



Bienestar

RECUPERAR TU ARMONÍA

**DECONDICIONAMIENTO
CON TERAPIA FLORAL BACH**



LOS NUEVE CENTROS EN DISEÑO HUMANO Y SU RELACIÓN CON LA SALUD HOLÍSTICA

·CABEZA

Sede del Cristal de Personalidad

Función: Inspiración

Correlato biológico: glándula pineal y materia gris del cerebro

Estrategia del No-Ser sin definir: ¿Todavía respondo a preguntas acerca de cosas que no tienen importancia?

No-Ser: Presión por pensar y por saber. Dudas, confusión y presión mental. Inconsistencia mental, molesta “no saber”.

Con este Centro abierto hay presión para pensar en cosas que no importan. También existe la tendencia a tener mucha charla mental, preguntas y pensamientos que generan confusión mientras se intentan tomar decisiones. El centro de la cabeza sin definir se inspira fácilmente en los demás y en las cosas que los rodean. Ninguno de los pensamientos inspiradores es original, ya que otros influyen en su forma de pensar. Son grandes reflectores mentales de las mentes de los demás. Piensan sin cesar que tienen que resolver problemas, suyos y ajenos y responder cosas que en realidad no tienen importancia. Este centro puede verse fácilmente abrumado por la duda y la confusión. Terminan respondiendo a la presión de asumir los problemas de los demás y tratar de resolverlos de inmediato, lo que les dificulta vaciar la cabeza y relajarse.

Enfermedades y malestares relacionados: estrés y ansiedad, trastornos del sistema inmunológico, fatiga, locura o miedo a ella, adicciones, enfermedades crónicas

Cuando está sano:

No asumen la presión de responder a las preguntas de los demás o de encontrar soluciones a los problemas de otros. Dejan ir el proceso mental cuando se sienten confundidos y disfrutan observando sin apego.

·AJNA

Sede del Cristal de Diseño

Función: Conceptualización

Correlato biológico: Glándula Pituitaria Anterior y Posterior, Neo-Córtex, Ojos

Estrategia del No-Ser sin definir: ¿Todavía pretendo que tengo certeza y estoy seguro de las cosas?

No-Ser: divague de pensamientos, rigidez mental, necesidad de absorber información, falta de certeza mental e inseguridad.



El Ajna abierto puede pasar mucho tiempo obsesionado con cosas determinadas o cayendo la trampa de tomar decisiones con la mente. Tiene un miedo profundo de que no tener certeza de las cosas, son personas que se sienten inadecuadas por no poder cumplir con sus palabras y compromisos y eso les avergüenza. También existe la tendencia a compararse con otros la manera de procesar información y ven fácilmente lo que consideran sus fallas, lo que tiende a hacer que se juzguen a sí mismas y se disgusten.

Enfermedades y malestares relacionados: dolores de cabeza, problemas del cuello, sinusitis, mareos, tinnitus, problemas menstruales, trastornos del sueño, fatiga

Cuando está sano:

Estas personas han aceptado que su mente opera de manera inconsistente y que nunca pueden estar seguros de nada a nivel mental. Encuentran que su mente es un patio de diversiones y no una prisión.

•GARGANTA

Función: Metamorfosis, expresión y manifestación

Correlato biológico: Glándulas Tiroideas y Para-Tiroideas, Metabolismo

Estrategia del No-Ser sin definir: ¿Todavía hago lo que sea para llamar la atención?

No-Ser: Transformación en compases -no consistente-, hablar mucho, incomodidad con el silencio, busca llamar la atención.

Aquellos con un centro de la garganta abierto a menudo intentarán llamar la atención de muchas maneras, como hablando mucho o al no hacerlo en absoluto. No confían en que recibirán la atención adecuada. Cuando están cerca de otras personas con un centro de la garganta definido, experimentan una presión incómoda para hablar y actuar. También gastan una gran cantidad de energía mental pensando en lo que van a decir a continuación y se sorprenden con lo que sale, completamente diferente a lo planeado. En general desconocen lo que van a decir a continuación.

Enfermedades y malestares relacionados: problemas de tiroides, problemas de oídos, ojos, garganta y nariz, enfermedades crónicas, candida, problemas del metabolismo, quistes, amenorrea

Cuando está sano:

Estas personas disfrutan de la variedad de formas en que hablan y se expresan. Saben que la atención que reciben es correcta para ellos, ya que no necesitan forzar nada para llamar la atención. También sienten la presión de hablar cuando están cerca de otros, pero no actúan en consecuencia. Se sienten cómodos con el silencio.



•CENTRO G

Sede del Monopolo Magnético

Función: Identidad, amor y dirección

Correlato biológico: Hígado, Sangre

Estrategia del No-Ser sin definir: ¿Todavía estoy buscando Amor y Dirección?

No-Ser: se siente sin dirección definida en la vida, busca amor y saber quién es, definirse.

El Centro G abierto poco saludable intentará dirigir a otros sin esperar a que se le pregunte o invite. Se "mezclan y encajan" con quien sea que pasen el tiempo. Encuentran su identidad a través de sus relaciones, pero necesitan para esto rodearse de las personas correctas. A menudo, están obsesionados con su dirección en la vida y con cuándo van a encontrar el amor. Buscan quiénes son y se obsesionan con las etiquetas y los títulos para definir su identidad. Hay una tendencia a no confiar en el flujo de la vida y permitir que ésta les muestre el siguiente paso a dar.

Enfermedades y malestares relacionados: Hinchazón abdominal y/o de manos y pies, letargo, hepatitis, náuseas, estreñimiento, bilis, hiperconfusión

Cuando está sano:

Estas personas se sienten cómodas sin saber necesariamente su dirección en la vida o cuándo van a encontrar el amor. Se mueven por la vida a medida que se les muestra el siguiente paso. No se apegan a las personas.

•EGO/CORAZÓN

Función: Ego y Voluntad

Correlato biológico: Corazón, Estómago, Timo (y Células T), Vesícula Biliar

Estrategia del No-Ser sin definir: ¿Todavía intento demostrar lo que valgo y mejorarme a mí mismo?

El Yo aquí no es de Identidad del Ser sino tribal.

No-Ser: quiere tener voluntad consistente, hace promesas que no puede cumplir, intenta demostrar su valía.

La persona con el centro ego/corazón sin definir se siente menos valiosa que los demás, por lo que tenderá a demostrar su valía teniendo el control, siendo valiente, egoísta, expresándose de manera amenazante, siendo leal a los demás, e incluso prometiendo cosas que no puede cumplir. Pero continuamente experimentan la pérdida de control o mienten para inflarse a sí mismos y a su propio valor. Es como si estuvieran usando una máscara y fingiendo intentar demostrar quiénes son.

Enfermedades y malestares relacionados: enfermedades del corazón, problemas



de digestión, páncreas y/o vesícula biliar, hipocondría, anemia, coágulos, problemas en las venas, recuento bajo de células T

Cuando está sano:

No permiten que la gente los convenza de hacer nada. Están en paz consigo mismos y sienten que no tienen nada que demostrarle a nadie. Saben que no tienen que competir con nadie ni hacer promesas que no pueden cumplir o intentar demostrar que tienen voluntad consistente (porque no la tienen).

•PLEXO SOLAR

Función: Emociones, placer y dolor

Correlato biológico: Riñones, Páncreas, Próstata, Pulmones, Sistema Nervioso

Algunas claves: procesos de limpieza del cuerpo, pulsión sexual, pasión, deseo.

Estrategia del No-Ser sin definir: ¿Todavía hago lo que sea para evitar la confrontación y la verdad?

No-Ser: evitan confrontar a los demás para evitar el intercambio emocional caluroso, no ponen límites, se dejan pasar por encima, les cuesta enfrentar su propia verdad interior.

Aquí es donde vemos problemas de peso y retención de agua que significan que existe una dificultad para lidiar con las emociones. Este es un centro de sentimientos, emociones y sensibilidad. Si alguien tiene este centro abierto o sin definir, hay una tendencia a ser víctima del caos emocional y sentirse fuera de control la mayor parte de su vida. A menudo asumen una especie de vida secreta, escondiéndose detrás de un escudo, una máscara o mintiendo para protegerse de los arrebatos emocionales de los demás. Evitan confrontarse con los demás y hasta con su propia verdad.

Enfermedades y malestares relacionados: enfermedades pulmonares, problemas del sistema nervioso, renales y de digestión y asimilación, diabetes

Cuando está sano:

Entienden quién es emocionalmente saludable para ellos, saben cuándo es apropiado alejarse o confrontar cuando sea necesario, e incluso poner límites. No toman decisiones emocionales ni se apegan a las emociones de los demás.

•BAZO

Función: Supervivencia

Correlato biológico: Sistema Linfático, Bazo

Algunas claves: filtrado del cuerpo, gusto, instinto e intuición, sistema interior de alarma, miedos primarios, supervivencia.

Estrategia del No-Ser sin definir: ¿Todavía me aferro a lo que no es bueno para mí?



Con el bazo sin definir viene un miedo muy profundo e intenso relacionado a la supervivencia. Hay una tendencia a “aferrarse” a una persona con el bazo definido para sentir seguridad. Cuando se enferma, es importante que se tome el tiempo necesario para sanar y recuperarse. Si se les permite sanar adecuadamente, pueden ser muy saludables. También es extremadamente malsano que quien tenga el bazo sin definir sea espontáneo. Dejar de serlo es el primer paso hacia la salud.

Enfermedades y malestares relacionados: problemas del sistema linfático, sistema inmunitario debilitado, agotamiento, baja vitalidad, ansiedad, anemia y enfermedades de la sangre

Cuando está sano:

Estas personas sienten cuando alguien o un ambiente o situación no es buena para ellos y saben tomar distancia. Son muy saludables porque prestan atención a su salud y abordan los problemas que surgen conscientemente. Pueden entender los miedos generados por la necesidad de supervivencia y cómo lidiar con ellos.

Puertas del bazo y miedos relacionados:

50: Valores. Miedo a la responsabilidad. Miedo de asumir la responsabilidad del cuidado de otros, de entrar en vínculos importantes, especialmente si los recursos son insuficientes o inconsistentes. El miedo a que los propios recursos le sean sustraídos.

48: Profundidad. Miedo a sentirse inadecuado. Miedo a no tener la profundidad suficiente.

57: Claridad. Miedo al futuro. Miedo a no ser el Arquetipo que podrías ser, a no poder encontrar la forma correcta de sobrevivir, o a nunca poder estar verdaderamente en el Ahora.

44: Estar alerta. Miedo del pasado. Miedo a que algo que sucedió en el pasado amenace la supervivencia. Miedo a la extinción y a que no haya suficiente para continuar la genética. Es arcaico.

32: Continuidad. Miedo al fracaso. Miedo a que nunca haya suficientes recursos para uno mismo, la propia familia, y la propia comunidad.

28: Arriesgarse. Miedo a la muerte. Miedo a que tu vida carezca de propósito. ¿Por qué luchar para sobrevivir si nada tiene sentido?

18: Corrección. Miedo a la autoridad. Miedo a que la autoridad te conduzca por un camino que te lleve a tu destrucción (puerta del desafío a la autoridad, incluyendo la de los padres).



•SACRAL

Función: Fertilidad

Correlato biológico: Ovarios y Testículos, Fertilidad

Algunas claves: capacidad reproductiva, ciclo vida-muerte, el poder de hacer que las cosas sean fértiles, principio creativo de reproducción (no solamente biológica). Trabajo, sexo, energía vital.

Estrategia del No-Ser sin definir: ¿Todavía no sé cuándo he tenido suficiente de algo?

No-Ser: creen que tienen energía como los Generadores, no saben cuándo parar de hacer cosas o descansar.

Este centro puede regenerarse o atrofiarse, causando todo tipo de problemas. Cuando está abierto o sin definir, hay una gran sensibilidad hacia los niveles de energía de las personas y de los lugares. La energía y vitalidad de los seres con el sacral sin definir depende de las personas que los rodean. Cuando está en presencia de las personas equivocadas, se agota fácilmente.

Enfermedades y malestares relacionados: enfermedades sexuales, agotamiento, mononucleosis, problemas de garganta y oídos, desalineación crónica de cuello y hombros, infertilidad

Cuando está sano:

Estas personas saben cuándo relajarse y descansar, tienen límites saludables, trabajan de a rachas y mantienen el equilibrio en el trabajo, el descanso y el juego/relax.

•RAÍZ

Función: Presión

Correlato biológico: Glándulas Suprarrenales, Kundalini

Algunas claves: velocidad, motor, energía

Estrategia del No-Ser sin definir: ¿Todavía estoy siempre apurado para liberarme de la presión?

No-Ser: presión y apuro para terminar las cosas y liberarse del estrés, querer huir de la presión, depresión, desmotivación

El centro raíz sin definir habla de la presión para evolucionar y adaptarse al mundo y a la vida. Aquí es donde viven nuestras hormonas del estrés y proporcionan el combustible para dominar situaciones difíciles.

Enfermedades y malestares relacionados: glándulas suprarrenales inflamadas, cáncer de próstata, ansiedad, hipertensión, estrés

Cuando está sano:



Estás personas siempre que comiencen algo nuevo desde la calma y la alegría, no importa cuán estresante sea, permanecen conectados a tierra.



LA TERAPIA FLORAL BACH COMO ASISTENCIA EN EL PROCESO DE DECONDICIONAMIENTO

Estar condicionados es estar fuera de nuestro equilibrio natural. La terapia floral Bach ayuda desde el mundo emocional, mental y energético a alinearse para, en consecuencia, alinear el cuerpo físico, nuestro vehículo biológico.

Volver a nuestra salud de la mano de las esencias florales nos servirá para comenzar a observar los centros sin definir o abiertos, dándole prioridad a aquellos con los que más identificación -al respecto de su condicionamiento- sintamos.

LOS CINCO PRINCIPIOS

Estos son los principios que fundamentan la visión de Edward Bach sobre el ser humano y la vida:

1. El alma es el verdadero ser del hombre. Su cuerpo es solo el reflejo imperfecto. Nuestro Yo Superior, por ser chispa de Dios, es invencible e inmortal.
2. La trascendencia del ser humano significa que necesitamos la existencia terrenal y corporal para experimentar y desarrollarnos.
3. La vida en este mundo es solo un corto viaje en nuestra evolución. Necesitamos nuestro cuerpo como instrumento o vehículo.
4. Si el espíritu y el alma están equilibrados, estamos sanos. Si no seguimos nuestra senda, entramos en conflicto y la consecuencia es que, al escapar energía, nos enfermamos.
5. La comprensión de toda la Creación nos muestra que el Creador es amor. Si vivimos con amor hacia todo y todos, y hacia nosotros mismos también, no podemos equivocarnos: vivimos en salud.

Según Bach la salud es entonces un estado de equilibrio entre los distintos niveles de la entidad humana y es por esto por lo que, en su origen, la enfermedad no es física.

El Doctor Bach quería que el uso de los florales fuera tan directo y simple como para que todo el mundo los entendiera. En sus propias palabras dijo: "Este trabajo de curación ha sido creado, publicado y entregado a las manos del hombre de forma que las personas puedan ayudarse a sí mismas ya sea en la enfermedad o para mantenerse saludables. No requiere ciencia alguna, sólo un poco de conocimiento y simpatía y comprensión de la naturaleza humana, lo cual es lo normal para la mayoría de nosotros".

Las 38 esencias se dividen en los primeros doce sanadores o curadores, siete ayudantes y las otras 19 flores más espiritualizadas. Los doce curadores nos ayudan a encontrar nuestra tipología floral, nuestra base de personalidad de la cual se desprenden los otros comportamientos a equilibrar. Y, por ende, las otras flores a sostenernos y guiarnos en este proceso.

Son la clave para reconocerte y, desde allí, encontrar el resto de flores que te acompañarán en tu proceso de decondicionamiento.



Lo más importante de todo esto: tu paciencia para reconocer e identificar la información con honestidad, y sin tanta influencia mental.

Hacé el ejercicio de reconocerte desde el cuerpo y no tanto desde la mente.

LOS DOCE SANADORES: DESCUBRIR TU TIPOLOGÍA FLORAL

“Una tipología o personalidad es una pequeña constelación integrada por varias flores. Es importante conocer este hecho para conseguir así un tratamiento más efectivo y sobre todo aspirar a una comprensión más profunda de las Flores de Bach.”

Ricardo Orozco.

AGRIMONY + Sweet Chesnut + Cherry Plum

Centros sin definir relacionados: Centro G, Bazo, Garganta, Plexo Solar.

Correspondencias astrológicas: Júpiter, Venus, Mercurio o Neptuno en Sagitario o en casa 9, o en conjunción al ascendente, casa 4, 7, 10 o 12, o en conjunción al Sol o la Luna.

Según Bach: posible adicción a drogas, alcohol o esimulantes. Preocupación, angustia, ansiedad, intranquilidad. Apariencia alegre, jovial y de buen humor. Aman la paz. Atormentados, torturados. Ocultan, enmascaran, esconden los problemas y el sufrimiento.

El núcleo de la personalidad está lleno de angustia existencial, dada por la vivencia descarnada de la separación entre alma y personalidad, se vive como una soledad profunda, una desolación agitada, con su consiguiente miedo. Esto es totalmente inconsciente y se vive muy disociado del cuerpo, de las emociones y pensamientos.

Su gran angustia profunda justifica que para sobrevivir tenga que construir un personaje amable, simpático, divertido, vital, optimista, juvenil e hipersocial. Un histrión que pretende alegrar y mejorar la vida de los demás. Un payaso, en síntesis.

“Aunque generalmente tienen problemas y están atormentados, preocupados e inquietos en la mente o el cuerpo, ocultan sus preocupaciones detrás de su buen humor y sus bromas, y son considerados muy buenos amigos para frecuentar. A menudo toman alcohol o drogas para estimularse y ayudarse a soportar alegremente sus aflicciones.”

Para conseguir reprimir cualquier pensamiento, sentimiento o sensación somática desagradable, se necesita un gran sistema de represión. Es necesario mantener todo lo doloroso e inquietante -angustia, miedo, fantasmas, la sombra...- que continuamente pugna por exteriorizarse, bajo un enorme cerrojo y un mecanismo excesivo de autocontrol. Ocultan todo lo que les preocupa incluso a sus seres más queridos.

Se es muy adictivo y descontrolado incluso en los gastos, siente que puede llegar a vivir tres vidas en un cuerpo, y hay gran descontrol en su hiperactiva vida social. Hay tendencia a explosiones emocionales por la acumulación de tensión. En la enfermedad



actúan como si no pasara nada, con aparente alegría incluso. Su imagen en público y en privado suelen ser muy diferentes.

En la soledad aparece lo que tortura, la tensión y la angustia, por eso se la evita. La incesante actividad social ayuda a escapar de la ansiedad. Cuesta estar en silencio y con los ojos cerrados. Se sienten muy mal al vivir situaciones de violencia o agresividad. Valoran sobretodas las cosas la paz y tranquilidad. Se evita decir lo que se siente por creer que se romperá la armonía del momento. Se evita y niega todo problema.

Relación con el cuerpo en tendencias a:

-Problemas en los órganos de comunicación: faringitis, laringitis, afonías, nódulos, quistes en las cuerdas vocales.

-Problemas en la piel (que manifiesta lo que se quiere mostrar pero no se atreve)

-Hipertensión arterial por acumulación de contenidos emocionales reprimidos

-Dificultad para tragar, sensación de nudo en la garganta

-Ataques de ansiedad con taquicardia, palpitaciones y sensación de ahogo.

Flores complementarias:

Gorse asiste en los estados extremos, para dejar de repetir compulsivamente su extroversión a la par que la ocultación. Llegan a agotarse por repetición.

Cherry Plum aporta calma cuando el exceso de ocultación sitúa al ser con mucha presión interior, que crece hasta que la persona estalla emocionalmente y de manera periódica.

CENTAURY + Sweet Chesnut + Larch + Gorse + Pine + Red Chesnut

Ante un shock físico, mental o emocional grave: quitar Red Chesnut y Gorse e incluir Star of Bethlehem y Rock Rose.

Centros sin definir relacionados: Bazo, Corazón, Raíz, Ajna.

Correspondencias astrológicas: Stellium en Capricornio, en Virgo o en Piscis.

Poco o nulo elemento fuego. Marte en Libra o en casa 7, Urano en Leo o en casa 5. Luna en casa 7 o en Libra.

Según Bach: son los felpudos, los utilizados, los sirvientes. Débiles, cansados, esfuerzos excesivos. No tienen fuerza ni energía. No luchan, desean la paz.

Es muy probable que aquí nos encontremos con un gran vacío interior lleno de angustia existencial que genera un considerable miedo a la soledad, al abandono o al reemplazo. O que la sobreprotección y relación que han tenido en la infancia determine que se dispare la angustia en cuanto se encuentran solos o alejados de alguna fuente de protección. Soledad equivale a muerte para su consciencia.

Este miedo a la separación y a la soledad será probablemente lo que justifique la construcción de una personalidad dependiente, que busca ser adoptada por una figura protectora y fuerte. Se someterá absolutamente y jurará lealtad, fidelidad y servicio



eterno.

La angustia es una acompañante continua que condiciona su vida. Puede convertirse en una ansiedad permanente por agrandar y servir lo mejor posible.

Su autoestima es muy baja y se cree incapaz de asumir la responsabilidad de una vida adulta y autónoma. Se compara con los demás y siempre se ve inferior. Se siente como un niño en un mundo de adultos mucho más competentes que él/ella.

Lo convierte en dependiente la certidumbre en su incapacidad para sobrevivir si no tiene al lado una figura de protección, por lo cual esto también habla de una gran negatividad.

La mayoría de estas personas han sido educadas en un círculo de seguridad y protección, mental y/o físico del que no deben salir. Cualquier intento de salirse del límite implica sentirse automáticamente culpable, ya que representa una trasgresión, con todo el peligro que conlleva.

Al claudicar, en algún momento de su vida, a la idea de salirse del círculo protector o traspasar el límite, se genera la renuncia a gestionar la propia vida adulta y responsable.

Sus relaciones son de dependencia, gran parte de su angustia existencial se transforma en miedo y al idear la posible pérdida del otro, siente que representaría su propia muerte, justificando así su miedo irracional hacia la seguridad de sus seres queridos.

Estas esencias ayudarán a desapegarse en un sentido positivo de los demás y a fomentar la autonomía.

La persona tiene un gran perfeccionismo y detallismo. En la enfermedad no se cuidan e intentan seguir cuidando a los demás. Es sumisa por miedo al rechazo. Suele escuchar los problemas de los demás pero nadie la escucha. Le cuesta decir que no y si lo hace siente gran culpa.

Relación con el cuerpo en tendencias a:

- Tener buena energía que se termina agotando
- Lentitud en la maduración física y fisiológica
- No procesar las necesidades de su cuerpo o no hacerles caso
- Debilidad de órganos, especialmente los vinculados al sostenimiento
- Cuerpo energético con fugas de energía
- Defensas orgánicas disminuidas
- Lentitud en los procesos metabólicos

Flores complementarias:



Gorse ayuda a tener esperanza nuevamente, a creer que se puede recuperar. Pine asiste a sentir merecimiento y a perdonarse y permitirse vivir por sí mismo. Star of Bethlehem ayuda a evitar resistirse a los acontecimientos de la vida en épocas difíciles o traumáticas, en el fluir se permite la sanación. Rock Water asiste a suavizar la rigidez y aporta flexibilidad. Walnut puede ayudar a que la persona, una vez que sabe lo que quiere, no se deje influenciar por la mente de su entorno y allegados para cambiar sus intenciones.

CERATO + Chesnut Bud

Centros sin definir relacionados: Ajna, Cabeza, Centro G

Centros posiblemente definidos: Sacral, Raíz

Correspondencias astrológicas: Quirón en casa 3 o en Géminis. Géminis predominante: Sol, Luna, Ascendente o Stellium. Mercurio en aspecto a la Luna. Luna en Géminis o casa 3.

Según Bach: influenciables al consejo, sugerencia, argumento u opinión de los demás. No tienen confianza en sí mismos. Carencia de conocimientos. Los convencionalismos cuentan mucho.

Existe un bloqueo importante y sistemático de la información intuitiva que se recibe. La intuición, entre otras cosas, sirve para poder guiarse y discernir entre lo verdaderamente importante y lo superfluo, para jerarquizar la información que se recibe y procesa. Es decir, para forjar un criterio propio que nos permita movernos por la vida de forma consciente y efectiva.

Se siente prisionero de criterios exteriores que incorpora sin análisis ni procesamiento adecuado. Esto lo hace demasiado y erráticamente variable, inconstante e irresponsable.

Hay un cierto déficit de inteligencia emocional y una tendencia constante a repetir errores y no aprender de ellos.

Duda mucho de su intuición y de sus propios criterios para decidir y pide consejo a menudo. Pero cuando hace caso al consejo de los demás, suele errar. Es un gran recolector de información, el eterno estudiante que nunca tiene suficientes conocimientos y le cuesta aplicarlos porque se queda en la mente, es superficial en esto.

Falta de centro por no escuchar a su interior. Inconstante, cambiante. Comportamiento imitativo.

Le cuesta discriminar la información importante y útil de la que no lo es, y dejar de sentirse influenciado por modas y convenciones sociales.

Muy inconstante en las terapias, se le detecta fácil porque cuenta todo lo que ha intentado (que no es poco) pero no ha profundizado en nada de todo eso.

En la enfermedad busca alivio en los demás pero no tiene paciencia para seguir las recomendaciones el tiempo suficiente como para su curación.



Relación con el cuerpo en tendencias a:

- La dispersión mental y emocional
- Mucha energía y capacidad de hacer cosas
- Malestares que cambian de emplazamiento en el cuerpo, de una forma desorganizada y aparentemente aleatoria
- Dolor de cabeza, jaquecas y migrañas

Flores complementarias:

Oak aporta las raíces necesarias y el centro, en medio de tanto cambio y dispersión. Chesnut Bud ayuda con la capacidad de fijar información que a veces se escapa, a estar más atento, mejorar la memoria y en la maduración de la personalidad que tiende a repetir sus errores.

Hornbeam calma la hiperactividad mental e incesante actividad y búsqueda de información. Atenúa el agotamiento y ayuda a poner en práctica el conocimiento, a bajarlo al cuerpo y tener fuerza de voluntad para profundizar en los conocimientos adquiridos a pesar de su pereza.

CHICORY + Sweet Chesnut + Red Chesnut

Centros sin definir relacionados: Bazo, Corazón, Plexo Solar

Correspondencias astrológicas: Stellium en signos de agua, especialmente Cáncer, o en casas 4, 8 o 12.

Según Bach: autocompasión. Sobreprotectores con familiares y amigos. Desean la compañía de los suyos. Buscan atraer la atención. Atentos a las necesidades de los demás.

Probablemente aquí también subyace una angustia existencial de base, una desolación agitada que se interpone entre el alma y la personalidad, y que se convierte en un miedo terrible a la soledad, al abandono y al reemplazo. Se intenta llenar ese vacío o acallar ese miedo asegurándose de que aquellos a quienes quiere estén siempre disponibles y cerca, para poder controlarlos, culpabilizarlos y estableciendo así relaciones insanas.

Su angustia es una constante y resulta incluso visible desde el exterior. Este malestar es utilizado a modo victimista, para obtener ganancias secundarias en cuanto a atención y dedicación se refiere. Esta angustia puede convertirse en fobias u otros trastornos que sirvan tanto para evitar determinadas responsabilidades como para culpar al entorno y manipularle.

Se pueden sufrir de forma muy personal los miedos que proyecta en los seres queridos, y el otro, en este caso, no tiene ningún derecho a escapar de su control sin su autorización.



No vive su angustia en silencio, la usa para manipular, culpar y victimizarse. Los lazos de dependencia que genera son exagerados, siempre motivados por la angustia y el consiguiente miedo a perder -que el miedo a la soledad ocasiona-.

Son posesivos y pueden tener crisis en la mitad de la vida o al momento en que experimenta la partida de sus hijos y el síndrome de nido vacío. Aparecen depresiones. Puede que desde la infancia hayan padecido una gran carencia afectiva. Mentalmente miden continuamente lo que dan y lo que reciben, haciendo cuentas de quién les “debe”

Relación con el cuerpo en tendencias a:

- Retener líquidos y grasas
- Tener estreñimiento
- La acumulación de grasas en muslos y caderas
- La mala circulación venosa
- Trastornos ginecológicos y problemas en las mamas
- Trastornos cardiológicos
- Sufrir diabetes (sensación de que falta dulzura en sus vidas)

Flores complementarias:

Red Chesnut puede ayudar a aliviar el exceso de preocupación por los demás. Heather ayuda a trabajar el desapego afectivo, evita el excesivo auto-centramiento y reduce el miedo a la soledad.

CLEMATIS + Wild Rose + Hornbeam

Centros sin definir relacionados: Sacral, Raíz

***Atención proyectores y reflectores.**

Correspondencias astrológicas: Luna en aspecto a Neptuno, Luna en Piscis o casa 12. Mercurio, Neptuno o Piscis en casa 3. Exceso de fuego o de agua.

Ascendente en Piscis con aspectos de la Luna, Neptuno o Plutón. Luna, Júpiter o Neptuno en la casa 9.

Según Bach: Poco apego a la vida, deseo de muerte. Somnolencia, inconsciencia, soñadores. Viven en sus ideales. Ante la enfermedad se resignan, no luchan y ni siquiera sienten miedo. Piensan demasiado en seres queridos fallecidos.

El problema nuclear aquí es la baja capacidad de establecer vínculos con los demás, al tener una personalidad dominada por la apatía. Aquí hay desinterés en establecer amistades, conseguir pareja, constituir una familia, mantener relaciones sexuales, etc.

Aquí hay un aislamiento pasivo, nacido de la apatía. Negatividad que convierte a la persona en embotada, catatónica y despersonalizada, con emocionalidad plana.

Puede haber gran fantasía que desconecta de la realidad y no hace tan grave la apatía.



Su manera de afrontar las obligaciones de la vida diaria es mediante el “no tengo fuerza pero no queda otra opción”. Al tener que afrontar la vida diaria con sus obligaciones lo hará accionado por sus familiares más cercanos y con mínima energía. Se le hace cuesta arriba todo lo que implique accionar y moverse.

Le cuesta materializar o concretar sus ideas. Cuando establecen vínculos, se vuelven dependientes. Necesitan “cuidadores” que les recuerden sus tareas y obligaciones, que postergan muy seguido. Tiene poco interés en el mundo en que vive, prefiriendo siempre la fantasía e ideaciones mentales donde crea su propio mundo ideal.

Relación con el cuerpo en tendencias a:

-Problemas de memoria, concentración y asimilación de información, por falta de presencia

-Desconexión de la realidad

-Necesitar dormir mucho

-Al agotamiento

-A sufrir problemas con los sentidos, especialmente vista y oído. Puede derivar en accidentes por falta de atención.

-A la lentitud en las funciones corporales y los hábitos

-A problemas con la concepción por falta de energía suficiente como para materializar

-A problemas o debilidad en los pies y/o piernas

Flores complementarias:

Oak puede aportar toma de tierra, equilibrio y autoconciencia para procesar mejor las necesidades. Olive puede aportar energía. Chesnut Bud ayudará a aprender de los errores estando presente.

GENTIAN + Mustard + Larch + Gorse

Centros sin definir relacionados: Raíz, Sacral, Corazón

Correspondencias astrológicas: cuando no hay elementos agua ni tierra o su déficit. Predominio de signos mutables (Géminis, Virgo, Sagitario y/o Piscis). Marte en signo mutable. Luna en Capricornio o casa 10.

Según Bach: desánimo, depresión, desaliento o pesimismo ante los obstáculos, dificultades o contratiempos. La duda.

Aquí hablamos del término psicológico de depresión. Alguien para quien su estado habitual de ánimo está dado por estos rasgos de personalidad: tristeza, abatimiento, desánimo, infelicidad y desilusión. Muchos sentimientos de impotencia, inutilidad y baja autoestima. Se muestra pesimista, apuesta por el fracaso y hasta se identifica con él, seguramente porque esto le resulta coherente con su filosofía negativa y nihilista de la vida.



Es también probable que sienta mucha culpa y que sufra con monólogos internos preocupantes, que no le dejan dormir.

Puede haber variables como irritabilidad y mal humor, frustración y resentimiento (agregar Willow), autodescalificación (agregar Pine), angustia (agregar Sweet Chesnut) y más.

La constante es la tristeza permanente, una pena interior como de pérdida que siempre está presente, pesimismo.

La sensación de inutilidad, de incapacidad e inadecuación, de pocos o nulos recursos para gestionar una vida mejor, pueden acompañarse de la sensación de culpabilidad más o menos variable. Parece ser una consecuencia de una creencia de inferioridad.

No se trata aquí de personas luchadoras. Encuentran en el fracaso la excusa perfecta para desactivar cualquier lucha y claudicar. El fracaso da congruencia a su filosofía de vida. Parecen tener encima una mochila llena de piedras o toallas que tirar. Las adversidades de la vida son vividas de forma definitiva, como algo contra lo que no se puede hacer nada, en una actitud fatalista y derrotista.

Las características son poca o nula tolerancia a la frustración, nivel alto de autoexigencia, necesidad de tener éxito en todo lo que hace, ser muy mental y analítico y poco emocional, baja autoestima. En la enfermedad o en sus recaídas se desaniman fácilmente. Al ser pesimistas ven confirmadas sus tesis si algo les sale mal y siguen esperando y atrayendo problemas a su vida. No suelen creer en lo que hacen, les falta una visión más profunda del sentido de las cosas. Son escépticos en todo lo que no sea científico y esté comprobado. Pueden sentir una tristeza profunda por su tendencia materialista.

Relación con el cuerpo en tendencias a:

- Dolores de cabeza y migrañas
- Insomnio
- Sufrir enfermedades infecciosas por un bajo nivel de defensas
- Sufrir problemas físicos asociados a la tristeza o a la depresión: apatía, baja energía, etc.

Flores complementarias:

Gorse ayuda cuando se llega a la desesperación y claudicación. White Chesnut cuando la mente y el hemisferio izquierdo -la lógica- se sienten saturados, para dejar de buscar resolverlo todo con la razón. Elm para cuando al intentar resolver todo desde el raciocinio se llega al estrés y a la sensación de no lograr lo que se quiere o no hacerlo con el nivel adecuado.



IMPATIENS + Cherry Plum + Holly

Centros sin definir relacionados: Raíz, Cabeza.

***Atención Manifestadores.**

Correspondencias astrológicas: Marte y/o Urano en signos cardinales (Aries, Cáncer, Libra, Capricornio). Exceso de fuego, Stellium en Cáncer. Marte en conjunción al Sol, Luna o Ascendente, o en casa 1.

Según Bach: Dolor, sufrimiento. Algo crueles. Impaciencia, rapidez, prisa, ritmo. Preocupado, ansioso, irritable, enojado, malhumorado.

El problema nuclear se encuentra en la autorregulación.

Siente, piensa y actúa de manera acelerada. Quiere un carril de alta velocidad en todos los ámbitos de su vida. Sucumben a impulsos, estallan, pierden el control y reaccionan coléricamente, con ira. Sus explosiones de ira son desproporcionadas.

No busca castigar ni dañar a los demás, sino apartarlos de su camino como si fueran obstáculos molestos. No es nada personal.

Es natural que pidan ayuda terapéutica para sus problemas de ansiedad, contracturas musculares, hernias, úlceras, para poder autorregularse mejor y aprender a controlar la necesidad de velocidad y rapidez que le causa tantas dificultades en la vida. Es la presión del centro raíz sin definir.

Vive acelerado, siente constantemente impaciencia con "sensación de estar perdiendo el tiempo". Se frustra cuando las cosas no suceden a la velocidad deseada. Se adelanta a la experiencia sin vivir en el presente. En la enfermedad es impaciente. Puede ser intolerante y poco empático. Tiene miedo a perder, que se esconde bajo la impaciencia. Poco sutil. Busca imponerse por la fuerza.

Relación con el cuerpo en tendencias a:

- Problemas gástricos, por liberación de adrenalina y por tragar sin masticar
- Taquicardia, respiración acelerada, hiperactividad. Respirar superficialmente, ritmo acelerado en la mayoría de las funciones corporales. Eyaculación precoz.
- Agotarse con facilidad con impulsos de hambre voraz (quizás tendencia a problemas con los niveles de azúcar). Su alto nivel de actividad agota sus reservas energéticas. Necesitan estimulantes para mantener el ritmo.
- Rigidez (a menudo con dolor)
- Desgaste muscular y articular por la tensión. Artrosis precoz, articulaciones inflamadas.
- Las inflamaciones, especialmente musculares
- A empeorar con el calor. Suelen tener mucha sed y sudar abundantemente.
- Sentidos activos, alta excitabilidad

Flores complementarias:



Beech puede reducir la intolerancia que desarrolla cuando no puede seguir con su ritmo deseado. Rock Water reduce la rigidez y la falta de fluidez, permitiendo adaptabilidad. Aporta calma. Vine calma conductas poco éticas y despóticas.

MIMULUS + Gentian + Larch + Crab Apple + White Chesnut

Centros sin definir relacionados: Corazón, Cabeza, Plexo Solar, Bazo, Garganta.

***Atención Generadores, Generadores Manifestantes, perfiles con línea 3, 5 o 6.**

Correspondencias astrológicas: Saturno o Plutón en tensión a la Luna, Venus en Virgo o en tensión a Mercurio, Saturno o Plutón. Virgo como signo predominante (Sol, Luna, Ascendente o Stellium). Luna en Libra o casa 7.

Según Bach: Miedo, temor. Buscan silencio, quietud, tranquilidad, soledad.

Esta es una personalidad "evitadora".

Persona tímida e hipersensible a la valoración negativa. Para defenderse de esto evita a todas las relaciones interpersonales que puedan suponerle una desaprobación (casi todas).

La ansiedad y preocupación que conlleva exponerse a las críticas o situaciones humillantes y vergonzosas de la vida social, le llevan a aislarse como estrategia para disminuir el miedo que todo eso le genera. Pero al aislarse se frustra, ya que no es una persona apática. La frustración que le genera renunciar a tantas cosas aumenta su baja autoestima, y refuerza su ansiedad.

Su creencia básica es que es inepto, inútil, inadecuado, inferior. Cree que los demás siempre le están evaluando, obviamente con resultados negativos. Impregna de pesimismo la valoración de todas sus experiencias.

Su creencia base de ser inepto, inútil, etc...le lleva a creer que si tiene que hacer algo, entonces probablemente fracasará. Entonces nunca intentará hacer nada nuevo.

Esto le lleva también a creer que al ser inferior y querer relacionarse con los demás, le rechazarán o menospreciarán, entonces no se relaciona a menos de estar seguro de agradar o ser aceptado.

Otro rasgo de su personalidad es la ansiedad. La espera penosa, la agitación interna, aprensión, desasosiego...con un motor mental llamado preocupación. Tiene monólogos internos preocupados que generalmente comienzan con "¿Y si...?" y se convierte en un disco rayado. Siempre cavila y rumia temores anticipatorios...

Siente vergüenza, como un sentido exagerado del ridículo. Tiene algún complejo acerca de su imagen física, el tono de su voz o su forma de hablar, etc.

La fórmula ayudará a aumentar su autoestima, limpiar su mente de pensamientos rumiantes y preocupantes, y a bajar la ansiedad mental. Incluso en el acercamiento sexual, donde puede experimentar muchos temores.



En la enfermedad puede llegar a la hipocondría. Predominan la emoción y la sensibilidad. Tiene miedo y aunque lo sufre, sabe afrontarlo. Vive inseguro y preocupado por el futuro y soporta sus miedos en silencio, le cuesta hablar de ellos. Desea estar en soledad y tranquilo, siente rechazo a hablar y ser cuestionado.

Pérdida de la capacidad de defensa de la propia individualidad. Es práctico y prudente, va paso a paso y quiere evitar el error a toda costa. Tiende a contaminarse emocionalmente de su entorno. Retraimiento, timidez. Conductas de evitación como defensa. Es consciente de sus miedos e inseguridades aunque no de sus causas.

Relación con el cuerpo en tendencias a:

- Infecciones, al tener bajas sus defensas
- Agotamiento, extenuación y cansancio físico sin causa aparente
- Que le moleste mucho el ruido
- La depresión, que se agrava luego de las 17 hs y con la oscuridad.
- Desvitalización
- Problemas digestivos
- Problemas en los órganos de los sentidos: el miedo al futuro desencadena problemas visuales. Problemas de la comunicación (afonías, dolor de garganta, etc, derivados de su timidez)

Flores complementarias:

Aspen puede ayudar en los casos en que la sensibilidad se deba a una porosidad del sistema energético, cuando sus miedos no pueden ser definidos o "racionales". Rock Rose asiste cuando se encuentra cara a cara con sus miedos y entra en pánico. Cherry Plum, cuando el miedo es a tener miedo y a perder el control sobre las propias emociones (junto a Rock Rose).

Gorse aporta esperanza y energía para luchar y salir de las situaciones repetitivas en las que debe enfrentarse con su sensibilidad.

Olive contrarresta el agotamiento derivado del estrés.

ROCK ROSE + Star of Bethlehem + Cherry Plum

Centros sin definir relacionados: Bazo, Plexo Solar, Cabeza, Ajna

Correspondencias astrológicas: Marte en cuadratura, quincuncio u oposición a Mercurio, la Luna o regente de la casa 3 o 9. Urano en casas 4, 8 o 12. Venus y la casa Tauro en tensión (cuadratura u oposición) a Marte. Luna en Tauro o en casa 2. Tránsitos de Saturno, Urano o Plutón hacia la Luna.

Según Bach: terror, temor, pánico, miedo. Para el temor de los que le rodean. Desesperación, desesperanza. Lucha por la libertad mental.

De manera sistemática este tipo de personas reaccionan de forma desproporcionada ante determinados estímulos, que parecen suponer un peligro para su supervivencia. Esta reacción se compone de sobresaltos exagerados o gritos, es



como si el mecanismo instintivo de defensa (el miedo) estuviera desajustado y se disparara de forma desproporcionada ante situaciones que no suponen un peligro real.

Puede que esto hable de algún trauma con raíz prenatal o de los primeros meses de vida, lo que justificaría la hipersensibilidad a estos estímulos.

Carece de buena capacidad de autorregulación de su mecanismo de defensa. La mente debería tener la velocidad suficiente como para poder controlar -al menos en parte- la reacción primaria de alerta o encontrar el archivo en la memoria que comparte con experiencias similares que no supusieron un peligro.

Su primera reacción instintiva de sobresalto es operada por la amígdala cerebral, guardiana emocional, cuya velocidad de respuesta es muy superior a la de la mente. Sirve para salvarnos la vida en situaciones en las que ello depende de reaccionar en fracciones de segundo. Sin embargo, en estado natural, la mente busca situaciones con las que comparar el estímulo y desactivar los circuitos de emergencia.

Son muy observadores y tienen buena memoria, no se les escapa nada. En la enfermedad sienten muchísimo miedo. El miedo a perder el control hace que se asusten y se resistan a nuevas situaciones (que no podrán controlar). Tienen gran sensibilidad que no muestran porque la consideran debilidad. Tendencia a pesadillas y terrores nocturnos.

Relación con el cuerpo en tendencias a:

- Sufrir enfermedades infecciosas repetitivas
- Tener episodios de pánico que desencadenan diarrea
- Bloquear el plexo solar con la posterior dificultad de ingerir cualquier alimento
- Sufrir ataques de pánico, con dificultades respiratorias y palpitaciones. Pueden ser confundidos con ataques de ansiedad. El miedo extremo que se padece es lo que los diferencia de la ansiedad.
- Que se paralicen sus intestinos y tener cólicos intestinales, retorcijones y episodios puntuales de estreñimiento. Un estado sostenido de miedo dará diarrea. Si el miedo satura al sistema corporal, se convierte en una fase de estreñimiento.
- Bloqueos de los sentidos: ceguera temporal, pérdida del habla momentánea, etc.

Flores complementarias:

Gorse puede ayudar a dar esperanza. En los estados extremos y soportados largo tiempo, la persona llega a perder la esperanza de cambio. Cada cierto tiempo parece que vuelve a morir. Muere y renace continuamente y eso le cansa y termina creyendo que nunca podrá salir de ese ciclo agotador.

Larch puede mostrar la fortaleza interior.

Cherry Plum ayuda a aliviar la presión interna.



SCLERANTHUS + White Chesnut + Cherry Plum

Centros sin definir relacionados: Cabeza, Ajna

Correspondencias astrológicas: Escorpio o Libra de Sol, Luna o Ascendente.

Casa 7 con muchos planetas, Luna en Libra o casa 7. Venus en el Ascendente, en aspecto a la Luna, al Sol o a la casa 7. Plutón en casa 4. Escorpio en casa 3.

Según Bach: primero una cosa y después otra: los extremos, la contradicción, el balanceo, la oscilación. Indecisión que provoca sufrimiento. La evitación. Inseguridad, incertidumbre. Falta de confianza en sí mismo.

Para estas personas, la lista de posibilidades ante una elección o situación decisiva se abre cada vez más y más. Suelen ir abriendo nuevas chances, una sobre otra, acerca del mismo tema. Tienden a la parálisis por análisis, con una mente laberíntica que impide la voluntad de acciones concretas.

Tanto si no se toman decisiones ni emprenden iniciativas como si se tienen épocas de euforia y de depresión alternadas, son la misma tipología. La personalidad obsesiva, ordenada y ansiosa es otra variable.

Sus características son indecisión, inestabilidad y oscilación entre dos polos, vaivenes emocionales, tendencia a buscar el equilibrio y la perfección en lo que hace, gran capacidad de análisis y ecuanimidad que dificulta aún más la decisión, que postergan hasta que es inevitable. Cuando se decide, vuelve una y otra vez sobre esa opción, vuelve al pasado. No suelen pedir consejo a los demás. En la enfermedad dudan sobre qué terapia seguir y a veces se bloquean sin elegir ninguna.

Relación con el cuerpo en tendencias a:

-Mareos

-Inestabilidad física, vértigo

-Oscilaciones corporales: diarrea-estreñimiento, hambre-inapetencia, energía-anergia.

-Problemas periódicos: cefaleas periódicas, alergias estacionales, trastornos menstruales, o maníaco-depresivos.

Flores complementarias:

Honeysuckle corta con la insistencia a volver al pasado para ver si la decisión tomada fue la correcta. Oak aporta toma de tierra y fortaleza para decidir. Hornbeam ayuda en caso de agotamiento nervioso por las decisiones a tomar que generan bloqueos.

VERVAIN + Cherry Plum + Holly + Willow

Centros sin definir relacionados: Ajna, Garganta, Sacral

Corazón probablemente definido

Correspondencias astrológicas: Stellium en signos de fuego, especialmente Leo,



o en casas 1, 5 o 9.

Según Bach: inflexibles, rígidos, obstinados, estrictos, intolerantes, estrechos de mente, de ideas fijas. Moldear el mundo, convertir a los demás. Entusiasmo y una fuerte voluntad. Gente de ideales y principios.

Personalidad antisocial, rebelde, de cuestionamiento y lucha permanente contra las normas sociales y la autoridad. Sus problemas principales son la incapacidad de adaptación ante las normas y la falta de autorregulación.

Es absolutamente impulsivo, de emocionalidad explosiva. Busca la satisfacción inmediata del impulso.

Cuando se frustra ante cualquier tipo de norma, límite o porque no se le permite hacer lo que su impulso le pide, estalla, expresa ira, agresividad que puede buscar dañar al otro o a lo que represente su opresión.

No tiene consciencia de que su inflamabilidad sea algo negativo o incluso que precise ayuda para ello, porque considera a la violencia un método perfectamente legítimo y justo para saciar sus necesidades, o para defenderse de un mundo que intenta por todos los medios controlarlo y someterlo.

Existe un resentimiento, una frustración latente, ya que se siente presionado y marginado por una sociedad que "intenta dominarte y controlarte en todo momento". Se siente terriblemente perjudicado por esto, además de ser básicamente seres desconfiados e individualistas.

En realidad son ellos los que se automarginan.

Son personas idealistas, entusiastas, que no toleran las injusticias y a quienes les gusta ser tomados como ejemplo. Básicamente mentales, muy seguros de sí mismos, magnéticos, líderes, con gran disponibilidad de energía emocional. En la enfermedad no piden ayuda y quieren resolverlo todo solos.

Tratan de imponer sus ideas y creencias a los demás, por lo cual se le dificulta entender otras ideas distintas a las suyas y se vuelven más y más rígidos en sus planteamientos. Arrastran a las personas indecisas por su fuerza de voluntad. Realizan muchas tareas y actividades al mismo tiempo, son hiperactivos y expansivos en todo lo que hacen.

Sienten mucha necesidad de ser escuchados pero tienen poca capacidad de escucha. No se dejan llevar por las circunstancias, quieren dominarlas aún cuando no es posible. La idea domina por sobre la lectura de la realidad.

Carecen de capacidad de autoconciencia.

Relación con el cuerpo en tendencias a:

- Contracturas y problemas musculares
- Dolor de cabeza y migrañas



- Mucha energía disponible
 - Tener insomnio
 - Rigidez articular y muscular
 - Llegar al agotamiento físico debido al sobre esfuerzo y por no escuchar las necesidades corporales
 - Inflamaciones
 - Síntomas expansivos rápidos (fiebre repentina, erupciones, otitis, conjuntivitis...)
- que van desde adentro hacia afuera.
- Hipertensión arterial, taquicardia y palpitaciones
 - Tener calor

Flores complementarias:

Rock Water puede ayudar a aflojar la rigidez, la falta de fluidez y el deseo de ser tomado como ejemplo. Vine asiste a liberar la necesidad de convencer a los demás de las propias ideas y soltar la imposición. Willow ayuda en casos de irritabilidad (porque las cosas no salen como quieren) y de queja constante, especialmente sobre las injusticias del mundo.

WATER VIOLET + Wild Rose

Centros sin definir relacionados: Garganta, Sacral, Raíz, Ajna, Cabeza

***Atención perfiles con línea 2**

Correspondencias astrológicas: Sol, Luna o Ascendente en tensión a Saturno o Urano. Marte en aspecto a Júpiter. Luna o Ascendente en Capricornio. Saturno en Géminis o Libra. Planetas personales (Mercurio, Venus, Marte) en casas desde la 1 hasta la 6 inclusive.

Según Bach: soledad. El pesar y la actitud distante. Tranquilos, calmados, callados, discretos, no molestan. Autosuficiencia, independencia, determinación. Su paz es una bendición para los demás. Valentía sin queja.

Su rasgo dominante es la apatía y ésta modulará su nivel de negatividad. Esta apatía justifica su falta de vinculación interpersonal y con el entorno, su aislamiento pasivo creciente. Su falta de interés en conocer gente, establecer una pareja y/o formar una familia, como el tipo Clematis, e incluso en mantener relaciones sexuales, es muestra de esta apatía.

En las personas más intelectuales habrá un cierto interés por relacionarse con objetos inanimados, como los libros o los signos (por ej. en matemáticos)

Cuando su apatía es muy grande, el aplanamiento emocional también lo es cualquier inquietud intelectual queda suprimida en una vida que siente pobre y vacía.

Tienen dificultades para pedir ayuda. Tendencia a vivir episodios de agotamiento cuando pasan épocas muy sociales, y necesitan de la soledad para recargar energía y reordenar el caos sufrido por la interacción con los demás. Se sienten distintos a los demás, "bichos raros", y que nadie les puede comprender. Por este motivo pueden



desarrollar orgullo, egoísmo, intolerancia, elitismo, etc o falta de autoestima si se sienten peores.

Son excesivamente introvertidos, celosos de sus espacios vitales, donde no dejan entrar a cualquiera. Muy mentales, con altos ideales, les cuesta implicarse emocionalmente, pero son más emocionales de lo que reconocen o manifiestan. Lo reprimen fuertemente porque las emociones escapan de su control y les dan miedo.

Dan gran libertad a los demás porque también la desean ellos. En la enfermedad tienden a aislarse y no desean ser molestados.

Relación con el cuerpo en tendencias a:

- Tensiones articulares
- Rigidez
- Falta de movilidad en la columna cervical y dorsal
- Enfermedades incapacitantes
- Enfermedades infecciosas con asiduidad, por su escasa capacidad de protección energética
- Padecer problemas en los órganos de los sentidos, vista y oído en especial. Al desear el aislamiento, no desean ver ni escuchar a nadie.
- Sufrir problemas de garganta por el bloqueo de comunicación profunda que suelen sufrir

Flores complementarias:

Beech puede ayudar con la intolerancia y su tendencia a sentir invasión y que todo le moleste. Mustard acompaña a aprender la lección de la alegría. Rock Water asiste por la rigidez y el perfeccionismo exagerado. Crab Apple ayuda en la sensación de impureza que preciben cuando se mezclan en grupos o intiman sexualmente.

LOS SIETE GRUPOS

A continuación encontrarás una descripción de cada uno de los siete grupos en los que se dividen también las 38 esencias y de cada flor, a nivel emocional, mental y energético.

Esto te ayudará a terminar de definir tu propia fórmula floral inicial.

Los 38 Florales están agrupados de acuerdo con sus efectos sobre los siguientes estados de ánimo que podés estar experimentando.



1. Temor
(Rock Rose, Mimulus, Cherry Plum, Aspen, Red Chestnut)
2. Incertidumbre
(Cerato, Scleranthus, Gentian, Gorse, Hornbeam, Wild Oat)
3. Falta de interés por las circunstancias actuales
(Clematis, Honeysuckle, Wild Rose, Olive, White Chestnut, Mustard, Chestnut Bud)
4. Soledad
(Water Violet, Impatiens, Heather)
5. Hipersensibilidad a influencias e ideas ajenas
(Agrimony, Centaury, Walnut, Holly)
6. Desaliento o desesperación
(Larch, Pine, Elm, Sweet Chestnut, Star of Bethlehem, Willow, Oak, Crab Apple)
7. Sobreprotección o excesiva preocupación por el bienestar ajeno
(Chicory, Vervain, Vine, Beech, Rock Water)

1. TEMOR

ROCK ROSE (Heliantemo) *Helianthemum nummularium*

Es el floral indicado para emergencias, accidentes, ataques o enfermedades repentinas, especialmente en casos desesperados, cuando el paciente se encuentra muy asustado o aterrorizado, o si la situación es suficientemente grave como para atemorizar a quienes lo acompañan. Si el paciente no está consciente, se le puede administrar humedeciéndole los labios con la esencia.

Además, quizás sea necesario complementar con otros florales, por ejemplo, Clematis si se encuentra inconsciente o en un profundo estado de somnolencia; Agrimony si se siente torturado por el dolor, etcétera.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Está superado por el shock, miedo, pánico o terror.
- Queda, de repente, extremadamente ansioso o asustado.
- Se paraliza como forma de lidiar con una situación.
- Tiene pesadillas aterradoras.
- Permite que sus temores lo frenen y lo limiten.
- Evita los desafíos que asustan pero que, si los aceptara, lo ayudarían a crecer.

Preguntas Clave

- ¿Suele sufrir de pesadillas u otras experiencias que le traen un sentimiento de terror u otro profundo disturbio emocional?
- ¿Está actualmente enfrentando una situación de dimensiones destructivas o que amenazan su vida, como pueden ser muerte inminente o una emergencia catastrófica?



- ¿Necesita usted desarrollar más coraje y ecuanimidad en situaciones de estrés?

MIMULUS (Mímulo, Mimosa) Mimulus guttatus

Para los miedos a las cosas terrenales, como enfermedades, dolor, accidentes, pobreza, oscuridad, soledad, desgracias; en resumen, los temores de la vida cotidiana.

Estas personas soportan silenciosa y secretamente sus temores, y no hablan libremente de ellos con quienes los rodean.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Siente miedo de cosas conocidas como la enfermedad, dolor, muerte, etc.
- Mantiene el miedo en secreto, esconde sus ansiedades.
- Tiende a ser quieto, tímido, reservado y retraído.
- Es incapaz de reír de sus propios miedos.
- Presta tanta atención a los miedos y fobias que tienden a crecer.
- Siente nerviosismo, especialmente en multitudes o cuando está en conflicto.

Preguntas Clave

- ¿Siente que con frecuencia se está privando de una experiencia plena de la vida, aislándose debido a miedos o preocupaciones?
- ¿Le cuesta ser verdaderamente espontáneo o alegremente curioso sobre la vida, paralizado en cambio por molestas dudas, miedos o preocupaciones?
- ¿Se describiría a usted mismo como hipersensible, preocupado frecuentemente o inseguro incluso ante las actividades comunes o cotidianas?

CHERRY PLUM (Cerasífera) Prunus cerasífera

Miedo a que la mente se descontrole, a perder la razón y cometer actos horribles y terribles, involuntarios y que saben condenables, pero que aun así surge la idea y el impulso de cometerlos.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Tiene pensamientos irracionales descontrolados.
- Tiene miedo de hacer alguna cosa terrible contra su voluntad.
- Tiene miedo de sufrir un colapso nervioso.
- Está obcecado por miedos o ilusiones definidas.
- Actúa desesperadamente.
- Siente impulsos homicidas o suicidas.

Preguntas Clave

- ¿Está su vida actual marcada por una gran dosis de presión o estrés, lo que le ocasiona fuertes sentimientos de tensión emocional o física?



- ¿Tiende a enfrentar situaciones estresantes o desafiantes con un alto nivel de contención, como si dejarse fluir implicara perder el control?
- ¿Ha experimentado momentos de locura temporal, o impulsos suicidas o destructivos, que le hacen difícil confiar en entregarse a sus propios impulsos naturales o a su sentido interior de espiritualidad?

ASPEN (Alamo Temblón) Populus tremula

Miedos vagos y desconocidos sobre los que el paciente no puede dar ninguna razón ni explicación. Aunque el paciente se siente aterrado por la sensación de que algo terrible va a suceder, no puede precisar de qué se trata. Estos miedos sutiles e inexplicables pueden acechar tanto de noche como de día, y quienes los experimentan temen con frecuencia contar a los demás sus perturbaciones.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Sufre de temores vagos de origen desconocido.
- Siente una aprensión inexplicable.
- Tiene miedo de hablar sobre sus propios miedos.
- Tiene ataques de ansiedad con temblores y sudores.
- Despierta en pánico en medio de la noche, tiene miedo a voltear al dormir.
- Tiene miedo del mal, de la oscuridad y de la muerte.
- Siente terror o pánico súbito e inexplicable.

Preguntas Clave

- ¿Se encuentra con frecuencia ansioso o con miedo, o experimenta sueños vagamente molestos, sin poder comprender qué es lo que causa o provoca estas sensaciones?
- ¿Parece que tuviese una sensibilidad psíquica acentuada, registrando fácilmente impresiones de fuentes invisibles o desconocidas?
- ¿Necesita incorporar más fortaleza y confianza espiritual a su vida diaria, transformando el miedo y la ansiedad en una percepción más alerta y un mayor conocimiento interno?

RED CHESTNUT (Castaño Rojo) Aesculus carnea

El remedio ideal para aquellos que encuentran difícil dejar de angustiarse o inquietarse por otras personas; en muchos casos llegan incluso a dejar de preocuparse por ellos mismos, pero sufren mucho por quienes sienten afecto, augurando constantemente que algo desafortunado o desgraciado puede sucederles.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Tiende a sentir demasiada ansiedad por los demás.
- Imagina que lo peor puede sucederle a alguien.



- Mantiene pensamientos negativos y llenos de miedo, que son maléficos para los demás.
- Es excesivamente protector en relación a las personas y su entorno.
- Es incapaz de distanciarse de los traumas y dificultades de los demás.

Preguntas Clave

- ¿Suele encontrarse preocupado por el bienestar ajeno, al punto de que está más pendiente de la vida de ellos que de la suya propia?
- ¿Le resulta difícil confiar en que la vida se está desarrollando como debe ser para sus hijos u otros miembros de su familia o amigos cercanos a usted?
- ¿Necesita desarrollar más desapego en cuanto a una relación actual o situación social que le está preocupando?

2. INCERTIDUMBRE

CERATO (Ceratostigma) Ceratostigma willmottiana

Para aquellos que no tienen suficiente confianza en sí mismos como para tomar sus propias decisiones; constantemente piden consejo a los demás y, con frecuencia, resultan mal orientados.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Tiende a dudar de su propio juicio.
- Su confianza es insuficiente para tomar las propias decisiones.
- Busca constantemente el consejo de los demás.
- Desconfía de la propia inteligencia e intuición.
- Sigue aquello que es convencional y aceptado.
- Es fácilmente desorientado o desencaminado.

Preguntas Clave

- ¿Duda de su evaluación intuitiva de la gente o las situaciones, recurriendo frecuentemente al consejo de los demás?
- ¿Es común para usted el lamentar haber tomado ciertas opciones, al darse cuenta de que no estaba en contacto con su propia sabiduría interior al momento de decidir?
- ¿Se encuentra actualmente obligado a encarar opciones de vida o a tomar decisiones críticas que exigen su máxima habilidad para recurrir a un criterio independiente o a su propia evaluación auténtica?

SCLERANTHUS (Escleranto) Scleranthus annuus

Para aquellos que sufren mucho por su incapacidad para decidir entre dos cosas, inclinándose alternativamente por una o por otra. Por lo general, son personas calladas



que soportan solas sus dificultades, porque no siempre se sienten inclinadas a comentarlas con los demás.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Tiene dificultad para tomar decisiones, deja todo para el día siguiente.
- Tiende a vacilar y cambiar de idea.
- Pierde las oportunidades por causa de la inseguridad y la duda.
- Tiene estados de ánimo fluctuantes y una visión de vida cambiante.
- Guarda su indecisión para sí mismo, no pide consejos ni ayuda.
- No tiene sentido de equilibrio y estabilidad interior.

Preguntas Clave

- ¿Suele encontrarse en situaciones de disyuntiva entre una o más opciones, sin poder tomar una decisión firme?
- ¿Es usted alguien que va y viene entre personas y situaciones, vacilando en su compromiso o sus intenciones?
- ¿Experimenta cambios constantes en sus estados emocionales, como así también en sus síntomas físicos, caracterizado por gran inquietud o confusión?

GENTIAN (Genciana) Gentiana amarella

Para quienes se desalientan fácilmente; pueden estar recuperándose de una enfermedad, o progresando satisfactoriamente en distintas facetas de su vida cotidiana, pero cualquier demora o impedimento en ese progreso, por pequeño que sea, los hace dudar, se desalientan y descorazonan fácilmente.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Es fácilmente desalentado y desilusionado.
- Se siente desanimado por reveses de causa conocida.
- Tiene una negatividad que atrae dificultades y problemas.
- Se agarra de un pesimismo penetrante.
- Sufre de melancolía y depresión, generalmente por un motivo conocido.
- Desiste, con demasiada facilidad, de intentar.

Preguntas Clave

- ¿Es generalmente escéptico, y se fija con frecuencia más en el problema que en la solución?
- ¿Se siente desalentado por los inconvenientes, viéndolos como tropiezos más que como lecciones a aprender?
- ¿Sucumbe con frecuencia a la duda o al pesimismo, encontrando difícil lidiar con cualquier dificultad que experimenta con fuerzas renovadas para empezar de nuevo?



GORSE (Aulaga) Ulex europaeus

En el colmo de la desesperanza, han renunciado a creer que se puede hacer algo más por ellos. Bajo la persuasión de otros –o para complacerlos – quizás intenten distintos tratamientos, pero al mismo tiempo seguirán asegurando a los que los rodean que tienen muy pocas esperanzas de aliviarse.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Tiene sentimientos de desesperanza.
- Cree que nada más puede ser hecho.
- Pierde la voluntad de transformar las cosas.
- Es pesimista, derrotista, resignado y lleno de desesperación.
- Ve la vida como llena de sufrimientos.
- Tiene expectativas negativas que atraen resultados negativos.

Preguntas Clave

- ¿Le parece que hay poca esperanza para las condiciones o situaciones de desafío que está experimentando actualmente?
- ¿Advierte su mundo personal como oscuro o amenazador, con la sensación de que no puede esperar una mejoría en su situación?
- ¿Ha perdido la fe o la confianza en su proceso interior de curación o transformación, creyendo que ya queda poco por hacer para mejorar su situación?

HORNBEAM (Hojarazo) Carpinus betulus

Para aquellos que sienten que no tienen suficiente fuerza mental o física para soportar la carga de la vida. Los asuntos cotidianos les parecen demasiado pesados para llevarlos a cabo, aunque generalmente cumplen con éxito sus tareas. Es el remedio indicado para quienes creen que necesitan fortalecer alguna parte de la mente o del cuerpo para poder terminar con mayor facilidad su trabajo.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Sucumbe fácilmente al cansancio exhausto mental o físico.
- Siente cansancio y fatiga.
- No tiene interés por sus actividades normales.
- Siente que no tiene fuerza o capacidad suficientes para luchar.
- Cree que la vida es una carga y que todo exige un enorme esfuerzo.
- Necesita estímulo para poder seguir adelante.

Preguntas Clave

- ¿Se siente fatigado o agotado en su trabajo, o en un proyecto de trabajo en casa o en la escuela, de manera desproporcionada a la energía física real que la



tarea le demanda?

- ¿Percibe su vida como una rutina monótona, como si solo estuviera realizando los movimientos en el trabajo o en su casa, con poco interés o compromiso energético?
- ¿Siente la necesidad de desarrollar una perspectiva renovada de sus tareas y responsabilidades cotidianas, quizás retomando su entusiasmo original, o encontrando situaciones nuevas y revitalizantes en su trabajo, hogar o escuela?

WILD OAT (Avena Silvestre) Bromus ramosus

El remedio indicado para quienes ambicionan hacer algo importante en la vida; que desean adquirir experiencia, disfrutar todo lo que les sea posible y vivir intensamente la vida. Su dificultad consiste en llegar a determinar a qué ocupación se van a dedicar, pues si bien sus ambiciones son fuertes, no tienen una vocación definida, hecho que suele ocasionarles demoras e insatisfacciones.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Tiene dificultad para saber qué hacer con su vida.
- Está dubitativo sobre su carrera, ninguna profesión le parece más interesante que las demás.
- Tiene ambiciones y talentos inexplorados.
- Se siente insatisfecho, aburrido y frustrado con lo que hace.
- Tiene una sensación de que su vida está pasando.
- No busca las oportunidades.

Preguntas Clave

- ¿Siente que su vocación actual o su estilo de vida no está acorde con su sentido interior de destino y propósito de vida?
- ¿Tiene muchos talentos y capacidades, pero encuentra difícil enfocar o dirigir estos dones hacia una vocación práctica?
- ¿Siente insatisfacción crónica con su trabajo o empleo, siendo incapaz de sentir compromiso o interés reales incluso después de haber probado varias situaciones diferentes?

3. FALTA DE INTERÉS POR LAS CIRCUNSTANCIAS ACTUALES

CLEMATIS (Clemátide) Clematis vitalba

Recomendado especialmente para los soñadores, los somnolientos, los que no están plenamente conscientes, o que no tienen gran interés por su vida presente. Personas generalmente calladas, que no son realmente felices en sus circunstancias actuales, y que piensan más en el futuro que en el presente; viven esperanzados en tiempos mejores, en los que sus ideales puedan concretarse plenamente. Cuando enferman, algunos hacen poco o ningún esfuerzo por mejorarse, y en ciertos casos



pueden incluso desear la muerte, con la esperanza de reencontrarse con algún ser querido que han perdido.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Es soñador, somnoliento y no está completamente despierto.
- Vive más en el futuro que en el presente.
- Está absorto en su propio mundo de fantasías y pensamientos.
- Es distraído, desatento y ausente.
- No se involucra ni se interesa por las realidades del presente.
- No hace ningún esfuerzo para curarse.

Preguntas Clave

- ¿Se siente más a gusto en su mundo interno personal que en un mundo exterior de asuntos y responsabilidades cotidianas?
- ¿Tiene una imaginación y una vida psíquica muy desarrolladas, pero encuentra difícil prestar atención o concentrarse en clase o en su trabajo?
- ¿Se siente atraído hacia las drogas u otras experiencias psíquicas que le den un sentido de expansión y le alivien su sentimiento de constricción en el cuerpo físico o en el mundo físico?

HONEYSUCKLE (Madreselva) *Lonicera caprifolium*

Para los que viven demasiado en el pasado –añorando quizás épocas de gran felicidad – recordando a un amigo perdido o ciertas ambiciones que no llegaron a concretarse. No esperan que ninguna felicidad futura pueda parecerse a aquella que tuvieron.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Vive en el pasado y lo ve con ojos románticos.
- Siente nostalgia y extraña.
- No se interesa por el presente o por el futuro.
- Se siente incapaz de olvidar recuerdos dolorosos o traumáticos.
- Siente remordimiento por las oportunidades perdidas o por los sueños no realizados.
- Tiene dificultades para superar la pérdida de un ser querido.
- Está estancado en la vida, no se transforma, no crece.

Preguntas Clave

- ¿Se encuentra con frecuencia fijado o añorando un vínculo o situación de vida anterior?
- ¿Le parece que una parte de su vida pasada era más atractiva o satisfactoria



que su situación actual?

- ¿Se siente nostálgico o romántico, convencido de que la vida sería diferente si sólo se encontrara en otra era o en una circunstancia diferente?

WILD ROSE (Rosa Silvestre) Rosa canina

Para todos los que sin ninguna razón aparente se han resignado a todo lo que les sucede, y sólo se deslizan por la vida sin hacer esfuerzo alguno por modificar las cosas y encontrar un poco de felicidad. Sin quejarse, se han rendido en la lucha por la vida.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Se resigna a su situación en la vida.
- No tiene interés ni vitalidad; es taciturno y apático.
- Desiste con mucha facilidad; a veces, ni siquiera hacer un esfuerzo.
- No disfruta de las alegrías y placeres simples de la vida.
- Muestra apatía frente a la infelicidad.
- No tiene motivación para cambiar las cosas o para tomar una actitud positiva.

Preguntas Clave

- ¿Tuvo alguna enfermedad prolongada u otro tipo de situación de vida que le haya agotado su vitalidad y entusiasmo por la vida?
- ¿Se siente con frecuencia resignado o apático, como si la vida no valiera la pena el esfuerzo de invertir en ella?
- ¿Tiende a recuperarse de enfermedades u otros inconvenientes con mucha lentitud, como si no pudiera reunir la plena fuerza de vitalidad física que necesita para recuperarse?

OLIVE (Olivo) Olea europaea

Para quienes han sufrido mucho física y mentalmente, y se encuentran tan fatigados y exhaustos que sienten que ya no tienen fuerzas para realizar ningún esfuerzo más. La vida cotidiana representa un arduo trabajo y no les brinda ningún placer.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Se siente completamente exhausto.
- No tiene reservas de energía de las cuales pueda servirse.
- Cree que todo parece una pendiente empinada.
- No se alegra más con el trabajo, cree que la vida cotidiana es una opresión.
- Siente un cansancio mental y físico total.

Preguntas Clave



- ¿Se encuentra actualmente atravesando o acaba de atravesar alguna prueba extremadamente desafiante que le pide recurrir a toda su fortaleza física y su resolución?
- ¿Siente que gastó toda su energía física, lo cual le produce un profundo sentimiento de agotamiento y fatiga?
- ¿Recorre en general a medidas físicas para curarse y sin embargo intuye que su agotamiento o disfunción actual es tan grande que debe buscar en otra parte para restablecerse completamente?

WHITE CHESTNUT (Castaño Blanco) *Aesculus hippocastanum*

Ideal para aquellos que no pueden evitar que su mente se vea invadida por pensamientos, ideas y argumentos que no desean, sobre todo en esos momentos en que el interés por las circunstancias coyunturales no es lo suficientemente fuerte como para mantener la mente a pleno. El remedio suele aliviar esos pensamientos que los preocupan, y que persistirán, o que retornarán si logran alejarlos temporalmente; son los mismos pensamientos que parecen dar vueltas y vueltas, rodeándolos y causándoles una verdadera tortura mental. La presencia de esos pensamientos desagradables les quitan la paz e interfieren con su capacidad de pensar solamente en su trabajo y los placeres cotidianos.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Es atormentado por pensamientos desagradables e indeseados.
- Está preocupado con algún acontecimiento o aborrecimiento.
- Es incapaz de evitar el diálogo mental incesante.
- Tiene dificultades para pensar claramente debido al diálogo mental.
- Se preocupa siempre, sin paz mental.
- Queda cansado y deprimido debido al exceso de actividad mental.

Preguntas Clave

- ¿Parece su mente a veces un disco rayado, constantemente repitiendo los mismos tramos de conversaciones o episodios de vida, sin una aparente resolución?
- ¿Padece mucha agitación mental o pensamientos galopantes, lo que con frecuencia le trae como resultado insomnio, sueño entrecortado o inquietud general?
- ¿Se le hace difícil rezar o meditar, o experimentar un estado interior de calma objetividad o paz interior?

MUSTARD (Mostaza) *Sinapsis arvensis*

Para las personas propensas a sufrir períodos de melancolía o aún de desesperación, sintiendo como si una fría nube negra les eclipsara y les ocultara la luz y la alegría de vivir. Además, muchas veces les resulta difícil encontrar una razón o explicación para esos estados repentinos. Bajo estas condiciones, es prácticamente



imposible mostrarse feliz o alegre.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Sufre de ataques de melancolía y depresión que surgen sin razón aparente.
- Siente que es imposible parecer feliz o alegre en esas ocasiones.
- Está interiormente obcecado y preocupado consigo mismo.
- No encuentra forma de disipar la tristeza por su propia iniciativa.
- Se siente atado y dominado por la depresión hasta que ella desaparezca espontáneamente.

Preguntas Clave

- ¿Padece inesperadamente de empujes depresivos o sensación de oscuridad interior?
- ¿Parece que cambia de humor con facilidad, a veces feliz y alegre y luego repentinamente lleno de sentimientos de desaliento o melancolía?
- ¿Le es difícil identificar las causas de su depresión o ansiedad, como si vinieran de afuera como una nube negra?

CHESTNUT BUD (Brote de Castaño) *Aesculus hippocastanum*

Para aquellos que no aprovechan totalmente la observación y las experiencias, o necesitan más tiempo que los demás para asimilar las enseñanzas de la vida cotidiana. Mientras que para algunos una sola experiencia es suficiente, estas personas sienten la necesidad de repetir las varias veces antes de aprender la lección.

Por lo tanto, y muy a pesar suyo, se ven repitiendo el mismo error en distintas ocasiones, sin advertir que una sola vez debería haber sido suficiente, o que las observaciones de los demás tendrían que haber bastado para evitarles el error.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Repite continuamente el mismo error, tal vez sin darse cuenta.
- Le lleva más tiempo que a los demás aprender las lecciones de la experiencia
- Brinda poca atención a los detalles.
- Fracasa en basar sus acciones sobre las experiencias pasadas.
- Se encuentra repetidamente preso de las mismas situaciones.
- Tiene dificultad en aprender más allá de las lecciones superficiales de su vida.

Preguntas Clave

- ¿Se siente de algún modo bloqueado o estancado, sin poder avanzar, repitiendo los mismos errores una y otra vez en sus relaciones u otras situaciones de vida?
- ¿Se le hace difícil hacerse a un lado y observar su vida, de modo que pueda comprender y aprender de sus experiencias?
- ¿Aparenta ser lento en su aprendizaje, necesitando desarrollar más capacidad



de observación y discriminación en las situaciones que se le presentan en la vida?

4. SOLEDAD

WATER VIOLET (Violeta de Agua) *Hottonia palustris*

Para quienes gustan de estar solos, tanto cuando están sanos como cuando están enfermos. Son por lo general personas tranquilas y serenas, que se mueven sin hacer ruido, y que hablan poco y con amabilidad. Son muy independientes, capaces y seguros de sí mismos; casi indiferentes a las opiniones de los demás, se mantienen distantes y se apartan de los que los rodean, eligiendo su propio camino. Con frecuencia son inteligentes y talentosos, y su paz y serenidad son una bendición para sus allegados.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Parece distante y desdeñoso.
- Se siente aislado, separado y desconectado de los demás.
- Se retrae para lidiar con la infelicidad o la enfermedad.
- Tiene dificultad para trabar amistades íntimas y afectuosas.
- Tiene sentimientos de superioridad, cree que es mejor que los demás.
- No cree en el amor, expresa su amor con sobriedad.

Preguntas Clave

- ¿Parece apartado o socialmente distante, siendo difícil para los demás llegar a conocerle bien?
- ¿Se ve evaluando a los demás de acuerdo a su status social o respaldo económico, sintiendo con frecuencia que no quiere asociarse con alguien por debajo de su nivel?
- ¿Se siente mejor trabajando en forma independiente, advirtiendo que cuando trabaja con otros se siente a disgusto o de algún modo molesto?

IMPATIENS (Impaciencia) *Impatiens glandulifera*

El remedio indicado para las personas rápidas para pensar y actuar, o que desean que todas las cosas se hagan sin vacilación ni demora; por ejemplo, los que se sienten ansiosos de una pronta recuperación de una enfermedad.

Por lo general, encuentran muy difícil ser pacientes con las personas más lentas, dado que consideran esto como un defecto y una pérdida de tiempo, y se empeñan por todos los medios en lograr que los demás actúen con mayor diligencia. Con frecuencia prefieren trabajar y pensar solos, ya que así pueden hacer todo a su propio ritmo.

Patrones negativos disueltos por esta esencia



- Es irritable, impaciente y crítico de sí mismo y los demás.
- No tiene paciencia ni comprensión, es irascible y nervioso.
- Cree que nunca tiene tiempo suficiente.
- Tiende a apresurarse e ir demasiado deprisa.
- Tiene explosiones de rabia de corta duración.
- Prefiere trabajar a solas para evitar la frustración de trabajar con los demás.

Preguntas Clave

- ¿Se encuentra con frecuencia tenso, irritable o fácilmente impaciente y discutidor?
- ¿Tiende a tomar el trabajo de otros, terminando las frases por ellos o completando sus tareas debido a que sabe que usted puede hacerlo más rápido?
- ¿Parece como si estuviera siempre adelantándose a su experiencia, sin ser capaz de disfrutar o prestar atención a lo que se está desarrollando a su alrededor?

HEATHER (Brezo) Calluna vulgaris

Para aquellos que siempre están buscando la compañía de alguien que se encuentre disponible para hablarles, dado que necesitan imprescindiblemente discutir con otros sus propios asuntos, sin importar de quién se trate. Se sienten muy infelices si tienen que estar solos, sea por el tiempo que sea.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Está ávido por la atención de los demás.
- Se preocupa excesivamente de sus propios problemas, es autocentrado.
- Tiende a succionar energía y vitalidad de los que están a su alrededor.
- Tiene dificultad de escuchar o interesarse por los demás.
- Detesta estar a solas y evita esto a cualquier costo.
- Se siente carente y con poco para ofrecer.

Preguntas Clave

- ¿Le parece que está inmerso con frecuencia en sus traumas o preocupaciones de vida, necesitando hablar de ello a los demás, o necesitando atención o consuelo de los demás?
- ¿Le resulta un desafío grande estar a solas o resolver problemas independientemente, y requiere entonces una gran cantidad de apoyo de los demás?
- ¿Tiene un intenso sentimiento interior de soledad o se siente inseguro, buscando a otros que lo ayuden a llenar el vacío que siente en su interior?

5. HIPERSENSIBILIDAD A INFLUENCIAS E IDEAS AJENAS

AGRIMONY (Agrimonia) Agrimonia eupatoria



Para personas joviales, alegres, bromistas, que aman la paz y se angustian con las discusiones o disputas, para evitar las cuales consentirán en renunciar a muchas cosas. Aunque generalmente tienen problemas y se sienten atormentados, inquietos y preocupados, tanto física como mentalmente, lo ocultan detrás de sus chistes y sus bromas, por lo que son muy apreciados en sus círculos de amistades. Con frecuencia, tienden a los excesos en el alcohol y las drogas, para estimularse y ayudarse a sobrellevar con alegría sus preocupaciones.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Esconde las preocupaciones bajo una máscara de valentía.
- Esconde los tormentos internos a través de falsa alegría y humor.
- Consume alcohol y drogas para sentirse estimulado y animado.
- Muestra al mundo, en cualquier circunstancia, un rostro alegre y despreocupado.
- Busca animación y actividades para superar sus preocupaciones
- Se aflige con discusiones y desiste de muchas cosas para evitarlas.
- Evita quedar a solas consigo mismo, la compañía de los demás le ofrece escapatoria.
- Tiene pensamientos agitados al descansar por la noche.

Preguntas Clave

- ¿Le parece estar usando una máscara social, que le hace aparecer como alegre y despreocupado ante los demás, cuando muy adentro de usted se siente bastante atormentado?
- ¿Se le enseñó a negar sus verdaderos sentimientos, a aparentar no amilanarse ante la adversidad, o a mantener siempre una actitud de cortesía social?
- ¿Recurre con frecuencia al alcohol u otras drogas para mantener ocultos los sentimientos o emociones desagradables o preocupantes, o para que le ayuden a sentirse distendido?

CENTAURY (Centaura) *Centaurium umbellatum*

Indicada para gente bondadosa, callada y dócil, que se encuentra hiperansiosa por servir a los demás, pero sobrevaloran sus fuerzas para esa tarea. A pesar de ello, se sienten involucrados a tal extremo que se convierten más en sirvientes que en ayudantes voluntarios. Su afán de servicio los lleva a realizar más trabajo del que les corresponde, a tal punto que pueden llegar a descuidar su propia misión en la vida.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Tiene voluntad débil, es sumiso y se deja imponer por los demás.
- Escoge un rol de ayudar y servir que lleva a la fatiga.
- Es incapaz de mantenerse delante de las personas, es tímido.
- Está ansioso por ayudar a los demás pero se anula a sí mismo en el proceso.
- Busca el fortalecimiento de su personalidad a través de los demás en lugar de



buscarlo dentro de sí mismo.

- Fracasa al trabajar por su propia misión en la vida.
- No tiene vitalidad porque hace favores en demasía, cansancio.

Preguntas Clave

- ¿Es usted una persona a la que le resulta fácil servir a los demás, pero que sumerge su propia identidad o integridad en el proceso?
- ¿Le resulta difícil conectarse con su propia necesidad de descanso, juego o expresión creativa; encuentra que renuncia con facilidad a satisfacer esas necesidades a los efectos de cubrir las necesidades de otros?
- ¿Siente que su voluntad es débil, especialmente en relación a sus objetivos personales de desarrollo interior y autorrealización?

WALNUT (Nogal) Juglans regia

Para quienes tienen claramente definidos sus ideales y ambiciones en la vida, y las concretan, pero en algunas ocasiones excepcionales se sienten tentados de apartarse de sus propias ideas, propósitos y trabajo, influidos por el entusiasmo, las convicciones y la firmeza de ciertas opiniones ajenas. El remedio les proporciona la perseverancia necesaria, y les aporta protección contra las influencias externas.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Es fácilmente influenciado por las ideas, entusiasmo y convicción de los demás.
- Es detenido por alguna conexión con el pasado.
- Se siente prisionero, limitado o restringido por viejos hábitos.
- Se siente vulnerable a las frustraciones o ataques.
- Detiene su crecimiento, mutación y florecimiento.
- Se siente atrapado por viejas relaciones aunque ya está listo para seguir su camino.
- Tiene dificultad en ajustarse a los cambios y transiciones de su vida.

Preguntas Clave

- ¿Tiene a ser influido negativamente por vínculos de familia o expectativas sociales que le impiden seguir sus propias convicciones o su destino?
- ¿Está tratando de establecer un nuevo programa de desarrollo interior, o cambio de vida, pero se ve sucumbiendo a viejos patrones de hábitos, pensamientos o creencias que retardan su progreso?
- ¿Se encuentra en un estado de transición importante –ya sea física o psicológica – que requiere que se vea a sí mismo y a los demás de una manera totalmente nueva o valiente?

HOLLY (Acebo) Ilex aquifolium

Para aquellos que en ciertas ocasiones se sienten asaltados por emociones



conflictivas, tales como celos, envidia, venganza, sospechas, etc., o padecen distintas formas de vejación. Con frecuencia suelen sufrir mucho internamente, aunque no exista una causa real que justifique sus padecimientos.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Está dominado por la envidia, celos, sospechas.
- Sufre un torrente interior de pensamientos negativos y destructivos.
- Tiene dificultad en liberarse del odio, agresividad y malos sentimientos.
- Pierde el contacto con el amor, la gentileza y la compasión.
- Tiene odio por sí mismo y se odia por odiarse.

Preguntas Clave

- ¿Se siente invadido por sentimientos de celos, rivalidad, sospecha o venganza?
- ¿Le resulta difícil sentir compasión por las dificultades ajenas?
- ¿Se tornan sus sentimientos por los demás en alienación, desconfianza u hostilidad con frecuencia?
- ¿Lucha o compite para recibir amor o reconocimiento sintiendo que los demás se apropiarán de lo que a Usted le corresponde?

6. DESALIENTO O DESESPERACIÓN

LARCH (Alerce) Larix decidua

Para quienes no se consideran a sí mismos tan aptos y capaces como los que los rodean; esperan el fracaso y sienten que nunca tendrán éxito, por lo que no se arriesgan ni hacen un esfuerzo suficientemente intenso para lograrlo.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Tiene una profunda falta de confianza.
- Asume que no es suficientemente bueno, se siente inferior.
- Espera el fracaso, no cree que el éxito sea posible.
- Tiene un sentimiento de fracaso que conduce al desaliento.
- Se refrena en lugar de realizar su potencial.
- Es fácilmente desalentado y pierde la determinación.
- Evita correr riesgos.

Preguntas Clave

- ¿Es usted mismo su peor crítico, censurando, tirando abajo o de algún modo ahogando su expresión y contribución creativa?
- ¿Duda usted de sí mismo, careciendo con frecuencia de la confianza esencial para asumir riesgos o ser espontáneo?



- ¿Le impiden su propio miedo al fracaso o expectativa de crítica externa realizar una contribución especial o creativa en su trabajo, comunidad o grupo social?
- ¿Experimenta dificultades para hablar o tener actuaciones en público, afectando esto adversamente su discurso o presentación, aún cuando estos estén suficientemente preparados?

PINE (Pino) Pinus sylvestris

Para los que se culpan a sí mismos, y aún cuando tienen éxito en sus emprendimientos, piensan que podrían haberlo hecho mejor. Jamás se encuentran satisfechos con sus esfuerzos ni con los resultados; son trabajadores tenaces, pero sufren mucho por los defectos que se autoadjudican. Bajo ciertas circunstancias, aun cuando el error se deba a alguna intervención ajena, se sentirán personalmente responsables de cualquier error que pudiera haber cometido.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Se condena a sí mismo por todo, se siente culpable.
- Raramente siente que aquello que hizo es bueno o suficiente.
- Tiende a ser autocrítico y actuar de modo demasiado culposo.
- Se siente mal y se culpa por sentirse mal.
- Se considera inferior, indigno y no suficientemente bueno.
- Evita asumir la responsabilidad por su vida a través de disculpas.
- Cae en la trampa de los deberes y obligaciones, de los “necesito” y “debo”.

Preguntas Clave

- ¿Creció en una situación religiosa, social o de familia que le impartiera gran cantidad de sentimientos de culpa y vergüenza en cuanto a su propio valor personal?
- ¿Suele tener duras expectativas para con usted mismo, recurriendo frecuentemente a sentirse culpable si su actuación es menos que perfecta?
- ¿Le resulta difícil soltar errores o fracasos del pasado, permaneciendo apegado a ellos en lugar de mirar adelante y asumir riesgos u oportunidades nuevas?

ELM (Olmo) Ulmus procera

Para aquellos que se están desempeñando bien, siguen el llamado de su vocación y esperan hacer algo importante –con frecuencia en beneficio de la humanidad –, pero que en ocasiones suelen pasar por períodos de depresión, cuando sienten que la tarea que han emprendido es demasiado difícil y no se encuentra dentro de las posibilidades materiales de un ser humano.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Se siente inadecuado para la tarea que tiene entre manos.



- Está agobiado por un sentimiento excesivo de deber y obligación.
- Muestra desaliento cuando parece que la responsabilidad es demasiada.
- Pierde temporalmente la confianza y la fuerza.
- Tiende a ser excesivamente responsable y tiene dificultades en delegar obligaciones.
- Intenta ser perfecto en todo.

Preguntas Clave

- ¿Asume con rapidez tareas o responsabilidades, para luego encontrarse totalmente desbordado o con disfunciones de otra naturaleza?
- ¿Es usted una persona excesivamente responsable o preocupada por situaciones familiares o laborales, al punto de aislarse como el héroe solitario?
- ¿Experimenta actualmente una gran dosis de fatiga, o incluso desaliento, en relación a una tarea o proyecto por el cual ha asumido la responsabilidad?

SWEET CHESTNUT (Castaño Dulce) *Castanea sativa*

Indicado para esos momentos que atraviesan algunas personas en quienes la angustia es tan grande que les resulta insoportable. Momentos en que la mente o el cuerpo sienten como si hubiesen llegado al límite extremo de su resistencia, y parece que lo único que les queda por enfrentar es el aniquilamiento y la destrucción.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Está agobiado por sentimientos de angustia y desesperación.
- Alcanzó los límites de su resistencia.
- Ve sólo desolación, destrucción.
- Tiene sentimientos de vacío, aislamiento, cansancio extremo y desesperanza.
- Tiene miedo de sufrir un colapso por la tensión.
- Perdió la fe en la vida.

Preguntas Clave

- ¿Siente que ha “tocado fondo”, atrapado en un estado de desesperación del que parece no haber salida?
- ¿Siente angustia o sufrimiento extremo, como si hubiera llegado al fondo de su capacidad de resistencia?
- ¿Siente abandono o total soledad, poniendo a prueba su fe en la existencia de un Poder Superior o fuente espiritual de amor para usted?

STAR OF BETHLEHEM (Estrella de Belén o Leche de Gallina) *Ornithogalum umbellatum*

Para quienes se sienten angustiados por haber vivido situaciones que durante cierto tiempo los sumieron en una gran infelicidad, como el impacto provocado por



noticias muy graves, la pérdida de un ser querido, el temor que sigue a un accidente y otras conmociones semejantes.

Este remedio también aporta alivio a quienes por un tiempo rechazan el consuelo de sus allegados.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Tiene dificultades para lidiar con un shock o trauma.
- Queda paralizado por malas noticias o por un accidente.
- Tiene un problema mental o físico que fue accionado por un único suceso.
- Es incapaz de liberarse de las secuelas de shocks o traumas que sufrió.
- No consigue lidiar con los traumas, abandonándose o aislándose.

Preguntas Clave

- ¿Sufrió algún trauma o ataque muy intenso a partir del cual siente que nunca ha recuperado su vitalidad o fortaleza anterior?
- ¿Le parece que le falta un profundo sentimiento de paz interior y contención en la vida, debido a estrés u otro trauma?
- ¿Ha padecido un estado prolongado de estrés psíquico que le ha llevado a sentirse apartado de su Ser Espiritual o de los sentimientos más profundos de su alma?

WILLOW (Sauce) Salix vitellina

Para las personas que han sufrido adversidades o infortunios, y les resulta difícil aceptarlos sin quejas o resentimiento, ya que con preferencia juzgan a la vida por el éxito que les brinda.

Sienten que ellos no merecen una prueba tan grande por que es injusta, y eso los convierte en seres amargados y resentidos. Con frecuencia pierden el interés con respecto a las cosas de la vida que antes disfrutaban, y se vuelven apáticos y menos activos.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Tiene dificultad para liberar el resentimiento y la amargura.
- Tiende a sentirse maltratado.
- Siente que es menospreciado y que son injustos con él.
- Irradia su negatividad y malos sentimientos sobre los demás.
- Es rápido para culpar a los demás por su situación.
- Se resiente del éxito de los demás.
- Acepta todo tipo de ayuda, pero encuentra muy difícil retribuirla.

Preguntas Clave

- ¿Tiende a aferrarse a injusticias o desgracias del pasado, que le conducen a



sentimientos de amargura o resentimiento?

- ¿Se halla frecuentemente en situación de “víctima”, sintiéndose perseguido o castigado injustamente?
- ¿Es inflexible emocionalmente, encontrando dificultad para perdonar a los demás o para tener aceptación y entrega?

OAK (Roble) Quercus robur

Para aquellos que se esfuerzan y luchan con firmeza, sea por su bienestar o en relación con los asuntos de su vida cotidiana, y continúan intentando una cosa tras otra, aunque su caso parezca desesperado. Seguirán luchando, pero se sentirán descontentos consigo mismos si la enfermedad interfiere en sus obligaciones o en su vocación por ayudar a los demás.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Persiste siempre, aunque esté desesperanzado, sin pensar nunca en renunciar.
- Tiende a trabajar en exceso, sufriendo en el proceso.
- Se apega obstinadamente a las cosas aunque sean irrelevantes.
- No demuestra cansancio ni enfermedad.
- Cree difícil liberarse, relajarse y descansar adecuadamente.
- Apunta a la desesperación, y puede llegar a un colapso.
- No tiene espontaneidad ni alegría.

Preguntas Clave

- ¿Es usted una persona trabajadora y confiable, con frecuencia exigiéndose al límite de su resistencia para poder asistir o proveer a los demás?
- ¿Siente que está al borde del colapso o del total agotamiento debido al ritmo sin tregua que usted mismo se ha fijado?
- ¿Acaso se esfuerza más allá de sus límites y capacidades reales, negándose en general a los pequeños placeres o momentos espontáneos de goce?

CRAB APPLE (Manzano Silvestre) Malus sylvestris

Es el remedio de la purificación, y puede aplicarse a todos aquellos que sienten como si en ellos existiese algo que no está del todo limpio. Con frecuencia son cosas que parecen tener poca relevancia, pero en algunos casos pueden desencadenar algunas enfermedades muy graves, al desarrollo de las cuales casi no prestan atención, absorbidos por el tema o el hecho sobre el cual están concentrados.

En ambos casos, el paciente buscará ansioso desembarazarse de aquello que lo preocupa esencialmente, ya que lo considera tan importante que ansía librarse de él, y se siente abatido si el tratamiento fracasa. Por tratarse de un remedio purificador, el Manzano Silvestre limpiará las heridas si el paciente tiene alguna razón para creer que algún veneno ha penetrado en su cuerpo.



Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Se siente impuro, sucio o contaminado.
- Tiene dificultad para eliminar venenos o toxinas de su cuerpo.
- Está descontento consigo mismo o con vergüenza de su condición.
- Cree que merece sus problemas.
- Se siente obcecado por alguna dolencia o hábito mental de menor importancia.
- Da atención excesiva a la limpieza, sufre de ansiedad con relación a las impurezas.

Preguntas Clave

- ¿Se obsesiona usted con sentimientos de imperfección, enfocando su atención en los más pequeños detalles que se encuentren fuera de armonía?
- ¿Se siente sucio, impuro, o de algún modo avergonzado de sus funciones corporales o atributos físicos?
- ¿Se siente con frecuencia atraído hacia rituales de purificación o limpieza para su cuerpo físico o su entorno, sin que ello guarde proporción con la necesidad real?

7. SOBREPOTECCIÓN O EXCESIVA PREOCUPACIÓN POR EL BIENESTAR AJENO

CHICORY (Achicoria) *Cichorium intybus*

Para aquellos que se preocupan demasiado por las necesidades de los demás, y tienden a excederse de sus cuidados a los niños, familiares y amigos, encontrando siempre algo que debe ser corregido. Disfrutan intentando modificar todo lo que consideran que está mal, y anhelan tener siempre cerca a aquellos por quienes se preocupan.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Está excesivamente preocupado con las necesidades de los demás, forzando sus buenas acciones sobre ellos.
- Se aferra y es excesivamente protector en relación a los que le están próximos.
- Es posesivo, autocentrado y controlador.
- Se siente carente, exige atención, ofrece amor condicionado.
- Siente pena por sí mismo y se martiriza cuando se le contradice.
- Está siempre opinando, corrigiendo y criticando.

Preguntas Clave

- ¿Se siente con frecuencia frustrado, sospechando que los demás no aprecian verdaderamente sus esfuerzos?
- ¿Se encuentra deseando atención de los demás, especialmente deseando que otros reconozcan cuánto les está dando o está haciendo por ellos?
- ¿Es usted posesivo en las relaciones, deseando que los demás le reconozcan



cuán importante es usted en sus vidas?

- ¿Observa que muchas de sus acciones provocan la atención negativa de los demás?

VERVAIN (Verbena) *Verbena officinalis*

Para quienes tienen principios e ideas fijas, y por estar seguros de que son las correctas, rara vez modifican su actitud. Desean fervientemente convertir a quienes los rodean a sus propios puntos de vista con respecto a la vida.

Por lo general, son de carácter muy firme y muestran una gran decisión cuando se sienten convencidos de las enseñanzas que desean impartir. Cuando enferman, continúan luchando, aun cuando otros en su misma situación ya hubieran desistido.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Se esfuerza demasiado, vive bajo presión y tensión.
- Es extremadamente entusiasta, hasta casi fanático, en cuanto a sus creencias.
- Tiene opiniones e ideas fijas, quiere convertir a los demás.
- Tiende a ser vigoroso, arrogante y peleador.
- Se esfuerza demasiado, al punto del agotamiento físico.
- Cree saber siempre lo que es mejor para los demás.

Preguntas Clave

- ¿Piensa que el mundo estaría mejor si los demás tuvieran la misma visión y valores que usted?
- ¿Tiene fuertes sentimientos de entusiasmo e intensidad, de tal manera que tensiona y empuja su cuerpo más allá de su nivel natural de energía?
- ¿Suele apabullar a otros con sus convicciones, haciéndoles difícil poder desarrollar libremente una respuesta o explorar abiertamente su punto de vista?

VINE (Vid, Viña) *Vitis vinifera*

Para personas muy capaces, seguras de su propio talento y confiadas en el éxito. Su seguridad en sí mismos los hace pensar que a los demás los beneficiaría dejarse convencer por su prédica y hacer las cosas tal como ellos las hacen. Incluso durante la enfermedad dirigen a quienes los atienden, y suelen ser de gran utilidad en situaciones de emergencia.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Siente la necesidad de controlar y dominar.
- Parece autocrático y tirano.
- Espera obediencia ciega.
- Usa el poder para controlar o limitar a los demás.
- Tiende a ser rígido, riguroso e inflexible.
- Cree que es mejor que los demás.



- Se perjudica con un comportamiento insensible o implacable, es incapaz de sentir compasión.
- Pierde el contacto con su propia conciencia.

Preguntas Clave

- ¿Suele exigir obediencia o lealtad de los demás, con una fuerte necesidad de ejercer control o dirigirlos?
- ¿Es frecuentemente asertivo al punto de ser agresivo, queriendo estar a cargo y asegurarse que las cosas se hagan “a su manera”?
- ¿Tiene usted una voluntad tan fuerte que con frecuencia parece abrumar o agobiar a quienes lo rodean?

BEECH (Haya) *Fagus sylvatica*

Para aquellos que sienten la necesidad de ver más bondad y belleza en todo lo que los rodea, y aunque muchas cosas parezcan estar mal, tienen la virtud de ver el bien creciendo en su interior.

El remedio también los ayuda a ser más tolerantes, indulgentes y comprensivos con respecto a los distintos caminos que cada individuo –y las cosas en general – transitan en su intento de llegar a la perfección final.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Busca las imperfecciones y es crítico.
- Ve sólo el lado negativo de las cosas.
- Es intolerante y juzga a los demás.
- Es riguroso y exige disciplina y orden.
- Sufre de aislamiento y de una sensación de desconexión.
- Es arrogante.

Preguntas Clave

- ¿Es usted exigente con los demás al punto de hacerles casi imposible el responder a sus expectativas?
- ¿Se encuentra con frecuencia en una posición de criticar o juzgar la conducta o la actuación de los demás?
- ¿Es usted hipersensible al ambiente físico y social a su alrededor, necesitando rodearse de una “burbuja” de perfección?

ROCK WATER (Agua de Vertiente, Agua de Roca)

Para los que son demasiado estrictos en su modo de vivir, y se niegan a sí mismos muchas de las alegrías y placeres de la vida, porque consideran que van a interferir en su trabajo. Por lo general, resultan muy severos para consigo mismos, desean estar bien, fuertes y activos, y harán cualquier cosa para poder mantenerse así. Esperan ser



ejemplos que atraigan a otros a seguir sus ideas para obtener mejores resultados.

Patrones negativos disueltos por esta esencia

- Se niega a sí mismo las alegrías y los placeres de la vida, se reprime.
- Opta por vivir de acuerdo con reglas y teorías sobre lo que es “correcto”.
- Tiene un estilo de vida riguroso y disciplinado.
- Es excesivamente rígido en la defensa de sus ideas, soportando cualquier sufrimiento en el proceso.
- Es obcecado por alguna teoría rígida, viéndola como la dueña de la verdad.
- Ignora las obsesiones y compulsiones que lo dominan.
- Es tenso y tiene dificultad para relajarse.

Preguntas Clave

- ¿Tiende a llevar un estilo de vida o alimentación ascético o lleno de normas severas?
- ¿Se adhiere a disciplinas religiosas, de trabajo o de estudio, las cuales sigue sin tregua o con rigidez?
- ¿Siente que se está negando la oportunidad de disfrutar la vida por sí misma, sujetándose generalmente a disciplinas o programas estrictos que dejan poco espacio para la espontaneidad o la creatividad?

RESCUE REMEDY

Compuesto para Emergencias

Hay un remedio más dentro de las Flores de Bach que es necesitado con frecuencia. Contiene cinco de los 38 florales y es llamado Rescue Remedy o Remedio de Rescate. Como su nombre sugiere, es indicado para todas las emergencias y en consecuencia se administra cuando surge una situación de emergencia en la que hay pánico, shock, etc. Obviamente no toma el lugar de la atención médica, pero ayuda para aliviar la angustia mental, permite que se mantengan los procesos curadores internos del cuerpo sin interferencias. El Rescue Remedy es también calmante en otras situaciones traumáticas como volar, visitar al dentista, tomar un examen o antes de una entrevista importante.

Puede ser tomado oralmente, o aplicado externamente cuando es necesario (agujones, moretones, etc.). Para esto último se presenta en forma de crema que es llamada Rescue Cream.

Los animales también se pueden beneficiar de los florales y en particular del Rescue Remedy porque siempre hay un elemento de shock o terror asociado con o responsable de las molestias o incomodidades que un animal sufre. Las plantas también responden muy bien y muchas han prácticamente revivido luego de unas pocas gotas de Rescue Remedy.



Los cinco florales que se combinan para formar el Rescue Remedy son:

- Star of Bethlehem: para shock
- Rock Rose: para un gran temor y pánico.
- Impatiens: para tensión física y mental, si no se puede relajar. Mente agitada e irritable.
- Cherry Plum: para pérdida de control emocional, cuando la persona grita, o se pone histérica.
- Clematis: la esencia para los sentimientos de perplejidad que a menudo preceden el desmayo.

Estos cinco florales fueron escogidos específicamente por el Dr. Bach como un compuesto de emergencia porque combinados formaban una sinergia apropiada para todo tipo de crisis. Las utilizó por primera vez en alrededor de 1930 cuando se las dio a un pescador que acababa de sobrevivir al hundimiento de su naufragio. Estaba inconsciente y su rostro de color azul.

Mientras lo llevaban a la playa, el Dr. Bach mojó sus labios, detrás de sus orejas y muñecas con el combinado. Pronto el pescador recuperó su conciencia, y, como si se despertara de un mal sueño, se sentó y pidió un cigarrillo.

ESENCIAS FLORALES PARA QUIRÓN

En Aries o casa I: Star of Bethlehem, Cherry Plum, Impatiens.

En Tauro o casa II: Crab Apple

En Géminis o casa III: Cerato, Gentian

En Cáncer o casa IV: Honeysuckle, Clematis

En Leo o casa V: Larch, Gentian, Oak

En Virgo o casa VI: Mimulus, Crab Apple

En Libra o casa VII: Agrimony, Scleranthus, Water Violet

En Escorpio o casa VIII: Pine, Chicory, Cherry Plum, Vine

En Sagitario o casa IX: Agrimony, Wild Oat, Vervain

En Capricornio o casa X: Rock Water, Vine, Oak

En Acuario o casa XI: Water Violet, Willow

En Piscis o casa XII: Clematis, Holly, Cherry Plum, Chesnut Bud



MOMENTO DE TU TAREA, QUE ES:

- Tenerte paciencia e ir eligiendo los centros sin definir de tu carta, en base a la identificación que sientas al respecto del No-Ser. En los encuentros en vivo podrás preguntar más para que pueda asistirte en esa elección.

- Elegir una esencia floral de las tipológicas (los doce curadores)

- Y luego elegir hasta 4 más. No vamos a llegar a las 7 máximas que se recomiendan en terapia floral para poder tener foco en el trabajo interior puntual. El máximo para algunos terapeutas es de 7 y para otros, de 9.

- Vas a solicitar en tu homeopatía o farmacia de confianza (siempre que trabajen con esencias florales Bach) lo siguiente: "Un preparado de esencias Bach en frasco grande con las siguientes flores: (incluís tu listado)"

- Avisales en caso de que no puedas tomar alcohol -que suele ser el conservante-, así te lo preparan con otro conservante natural como la glicerina vegetal.

¿Cómo se toman?

La toma es de 4 gotas sublinguales, siempre.

Al iniciar:

-La primera hora, una toma cada 10 minutos.

-La segunda hora, una toma cada 20 minutos.

-Resto del día, una toma una vez por hora.

-A partir del segundo día: mínimo de cuatro tomas diarias repartidas lejos de las comidas, lo ideal serían seis o siete tomas.

-Te recomiendo anotar tus cambios emocionales y tus sueños. Puede suceder que durante la primera semana la inestabilidad o irritabilidad sean frecuentes, porque las flores intentan reestablecer el equilibrio y la energía desequilibrada "se resiste hasta que se comprende, acepta y libera", por decirlo de alguna manera. Tenéte paciencia sobre todas las cosas.

-Es fundamental que luego de finalizar el primer frasco, conversemos para ver si podés pasar a otro centro o seguir con el mismo. Para esto vamos a dejar activo el grupo de Whatsapp durante seis meses más luego de finalizar el programa, para que puedas tener mi asistencia durante las tomas.

-Quienes lo hagan a su tiempo tienen la chance de dejar en los comentarios del programa sus dudas y consultas.



BIBLIOGRAFÍA

- Las flores de Bach para la personalidad, Jordi Cañellas.
- Territorios tipológicos, Ricardo Orozco
- Astromedicina, Franco Rossomando
- Manuales formación de terapeutas florales Bach, Instituto Argentino de Flores de Bach