

Material Imprimible
Curso Flores de Bach

Módulo 1

Contenidos:

- Flores de Bach: historia y uso
- Terapia floral: en qué consiste y para quiénes está recomendada
- Flores de Bach en animales
- Medicina Holística

Flores de Bach: historia y uso

Todas las personas sabemos relacionar los trastornos con el área física, es decir, tenemos síntomas y signos que nos demuestran que algo no está bien en nuestro cuerpo.

Asimismo, estas manifestaciones nos dan ciertas pautas de alarma de que algo debemos cambiar, porque de lo contrario, nos vamos a enfermar. O también tenemos enfermedades que no tienen indicios y que aparecen repentinamente.

Siempre, de una u otra forma, nuestro cuerpo nos habla, y nos habla en forma constante. Pero... ¿cómo nos habla? mediante signos, es decir, con aquello que vemos pero que no genera dolor, como por ejemplo, una dermatitis, un aumento o disminución de peso, dificultad para el habla o para tragar, acné, cambios en la coloración de la piel, entre otros. Luego están los síntomas, que se refiere a cierto malestar o dolor en alguna parte del cuerpo, como por ejemplo un malestar gástrico, urticaria, dolor abdominal, dolor en las articulaciones y músculos, dolores de cabeza, etc.

Sin embargo, muchas de estas manifestaciones físicas, en realidad, derivan del plano psicológico y emocional. Esto es así por la corriente del pensamiento holístico, donde no se toma al ser humano solo en el plano físico, sino que, como aprendimos anteriormente, también lo compone el plano psicológico, y es allí donde están nuestras emociones.

Esto tiene gran relevancia, ya que, como dijimos, muchas enfermedades empiezan a partir de ciertos sentimientos y emociones negativas que tiene nuestra psiquis, que luego el cuerpo la va manifestando. Veamos un ejemplo.

Estamos con muchas dificultades de poder comunicarnos con una persona, ya sea por miedo, por ser un jefe, un familiar, etc., y no podemos transmitir lo que nos está pasando, es decir, no podemos comunicarnos adecuadamente. Esto nos genera malestar y diversas emociones negativas, como miedo, nostalgia, ansiedad, rechazo, entre otras. Estos sentimientos, que son parte del campo de las emociones en su totalidad, puede generar en nuestro cuerpo una afonía, es decir, una imposibilidad de que salga la voz fuera de nuestras cuerdas vocales. Este es un claro signo de que tenemos un bloqueo emocional para la comunicación y que el cuerpo lo manifiesta, en este caso, por medio del principal órgano de la fonación, que es la laringe, generando una afonía, disfonía o una laringitis. Si bien esto no causa dolor, nos imposibilita poder comunicarnos o nos genera físicamente una “excusa” para no hablar.

Otro claro ejemplo es cuando estamos muy nerviosos por una situación específica, como una situación traumática, o estar nerviosos por algo en particular, como rendir un parcial o tener problemas laborales. Estas situaciones nos llevan a tener emociones negativas, como temor, pánico, fracaso, irritabilidad, angustia, ansiedad. En estos casos podemos empezar a manifestar diversos síntomas, como dolores de cabeza, malestar intestinal, diarreas, náuseas, dolor abdominal similar a una gastritis, o dermatitis atópica. Aquí tenemos claros los síntomas físicos, pero los mismos son generados por sensaciones emocionales de nuestra mente.

Por todo ello, es fundamental aprender a sanar la mente para, a partir de allí, poder sanar el cuerpo, es decir, lo físico. En este curso vamos a aprender a cómo sanar la mente, las emociones y, a consecuencia, tener un cuerpo sano.

A lo largo de nuestra vida vamos teniendo y manifestando diferentes conductas en función a lo que hacemos, lo que sentimos y lo que pensamos.

No obstante, debemos hacer una diferencia: lo que nosotros sentimos y pensamos es una conducta de tipo subjetiva, porque es nuestro, está dentro de nuestra cabeza. En cambio, lo que decimos y hacemos es una conducta externa, ya que sí o sí vamos a decir y actuar con otra persona, por lo que ya no estamos nosotros solos implicados en lo que pensamos, sino que, al actuar o al hablar, estamos manifestándonos y relacionándonos con el otro. Por dicho motivo, esta conducta también es objetiva, pública y observable.

Cuando hablamos del enfoque en los tratamientos tradicionales o conductistas, hablamos de que los cambios deben hacerse desde afuera hacia adentro, es decir, primero lo que decimos y hacemos, y luego lo que sentimos y pensamos.

En cambio, este nuevo enfoque Holístico, o también llamado Humanístico, se basa en trabajar y experimentar de adentro hacia afuera, o sea, primero pensar y analizar lo que pensamos y sentimos, y a partir de ello manifestarlo en el afuera, cambiando lo que decimos y hacemos. Qué interesante, ¿no?

Seguramente muchos de ustedes lo pensaron en algún momento de sus vidas, y aquí, con este tratamiento de Flores de Bach, se actuará sobre la manera de pensar y sentir, es decir, sobre la consulta subjetiva. También se brindan herramientas de la psicología para acompañar el tratamiento y que cada persona pueda, por sus propios medios y con la ayuda de las Flores, a controlar primero sus emociones, y a partir de ello su relación con los demás.

Podemos decir entonces que primero debemos sentir y pensar, y luego hablar y actuar.

Las **Flores de Bach** es una técnica para sanar emociones y poder alcanzar la curación de manera natural.

No obstante, es importante aclarar que las flores no tienen nada que ver con los medicamentos farmacológicos tradicionales, y que bajo ningún concepto pueden reemplazar el tratamiento que está llevando a cabo un paciente. Es decir, es solo un complemento que ayuda a equilibrar emociones, pero jamás reemplaza la terapia tradicional o los estudios que brinda el médico de cabecera.

Las Flores de Bach es una terapia orientada en poder hacer consciente lo que nos pasa, lo que sentimos, lo que a veces no podemos manifestar con palabras, los estados mentales negativos, la impulsividad cuando tenemos sentimientos positivos, la impaciencia, la irritabilidad e ira, el odio, el rencor, la agresividad, la euforia, entre otros. Esta es un método natural basado en 38 elementos vegetales que veremos con detalle más adelante, y son utilizadas para poder equilibrar las emociones, mantener una armonía para poder sanar el alma y, a partir de allí, el cuerpo.

Como decía la cita de la Sátira X escrita por el italiano Décimo Junio Juvenal en el siglo I a.C, “Mente sana en cuerpo sano”, es decir, mente sana, cuerpo sano.

El descubridor de las propiedades de las flores fue el Dr. Edward Bach. De allí el nombre “Flores de Bach”. Este médico nació en Inglaterra en 1886 y falleció en 1936, y a lo largo de su carrera de medicina se especializó en la medicina Homeopática y en la Bacteriología. Además, fue director de unos de los hospitales más importantes de Londres, trabajando en el área de bacteriología.

Entre los años 1928 y 1935 adquirió más fama aún, al desarrollar el “Método Floral” que hoy en día conocemos. En parte, Bach le dio la espalda a la medicina tradicional para empezar a curar mediante métodos naturales, ya que pensaba que en realidad no se le estaba dando importancia al ser humano como un todo, sino que solo se concentraban en el aspecto físico.

Esto fue muy controversial en esa época, ya que, dado que Bach priorizaba la medicina natural, muchos científicos no creían en él y consideraban que estaba equivocado.

Asimismo, Bach estudió homeopatía muchos años y empezó a realizar preparados, llamados luego como “Medicamentos de Bach”, que tenían el objetivo de curar a las

personas de manera integral, ya que, como dijimos, le daba importancia al estado emocional de las mismas.

De allí parte su filosofía que se utiliza hoy en día: sabemos que la condición emocional, mental y física están interrelacionadas y son interdependientes, es decir, la condición de cada una de ellas interfiere directamente en la otra. Por dicho motivo, se lleva a cabo la búsqueda del equilibrio.

La filosofía de Bach se basa en el pensamiento de que el origen de las enfermedades inicia cuando hay un conflicto entre el alma y la personalidad, o sea, entre nuestra esencia y lo que somos, lo que en realidad somos, nuestra energía esencial, nuestro ego, pero sobre todo, nuestra mente, que es la que gobierna el campo físico.

Cuando se da un bloqueo en el alma por las energías, se desarmonizan los otros puntos, como nuestra esencia, nuestra personalidad, nuestro ego, nuestros sentimientos y emociones, y todo ese desequilibrio origina la enfermedad.

Entonces, es cuando las Flores de Bach ayudan a contrarrestar este desequilibrio, y a mantener el campo energético estable entre la mente, el cuerpo y el alma.

En el año 1922, Bach decidió dejar su trabajo en el Hospital de Londres para dedicarse al 100% a la homeopatía. Fue entonces que abrió un laboratorio para seguir estudiando los aspectos vegetales.

El doctor tendía a salir mucho, simplemente para observar el comportamiento de la gente, y le fascinaba poder armar diferentes grupos según las emociones y comportamientos, para luego pensar en cómo sería el tratamiento de cada uno de ellos. Lo que él hacía era clasificar a los pacientes según sus personalidades, y desde allí saber las flores que necesitaba darle a cada uno. Por ello se convirtió en uno de los médicos holísticos más prestigiosos de la época.

Asimismo, empezó a asociar si las mismas personas con igual personalidad manejaban las mismas emociones y, a consecuencia, las enfermedades que puedan tener. Y sobre todo, los sentimientos negativos que él determinó, que eran los primeros causantes de daños en la salud. También intentó categorizar varios estadios emocionales, pero con el tiempo surgen más estadios psicológicos. Esto llevó a que se ilusionara mucho más con sus estudios.

Si vamos un poco hacia atrás y hacia su historia, Bach, en primera instancia, descubrió un total de 12 flores, y la primera fue descubierta en Gales.

Algunos han relacionado las doce flores con los doce signos astrológicos, ya que se pensaba que el Dr. Bach tenía conocimientos de astrología. Estos doce primeros

remedios se llaman curadores, y corresponden a la tipología de cada uno de los signos del zodiaco.

Actualmente, el sistema original que es enseñado por el Instituto más importante de Argentina de Flores de Bach no lo relaciona con el zodiaco, aunque se piensa que podría ser un complemento para ayudar a los consultantes a encontrar el camino del alma según su signo.

Las Flores de Bach tienen como principal función lograr establecer el equilibrio emocional, el equilibrio del alma, para prevenir enfermedades y estar emocionalmente estables, vitales y fuertes para evitar las enfermedades.

Este poder hace que se generen diferentes vibraciones muy sutiles, que estimulan nuestra mente y alma para poder manejar las emociones negativas y transformarlas en positivas. Luego, esta frecuencia vibratoria que aumenta, va a coincidir en mantener la armonía, el estado de ánimo, el bienestar y el equilibrio.

Como dijimos, el tratamiento de Flores de Bach consta de 38 preparados artesanales realizados con una técnica simple semejante, pero no igual, a los productos homeopáticos. Estas se elaboran mediante extractos con agua de diversas flores vegetales y se utiliza Brandy o Cognac como conservante.

Según lo establecida por Bach, estas preparaciones generan la autocuración del consultante, facilitando los estados anímicos emocionales positivos. Es decir, es una curación natural que mejora la calidad de vida de las personas. No obstante, es fundamental seleccionar bien y correctamente qué flor se utiliza en cada caso.

La terapia floral enseña, guía y acompaña para que el consultante pueda curarse a sí mismo mediante la utilización de las flores. Asimismo, de acuerdo con Bach, este remedio natural previene la enfermedad que se genera cuando el alma y la mente están en conflicto. Entonces, como aprendimos, la propuesta es primero sanar el alma, lo interior, poder eliminar de nuestra vida las ideas negativas, lo que nos hace mal, y los mandatos negativos que son simplemente deseos y conductas que no son propias de nosotros, sino que son del otro pero que, de una u otra forma, interfieren en nuestra evolución y crecimiento.

Solo la mente puede hacer que el cuerpo se recupere del daño que tiene, y si no hay ánimo ni ganas, no hay curación. Por lo dicho, las Flores de Bach se consideran

importantes para el tratamiento emocional, de la reparación espiritual, la que corresponde a la curación primaria, y a partir de allí poder sanar el cuerpo. Sin embargo, reiteramos que las Flores de Bach no reemplazan el tratamiento tradicional que puede haber dado el médico.

Todos los hombres tienen un alma, que es su ser real, su ser divino, poderoso creador, y lo importante es obedecer las órdenes y lo que dicta el alma de nuestro ser. A este ser lo conocemos mediante nuestra conciencia, nuestro instinto y la intuición, y dicho conocimiento genera alivio en el alma, alivia la angustia y el sufrimiento terrenal y esto nos da libertad para desarrollar nuestras actividades con alegría y felicidad.

Por ello decimos que las flores son remedios vibracionales, es decir, son remedios que nos conectan con ese ser del que hablamos, esa parte divina con la que todos contamos, y son muy sencillas e inoñas para preparar y se utiliza en todas las edades.

De igual manera, podemos expresar que las Flores de Bach son como la terapia de Reiki: nunca hacen mal, ya que son energía.

Cada uno llegó a este mundo con una misión, y las flores nos ayudan a volver a nuestro eje. No obstante, debemos tener cuidado, porque no todas las flores son para todo.

Por dicho motivo, el terapeuta floral es el que nos escucha y sabe cómo funciona nuestra pragmática o nuestras necesidades, y allí nos va a poder indicar la preparación específica. Es decir, el terapeuta va hilando y haciendo un camino que va a conducir a esa fórmula floral. Por ello es fundamental tener en cuenta que los terapeutas pueden interpretar qué es lo que le pasa a la persona o buscar la forma de ayudarla a que pueda reconocer las emociones y cómo se sienten.

Las flores se preparan en frascos de vidrio de color caramelo que puede durar 20 días aproximadamente. Asimismo, es importante que la persona lo tenga encima todos los días, ya que la toma continua de las flores es fundamental. Esto lo veremos más adelante.

Ahora nos preguntamos... ¿Las Flores actuarían como un medicamento, como por ejemplo, un paracetamol o un ibuprofeno? La respuesta es no, ni como ninguna otra medicación tradicional, ya que esta última genera un efecto en el organismo después de unas horas de ingerido. En cambio, las Flores van a ir trabajando en el cuerpo por capas, según el tiempo que las tomemos.

Por ejemplo, si estamos ansiosos, podemos tomar un par de gotas de las Flores y ver cómo nos sentimos, y si la emoción no se atenúa, podemos volver a tomar más gotas. También se pueden colocar las gotas en una botellita de agua que se puede ir tomando a lo largo del día. Es decir, que no es esencial que se tome directamente del gotero, dado que si las flores se colocan en el agua, brindan el mismo efecto.

Igualmente, es importante que el terapeuta floral sea el que realice el seguimiento de la cantidad y de las tomas.

Somos seres espirituales viviendo una experiencia terrenal, y la idea es pensar qué es lo que en nuestra vida nos desequilibra y nos saca de nuestro eje, para luego poder centrarnos con la ayuda de las terapias alternativas.

Nuestro breve paso por la tierra no es más que un momento de evolución. Estamos aquí para obtener las estrategias y experiencias para nuestro crecimiento, para desarrollar nuestras virtudes y las que nos faltan para aprender y atravesar los obstáculos que se nos presenten. Esto permite perfeccionarnos y perfeccionar nuestra naturaleza.

La enfermedad y el sufrimiento no es tan cruel como lo pensamos. Si bien existe, podemos aprender a cambiar dolor por alegría, o sobrellevar de la mejor manera una enfermedad por medio de nuestras emociones positivas. La enfermedad en sí es beneficiosa, y tiene como objeto volver a construir el vínculo entre el alma y el físico.

Asimismo, podemos decir que el sufrimiento correctivo permite aprender una lección que no pasa desapercibida en nuestra vida, y también podemos manifestar que nos permite tratar o impedir que una enfermedad vuelva a aparecer.

Como aprendimos, la prevención y la curación de la enfermedad se lograrán no solo mediante medicamentos físicos, sino por medio de la mente. El trabajo de la mente es la principal curación, y para ello se utilizan las Flores.

Con la curación del alma, la persona va a irradiar de armonía, y las Flores van a cumplir la función de mantener las virtudes positivas, como alegría, tranquilidad, paciencia, coraje, sabiduría y seguridad.

Es importante trabajar en las causas psíquicas, ya que el miedo nos bloquea todas las virtudes positivas, nos genera incertidumbres, dudas, falta de interés, soledad, preocupaciones excesivas, presión interna o impuesta, entre otros.

Para la elaboración de cualquiera de los compuestos se utilizan dos métodos que se obtienen de agua con un determinado patrón energético y una forma de energía líquida. Cuando estas esencias entran en contacto con otro ser vivo, como una persona, un animal o una planta, se da este fenómeno de vibraciones energéticas de la esencia y se produce un alineamiento o patrón vibracional del ser vivo elevando y equilibrando. Esto se va acrecentando en función a la frecuencia de las tomas, es decir, no por la cantidad, sino por la frecuencia.

Como ya dijimos, más allá de que las Flores de Bach sean inocuas, siempre deben ser administradas y controladas por un Terapeuta Floral especializado, quien nos va a indicar, en primer lugar, la dosis de inicio, y nos irá guiando en función a cómo nos estamos sintiendo y si será necesario o no aumentar la dosis o la frecuencia.

Si no acudimos a un terapeuta acreditado para hacer una terapia y tomamos decisiones por autoprescripción o terapias no guiadas, podemos no estar realizando la mejor selección de Flores.

En todo este proceso es muy importante la profesionalidad del terapeuta, el autoconocimiento de la persona y también de sus propias limitaciones, porque cuanto más se conoce al paciente, mucha mayor empatía podemos lograr y mejor será el proceso terapéutico. En consecuencia, mejor será la acción y el éxito terapéutico.

Las Flores de Bach funcionan bien si se trabajan con responsabilidad y seriedad profesional. Es decir, no solo se deben conocer las flores, sino también cómo se realizan, como se preparan, y tener un conocimiento más amplio del tratamiento floral.

Terapia floral

Es importante que esta terapia sea controlada por una persona idónea y especializada que nos sirva de guía. Sin embargo, hay que hacer una aclaración fundamental que distingue las Flores de Bach de hacer una terapia floral: Las flores de Bach son esencias florales, pero no todas las esencias florales son flores de Bach.

La **terapia floral** siempre necesita ser acompañada por un terapéutico debidamente formado y capacitado para poder seleccionar qué tipo de espacio y terapia necesita la persona teniendo en cuenta sus emociones. Además, esta persona debe contar con gran capacidad de apertura, confianza, honestidad y, por sobre todas las cosas, profesionalidad.

De igual manera, el terapeuta evaluará el estado de la persona para poder comprender los objetivos a seguir a corto plazo, y le tendrá que aclarar al consultante que cualquier persona puede recibir las Flores, sin contraindicaciones, ni con alopáticas ni con homeopatía. Es decir, todos se pueden beneficiar: desde recién nacidos, niños, embarazadas y mujeres en lactancia, ancianos, deportistas.

Sin embargo, no son de venta libre, sino que el terapeuta realiza la orden y la misma debe ser presentada por el paciente en una farmacia que realice fórmulas magistrales. En este caso, Flores de Bach.

Asimismo, es importante aclarar que no todas las farmacias realizan estos preparados, es decir, no todas realizan fórmulas magistrales. No obstante, hay muchos terapeutas que realizan las flores, dado que tienen su laboratorio en donde las preparan y luego directamente se las entregan a los pacientes.

Ahora bien. Como dijimos anteriormente, las flores de Bach son 38, y estas, a su vez, se dividen en 7 categorías emocionales. ¿Cuáles son estas 7 categorías? El sentimiento de soledad, sentimiento de sensibilidad, preocupación excesiva, falta de interés, tristeza, miedo e incertidumbre.

Por dicho motivo, la selección de la fórmula será de acuerdo a los estados emocionales del consultante, y luego, la fórmula magistral puede ir modificándose a lo largo del tiempo según las necesidades.

Para poder seleccionar las flores y el tratamiento, el terapeuta debe guiarse por el estado emocional del consultante, no por la enfermedad.

Asimismo, el consultante debe tener total confianza en poder comunicarle al terapeuta cuáles son sus sentimientos y emociones, lo que siente, lo que le hace mal, y a partir de eso, el terapeuta va a jerarquizar los problemas y las emociones negativas que están presentes el consultante, para seleccionar la mejor combinación de flores que actúen en todo aquello que lo perturbe y que no le deje actuar en su vida normal.

Dado que no se trata de una consulta, sino de un tratamiento con objetivos puntuales, generalmente, a los 20 días, el terapeuta vuelve a solicitar contacto con su paciente para evaluar si se necesita realizar algún cambio. Allí, el consultante vuelve a expresar sus emociones negativas a fin de evaluar si se necesita hacer algún cambio en las flores o si se están logrando los objetivos de transformación.

También, y muchas veces, no es necesario cambiar la preparación y las flores, sino la dosis. Eso lo irá evaluando el terapeuta en función de cómo se sienta el paciente. Es así como, de a poco, las emociones se van trabajando.

La técnica de utilización de las Flores de Bach es una disciplina independiente, es decir, no tiene que ver directamente con la medicina, la psicología ni la psiquiatría. Todas estas son disciplinas independientes.

Asimismo, es importante saber que cualquiera puede ser aplicador de las Flores, tanto profesionales de la salud como personas que deseen aprender y estudiar sobre la medicina holística. Por dicho motivo, para ser aplicador no es necesario ser médico ni conocer sobre enfermedades y el cuerpo humano.

Ser aplicador de las flores requiere mucha empatía, se debe mantener una capacitación continua y conocer mucho sobre cada una de las flores y su complementación.

Por último diremos que el vínculo terapeuta-consultante es fundamental para que el tratamiento de resultado, ya que si las flores están mal dadas, generalmente es porque hubo una falla en la relación entre ambos, en el vínculo o empatía, o porque el terapeuta no supo comprender las necesidades del consultante. Por eso, para que el tratamiento sea efectivo y la persona no sufra, el conocimiento entre ambas partes es fundamental.

Flores de Bach en animales

Las flores de Bach pueden utilizarse no solo en personas, sino también en animales, y son muchos los veterinarios que avalan este tratamiento.

Al igual que en las personas, las flores de Bach se utilizan en los animales para tratar diferentes circunstancias, como miedos, irritabilidad, agresividad, entre otros. Es decir, ayuda al animal a que gestione lo que le está pasando.

Generalmente se usan para los animales agresivos y dominantes, pero para cualquier tipo de animal, no solo perros y gatos, sino caballos, aves, reptiles, tortugas, o cualquier animal en el que se quiera trabajar. Lo primordial es creer y tener confianza en que las flores también se usan en animales como en cualquier otro ser vivo, sea el hombre o las plantas.

En los animales, las Flores van a equilibrar las emociones que traen problemas emociones negativos, a los que hay que evaluar su origen y saber qué le está pasando al animal.

Si bien las flores ayudan, también hay que resolver el problema de base. Por ejemplo, un animal puede ser agresivo por estar siempre encerrado.

También, en casos de problemas de salud, las flores de Bach serán complemento de la medicina tradicional, al igual que en el hombre. Por eso, se deberá investigar de dónde viene el problema: lo primero que se debe hacer es una revisión veterinaria para descartar cualquier dolencia física, y luego se tendrá que conocer, por ejemplo, cómo tratan al animal, si está mucho tiempo encerrado, si hubo un cambio reciente en su vida que lo está estresando, etc.

Al igual que en las personas, en los animales también el efecto de acción es entre dos a tres semanas, y si no notamos cambios, hay que cambiar las flores o las dosis.

Como dijimos, no siempre las dosis o las flores son las adecuadas, por lo que no se puede pensar que todas las flores sirven para todos los animales. Lo ideal es hacer una mezcla de las adecuadas y de aquellas que más se aproximan a los animales.

Las flores más usadas en animales en su agresividad, irritabilidad, dominancia, miedos, egoísmo, o intolerancia a otros animales violentos son las siguientes:

- Vine se utiliza para animales dominantes, intransigentes, intimidantes, los que quieren imponer su ley, los que muestran ingratitud, los que son inflexibles y autoritarios y no se compadecen de los demás
- Holly se utiliza para la ira, el odio, la negatividad, envidia, y para los que hacen daño a los demás y gruñen
- Chicory se usa para animales egocéntricos, absorbentes, positivos, egoístas y los que tienen deseos de dominación de los demás.
- La flor Beech también se utiliza para animales intransigentes, que tienen rabia interior, irritabilidad, y peleas constantes con otros animales
- Por su parte, Cherry Plum se usa para cuando los animales pierden el control, y explotan interiormente con un impulso incontrolable
- Vervain se usa para animales exagerados que se encienden de ira rápidamente.
- Y Honeysuckle, también conocida como Madreselva, se utiliza para romper con lo que les hizo convertir en un animal así.

En los casos de los animales, lo ideal sería que la mezcla la realice un veterinario que también se dedique o esté especializado en terapia de Flores de Bach. Otra opción es un terapeuta especializado en Flores que también lo pueda realizar en animales, o que se hayan especializado en ellos.

Asimismo, muchas veces las dietéticas también lo realizan, o mismo en las farmacias con una receta de indicación. De igual manera, uno mismo puede aprender a usarlas y a realizarlas, aunque hay que aprender la técnica. Si bien es fácil, hay que saber realizarlo. Es importante tener en cuenta que si nosotros preparamos la mezcla, nunca debemos colocar las flores en cercanías de algo que tenga radiaciones, ya que inhibe su efecto.

Al igual que en el hombre, la dosis no se basa tanto en la cantidad, sino en la frecuencia de cada una de las tomas. Lo ideal es darlo en boca directa con el gotero, pero que no toque la boca, sino que es mejor colocarlas por debajo de la lengua.

Otra opción para darle las gotas a los animales a través del agua, siempre y cuando no haya otros animales que también tomen la misma, ya que, al igual que en las personas, las flores deben ser exclusivas para ese animal en particular. En este caso, debemos controlar que el animal haya bebido toda el agua para asegurarse de que tomó las gotas. Como aprendimos, a mayor frecuencia, mejor resultado en corto tiempo. De nada sirve dar más gotas de golpe, sino pocas gotas de manera muy fraccionada.

Las principales ventajas de las Flores de Bach son que no tiene contraindicaciones y no tienen efectos secundarios, adversos ni colaterales. Además, se pueden utilizar en conjunto a cualquier otro método terapéutico, como el farmacológico u homeopático.

Otra de sus ventajas es que tiene efecto holístico, es decir, busca el bienestar general, y actúa en los niveles de vibración de nuestro cuerpo. También son de bajo costo en comparación con los fármacos tradicionales, y son muy seguros.

Como dijimos, las flores de Bach son esencias cargadas de energía muy sutil que vienen del centro de la tierra y que se utilizan sobre las emociones del hombre. A su vez, mejoran síntomas y modifican conductas negativas, tienen acción curativa en el plano holístico, es psicoterapéutica y mejora la calidad de vida.

Si hablamos específicamente de los animales, se han visto buenos resultados, y ayudan a los veterinarios a equilibrar las emociones mal resueltas o los mecanismos negativos que afectan la relación del animal con su dueño o con su par.

Las flores son un gran soporte en los animales que tienen mala conducta o son agresivos, también en aquellos que no son sociables, o en los que son dispersos y les cuesta aprender rutinas y hábitos, por ejemplo. Asimismo, sirven cuando hay fuegos artificiales o ruidos molestos que hacen sufrir al animal.

Muchas veces, las acciones de los animales domésticos son espejo de la familia en la que están, ya que suelen compararse o mantener las acciones del lugar donde viven. Todas las emociones del dueño o de los miembros de la familia, ya sean positivas o negativas, van a influir en las emociones del animal. Es muy importante que tengamos en cuenta esto.

Asimismo, también es esencial considerar las relaciones con los miembros de la familia, si hay integrantes nuevos o si falta alguien. Para estos casos se recomienda un proceso de readaptación general; de lo contrario, no vamos a poder lograr que el animal esté en calma. El objetivo es tratar de lograr espacios de calma en la familia o acompañar a todos en una terapia floral.

A lo que apuntamos con esto es que aunque queramos tratar emocionalmente a nuestra mascota, si nosotros no estamos emocionalmente estables, es muy difícil que la terapia floral lo ayude, es decir, mínimamente podrá contribuir, pero es fundamental que el ambiente en el que se encuentre el animal sea calmo, amable y apto para que las Flores de Bach puedan actuar y dar sus resultados.

Medicina Holística

La **medicina holística** es un método de sanación que busca ocuparse del físico, el alma y la mente para llegar a un estado de salud óptimo en equilibrio con estas tres características.

Como explicó Edward Bach, la persona se enferma por un desequilibrio entre estos aspectos, que lo lleva a tener una patología que necesita tener una cura.

Justamente de eso trata la medicina holística: no en curar por medio de medicamentos, sino curar el alma. Por eso, la curación llega de una manera natural.

Asimismo, la medicina holística no rechaza la medicina tradicional, sino que la complementa, es decir, actúan juntos, y no se debe suspender una para reemplazar a la otra.

Además, esta medicina aporta un modo diferente de tratar las enfermedades, sus signos, síntomas y causas, ya que le da prioridad a la mente y se centra en la relación entre la alegría vital y nuestra forma de vida. De esta manera, podemos mantenernos sanos.

Dentro de la medicina holística podemos destacar muchas ciencias que actúan en ella, como la homeopatía, la acupuntura, fitoterapia, aromaterapia, cromoterapia, reflexología, nutrición, cromoterapia, yoga, homotoxicología, entre otros. Conozcámoslas juntos.

La homeopatía trata a la persona como individuo y busca todas las circunstancias que arrastran a una persona a llevar una enfermedad.

Hay enfermedades que son muy bien tratadas por la homeopatía, como por ejemplo, las enfermedades crónicas, porque los pacientes ya han pasado por varios tratamientos y no han obtenido muchos resultados en la medicina tradicional.

No obstante, si bien todas las enfermedades se tratan con la homeopatía, algunas son más limitadas, como por ejemplo, el daño de tejidos por cirugías.

De igual manera, podemos manifestar que se puede tratar el estrés, aunque no como una enfermedad, sino como una alerta ante el peligro, y muchas personas lo tienden a cronificar como forma de enfrentar la vida. Al cronificar, se puede tratar por la homeopatía.

Adicionalmente, esta ciencia no tiene ningún tipo de efectos secundarios, pero sí puede haber síntomas que sirven como mejoría, como náuseas, diarrea o vómitos como forma de eliminar y desintoxicar el cuerpo.

Claramente, la homeopatía se basa en la “ley de los semejantes” o “lo similar cura a lo similar”, ya que se dice que algo que causa una enfermedad, a su vez, lo puede curar. Por dicho motivo, los preparados homeopáticos se realizan con los mismos elementos que producen la enfermedad.

Para la realización de las mezclas, los homeópatas utilizan un proceso que se llama “potenciación”, donde una sustancia es diluida con agua o agua destilada, y luego es mezclada en otro proceso llamado “sucesión”, parecido a lo que vimos en las Flores de Bach.

Por ello, los homeópatas diluyen en una parte del ingrediente activo, 99 partes de solvente, como agua o agua destilada, y posteriormente se mezcla agitando. A esto se le llama “grado de potencia”.

La acupuntura es una técnica para equilibrar la fuerza de energía que gira por medio de meridianos en el cuerpo.

Por dicho motivo, al colocar agujas en cada uno de estos meridianos, la energía se estabiliza y, por lo tanto, se recupera la salud. Sin embargo, la acupuntura es algo más, ya que con ella también se tratan enfermedades.

Existen 6 pasos para realizar acupuntura:

- En primer lugar, el cuerpo sabe que es una farmacia, es decir, que produce elementos que necesitamos para vivir en cada uno de los sistemas de nuestro cuerpo, como jugos, hormonas, electrolitos, sustancias y nutrientes.

- En segundo lugar, sabemos que el sistema endócrino sabe en qué momentos debe liberar estas sustancias para que el organismo funcione adecuadamente.
- En tercer lugar, muchas veces somos saboteadores de lo que nos pasa por diferentes causas, y esto hace que las sustancias no funcionen bien, salgan de su normalidad, es decir disminuir o eliminarse en exceso, causando enfermedades.
- Luego, en cuarto lugar, se encuentra una ruta de comunicación entre todos los sistemas de nuestro cuerpo, sobre todo entre el sistema nervioso y los demás sistemas, lo que determina la acción de las sustancias en nuestro cuerpo. Se reciben señales por el sistema nervioso y a partir de ellos van a actuar en el cuerpo liberando o no sustancias.
- Además, sabemos que la acupuntura va a actuar en las vías periféricas. Cuando se indica una aguja, se estimulan nervios y vasos sanguíneos que actúan en el sistema nervioso y endócrino para estimular la producción de diversas sustancias que ayudan a un mejor funcionamiento del cuerpo humano
- Por último podemos decir que sabemos que las sustancias sobadas tienen un tiempo de vida, pero las que se liberan en la acupuntura también, por ello se necesitan varias sesiones como dosis terapéutica.

Por su parte, la fitoterapia es la parte de la medicina que se ocupa del tratamiento mediante plantas medicinales. Asimismo, esta nos permite abordar un tratamiento causal y tiene buenos resultados a la hora de tratar enfermedades crónicas.

Otra de las ciencias que podemos nombrar es la cromoterapia, que consiste en aprender cómo tratar enfermedades o síntomas mediante los colores. También tiene que ver con la medicina del alma no tradicional.

En cromoterapia se utilizan solo 8 colores, y cada uno tiene sus significados. Veamos brevemente cada uno.

- el rojo es un color estimulante y facilita la extroversión, por lo que no se recomienda si estamos muy excitados
- el naranja ayuda a afrontar la vida, da energía, aumenta el optimismo, la creatividad, la amistad, da alegría y felicidad.
- El tercero es el amarillo, que es el color del intelecto, del cerebro, es antidepresivo y mejora los reflejos
- El turquesa es el cuarto color, y se relaciona con la paz en la familia y la vida familiar

- El verde genera armonía, y se asocia con la naturaleza, los árboles, la paz interior y permite una relajación mental y física
- El sexto color que se usa en cromoterapia es el azul, que también aporta paz y serenidad, motivo por el que se usa mucho en los dormitorios para favorecer el sueño y el descanso
- El violeta, por su parte, es un color espiritual que ayuda a tener más intuición.
- Y por último encontramos el magenta, que se usa cuando pensamos que no podemos salir de un estado en el que estamos. Nos ayuda a desechar ideas viejas y dejar entrar lo nuevo.

Es importante que según cómo nos sintamos y cómo estemos espiritualmente, podamos utilizar estos colores.

La reflexología, por su parte, se basa en que en el organismo tenemos determinado reflejo, como el de la rodilla, por ejemplo, que cuando tocamos la misma estando sentados, automáticamente se mueve hacia arriba, es decir, que frente a un determinado estímulo, se genera una respuesta.

Esta ciencia se basa en que si se estimulan los centros sensitivos, se puede generar una respuesta en otro lugar del cuerpo.

En los pies existe un mapa de nuestro organismo, es decir, si los vemos desde abajo, sabemos qué parte del pie corresponde a cada uno de los órganos o partes del cuerpo, y según qué se estimule, actuará en un sistema u órgano.

La medicina china que usa la reflexología se basa en estas zonas de energía que hoy en día los denominamos nervios, que son los encargados de llevar la información desde los pies hasta el órgano en cuestión.

Ahora bien. Hoy en día a la nutrición también se la considera dentro de la llamada medicina holística, ya que no es solo alimentarse para suplir las necesidades físicas, sino también por un acto emocional.

La nutrición sirve para metabolizar y poder alcanzar las necesidades nutricionales de nuestro cuerpo. Cuando nos alimentamos saludablemente podemos sostener las funciones de nuestro cuerpo y mantenernos en equilibrio, tanto en el plano físico como mental, por ello la nutrición interviene en la nueva terapia holística.

Cuando hablamos de yoga nos referimos a una práctica milenaria que proviene del oriente, de la India, pero se convirtió en una gran disciplina en el occidente. Pero... ¿Para qué sirve? La palabra yoga significa unión en español, y tiene que ver con la unión del alma y el espíritu, es decir, entre la persona y Dios o Universo. El yoga permite la unión de estos dos aspectos y es el camino para llegar a la conexión entre ambos, por eso se lo usa en la religión hindú, en el budismo y en la meditación.

Asimismo, el yoga hace que nos conozcamos a nosotros mismos y que nos conectemos con el Ser en el que creamos.

Por último, dentro de la medicina holística también encontramos la homotoxicología, pero... ¿Alguien sabe de qué se trata? Sabemos que nuestro cuerpo absorbe y acumula toxinas, y cuando la cantidad de estas en el cuerpo superan la capacidad de eliminación, se producen las enfermedades.

Para ello está la homotoxicología, que se usa naturalmente para suprimir los síntomas de la enfermedad y para eliminar las toxinas mediante el aumento de la función de sistema inmunológico.

Para finalizar este encuentro, vamos a citar una frase de Edward Bach. "La acción de estos remedios se basa en elevar nuestras vibraciones, hacernos conocer los canales de recepción de nuestros Yo, colmar nuestras naturalezas con las virtudes que necesitamos, y hacer desaparecer de nosotros el efecto que nos está perjudicando. Los remedios curan, no atacando la enfermedad, sino colmando nuestros cuerpos con las hermosas vibraciones de nuestra Naturaleza Superior, en presencia de la cual la enfermedad se funde como la nieve bajo el sol".