueldad sin cargo de consciencia.**
- **El cerebro se antepone al corazón.**
- **Hace mal uso de sus aptitudes para alcanzar metas personales.**
- **No discute, en cualquier modo siempre tiene la razón.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Jefe sabio y comprensivo, autoridad natural digna de respeto y admiración.**
- **Sabe delegar y poner sus dotes de mando al servicio de una gran fin.**
- **Capacidad de ayuda a los demás y así mismo, para encontrar su propio camino.**
- **A la consulta vendrá mas entregado y dispuesto a dejarse ayudar.**

Somatisación

- **Rigidez, tensión caliente.**
- **Fistulas obstruidas.**
- **Rigidez cronificada.**
- **Varices, hemorroides.**
- **Estreñimiento.**
- **Líquido en cavidades cerradas: Forúnculos, abscesos, piernas edematosas.**
- **Rigidez caliente y dinámica: Pinzamientos contracturas agudas, esguinces, ciática.**
- **Inflamación y edema: Vaginismo, artritis.**

WALNUT-Nogal

Clave: Cambio, evolución /protección de influencias externas.

Este remedio nos ayuda en cualquier proceso de cambio, protege de la influencia que cause las opiniones de los demás y aporta constancia para no dar marcha atrás.

Teniendo en cuenta el embarazo como un proceso que alberga numerosos cambios, físicos, hormonales etc tenemos en cuenta walnut como “la flor del embarazo”, aunque no hay que olvidarse de ella en la pubertad, menopausia o el destete.

Es una flor que facilita la apertura y el avance.

Síntomas claves en estado bloqueado

- **Aún con las ideas y metas claras se deja persuadir por las opiniones externas y no da paso a la acción.**
- **Lleva tiempo queriendo dar un paso decisivo: dejar de fumar, tener un hijo, cambiar de trabajo...pero no da el paso.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Fiel a sus ideas sigue imperturbable hasta la meta a pesar de las opiniones contrarias.**
- **Se libera definitivamente de la sombra del pasado.**
- **Deja que pasen de largo las influencias destructivas.**

Somatisación

- **Hemorragias, reglas abundantes.**
- **Post parto, menopausia, destete (para aceptar).**
- **Dolores por cambio de temperatura o estación.**

WATER VIOLET-Violeta de agua

Clave: Distante, reserva interior.

Es un remedio para aquellas personas que por su inseguridad e independencia pueden dar la impresión de ser orgullosos, altivos, incluso despectivos con los demás.

A menudo evitan el contacto físico, salvo con sus amigos o elegidos. Es como si hubiera una ley a modo de barrera no visible entre ellos y los demás. Esto le produce incapacidad para relacionarse.

Síntomas clave en estado bloqueado

- **En ocasiones se siente excluida.**
- **Arregla todo por sí misma.**
- **Dificultad de acercarse a los demás por iniciativa propia.**
- **Quisiera descender de su pedestal pero no sabe cómo hacerlo.**
- **Le gusta retirarse a su “castillo”.**
- **Rara vez llora, mantiene su postura interior.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Amable y suave, aunque a menudo se siente superior a los demás se muestra hábil y competente en el trato.**
- **Buena conciencia de sí mismo, sabe quien es.**
- **Vive y deja vivir.**
- **Obra con humildad amor y soberanía, creando paz y tranquilidad a su alrededor.**

Somatisación

- **Cicatrices antiguas adheridas.**
- **Queloides.**
- **Rigidez estática y fría.**
- **Secuelas rígidas de lesiones antiguas.**

WITHE CHESTNUT-Castaño blanco

Clave: Repetición, disco rayado.

El estado White chestnut es como un disco rayado que se repite una y otra vez en su cabeza, lo que tenía que haber sido...hecho ...o será. Esto le impide centrarse y concentrarse lo que le produce una enorme inquietud.

Síntomas clave en estado bloqueado

- **La cabeza no para de dar vueltas a un mismo tema.**
- **Inquietud. Debilitamiento provocado por la preocupación.**
- **Debido a la activa y tormentosa actividad mental, a menudo se tensiona, padece insomnio y durante el día parece distraído.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Mente equilibrada.**
- **De la calma interior aflora la solución a cada problema.**
- **Da rienda suelta a su fertilidad mental.**

Somatisación

- **Contracturas.**
- **Insomnio.**
- **Síntomas que se repiten una y otra vez.**
- **Dolor moderado.**

WIL OAT-Avena silvestre

Clave: Orientación en el camino.

Es el remedio para esas personas talentosas que quieren llegar lejos pero no saben qué camino tomar.

Para personas que quieren saber cuál es su destino y están divagando, o a veces estancados en una situación que no les gusta.

Síntomas clave en estado bloqueado

- **Quiere lograr algo especial pero no sabe que.**
- **Siempre se sienten impulsados a emprender un nuevo proyecto.**
- **Talentos y aptitudes no aprovechados.**
- **Desperdicio de energía por vivir relaciones personales o laborales poco adecuadas.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Aptitud para reconocer el propio potencial y desplegarlo por entero.**
- **Usa todo tipo de talentos y los une al mismo hilo conductor.**
- **Se tiene la habilidad de hacer bien muchas cosas.**

***no he encontrado relación con somatisaciones.**

WILD ROSE-Rosa silvestre/Escaramujo

Clave: Apatía, desinterés, resignación.

Es el remedio para los apáticos, los resignados, los que han aceptado todo lo que la vida les manda, y no ven para que mover un solo dedo. Su frase habitual es: “Que le vamos a hacer”. Esta flor ayuda a sentir gozo, alegría y sobre todo interés por la vida.

Síntomas clave en estado bloqueado

- **Interiormente ha abandonado, aún cuando sus circunstancias de vida no son tan desesperadas.**
- **Perdida de la alegría de vivir y de la motivación interior.**
- **Aburrimiento, indiferencia.**
- **Se somete a su destino: Un matrimonio desdichado, un trabajo monótono, una enfermedad crónica.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Se encuentra un nuevo interés en la vida.**
- **Se vence lo cotidiano sin caer en la rutina.**

Somatisación

- **Apatía sexual.**
- **Anorgasmia.**
- **Cuando los tratamientos no responden.**
- **Estreñimiento crónico.**

WILOW-Sauce

Clave: Encono interior, resentimiento.

Remedio para los resentidos y amargados por el curso de su vida, culpabilizan de ello a una o varias personas concretas. Se sienten en conflicto con ellas y consideran que su vida es injusta.

En consulta suele ser una persona difícil y refunfuñona, nunca está contento con lo que se le está haciendo.

Síntomas clave en estado bloqueado

- **Actitud amargada y resentida ante la vida.**
- **No se siente responsable de su situación, atribuye la culpa a las circunstancias o a los demás.**
- **Destaca especialmente el lado negativo de las cosas.**
- **Se considera impotente.**
- **Al sanar de una enfermedad admite la mejoría de mala gana.**
- **Hierve dando vueltas a su ira pero no suele explotar.**

Síntomas clave en estado equilibrado

- **Postura básica positiva.**
- **Se asume la responsabilidad del destino.**
- **Se transforma de “víctima “ en “dueño” de su destino.**
- **Reconoce y trabaja la relación entre su forma de pensar y los acontecimientos exteriores.**

Somatisación

- **Estreñimiento.**
- **Congestión.**
- **Hemorroides.**
- **Edemas.**
- **Dermatitis de contacto.**
- **Inflamación crónica.**

RESCUE REMEDY-Remedio rescate

Clave: Shock, emergencia.

Se compone de cinco remedios, fue la única sinergia que el Doctor Bach dejó creada.

Se puede tomar o administrar en caso de accidentes o enfermedades repentinas. No solo ayuda a las víctimas, también a los terapeutas o los simples espectadores.

Usos

- **Cuando se está confundido, aturdido por una discusión familiar.**
- **Tras recibir una mala noticia o carta desagradable, así como si se han visto imágenes brutales en TV.**
- **Cuando se está trabajando en una atmosfera cargada de estrés.**
- **Ante un examen importante, una entrevista de trabajo, una consulta médica a la que vamos con temor etc.**

En ningún caso el Rescue remedy debe convertirse en un hábito permanente. Se ideó para primeros auxilios, ya sean en situaciones físicas o psíquicas importantes o insignificantes.

Las flores que lo componen son:

STAR OF BETHLEHEM ; Contra el miedo, la obnubilación y como integrador de la personalidad.

ROCK ROSE: Contra el temor y la sensación de pánico.

IMPATIEMS: Contra el estrés y la tensión mental.

CHERRY PLUM: Contra el miedo a perder el control.

CLEMATIS: Contra la tendencia a “ceder”; contra la sensación de “estar muy lejos” que a menudo aparece antes de perder el conocimiento.

NOTAS:

