



**INSTITUTO DE TERAPEUTAS FLORALES**

Dirección General: Bárbara Espeche

Enseñanza Privada - Resolución Ministerial I.G.J 128/90

# Flores de Bach



Unidad 1 - Módulo Inicial

---

## La Terapia Floral

En esta «Nueva Era» que comenzamos a transitar, la **Terapia Floral** (TF) ocupa un lugar importante dentro del universo de las disciplinas consideradas como «Medicinas Alternativas y/o Complementarias». Representa un interesante compendio teórico sobre la experiencia entre la salud y la enfermedad, cuyas características clínicas hacen de éste método un sistema de sanación sobresaliente y un proceso de autoconocimiento maravilloso para experimentar como filosofía de vida.

Este sistema de tratamiento surge en los años 30 de la mano del **Dr. Edward Bach** (1886-1936), un médico, homeópata, cirujano, inmunólogo y patólogo inglés que implementa el uso de remedios florales por él creados (las Flores de Bach) para el tratamiento de los enfermos a partir de su estado emocional y mental.

La efectividad, sencillez y amplio uso del **Sistema de Flores de Bach** en los últimos 70 años (sumado a la aparición más reciente de nuevos sistemas de esencias florales), ha convertido a la TF en una práctica terapéutica muy útil: pues sigue brindando múltiples beneficios en la tarea de aliviar el sufrimiento, sanar la enfermedad y promover una mejor calidad de vida.

En términos generales, la **Terapia Floral** se puede definir como *una modalidad de tratamiento holístico, sustancialmente natural, con principios prácticos sencillos y de concepción humanista, cuya aplicación práctica está orientada principalmente hacia las manifestaciones psicoemocionales de la persona y su efecto sobre la salud, relacionados con la armonía existente entre aspectos individuales esenciales y aspectos caracterológicos de la personalidad.*

La TF es una de las posibles formas o modos para accionar sobre la enfermedad y el sufrimiento humano, buscando prioritariamente aumentar el bienestar y la felicidad, por lo que se intenta brindar salud y mejorar la calidad de vida.

«Sustancialmente natural» porque para los tratamientos se dispone de los **remedios florales**, elaborados a partir de elementos extraídos enteramente de la naturaleza cuyas propiedades bioenergéticas han sido exaltadas mediante una metodología especial de preparación, que más adelante será explicada.

Sus sencillos principios prácticos se basan en conceptos simples y de utilidad práctica –tanto en lo terapéutico como en la vida diaria– que intuitivamente pueden ser vivenciados y comprobados con la experiencia, o mediante observación atenta.

La concepción holística es una manera de ver las cosas, una cosmovisión; en este caso, el hombre y su mundo son entendidos de forma integrada, conformando una unidad. Por ejemplo, desde esta visión, no hay «cuerpo» y «mente» como entidades separadas; lo "holístico" establece un *continuum* entre las partes física, psicoemocional, mental, espiritual, etc., cuya estrecha relación las hace funcionalmente unitarias, por lo que una no tiene sentido sin las otras. Esta es una de las bases de la medicina psicosomática surgida hace algunas décadas.

Si bien el enfoque holístico hace que «todo» deba ser tenido en consideración, la TF accede a esa totalidad centrando la atención en las manifestaciones psico-emocionales y físicas de la persona; porque el Terapeuta Floral hace uso significativo de ellas para el diagnóstico, permitiendo así identificar los remedios florales necesarios que prescribirá para el tratamiento. Dentro de esta revalorización de la dimensión psicoanímica, se entiende que los desequilibrios en este campo son fuente de infelicidad y malestar, poniendo en evidencia el conflicto profundo que dispara la posible expresión de alteraciones en el plano físico.

La TF se basa en un trabajo profundo que ahonda lo anímico pero opera en varios niveles, llegando a diferentes dimensiones de la persona tratada. Durante este trabajo, la orientación-guía que ofrece el terapeuta al consultante, está apoyada por la prescripción selectiva de esencias florales, importantes tanto para reestablecer su equilibrio emocional, como para que logre más conciencia sobre sus fenómenos internos/externos y vuelva a reconocerse a sí mismo.

La terapéutica floral es un sistema integrado, cuya identidad única está sostenida esquemáticamente en la interrelación y concurrencia de tres componentes complementarios:

- 1) Las **esencias florales** como instrumento natural de sanación que funciona sutilmente desde un nivel bioenergético;
- 2) Los **fundamentos filosóficos** planteados por el Dr. Bach sobre una renovada teoría aplicable a la salud-enfermedad como una "filosofía de vida";
- 3) La **función psicoterapéutica** que opera durante la relación terapeuta-consultante en el proceso de contención y visión, concientización y autoconocimiento, revalorización, etc.

Estos tres componentes fundamentales son los que sostienen y hacen a la anatomía de la terapéutica floral. Análogos a las tres patas de una mesa, donde si falta alguna, la mesa no tiene sustento; la ausencia de alguno de estos tres elementos fundacionales desvirtúa o desdibuja la esencia de la TF, pues pierde tanto su forma como su función.

Es evidente que no haya TF sin esencias florales; y carecería de sentido sin una filosofía que sirva de base conceptual, guía pragmática y meta a seguir; y ciertamente, deja de existir una TF objetiva sin la observación y orientación especial que pueda brindar un buen Terapeuta Floral, la persona preparada para conducir idóneamente un tratamiento con esencias florales.



De la misma forma, tanto en la auténtica curación como en el desarrollo espiritual, debemos buscar siempre lo bueno para librarnos de lo malo, el amor para vencer al odio y la luz para dispersar las tinieblas [...] La curación, siendo por sobre todas las cosas y leyes materialistas, divina en su origen, no está ligada a ninguna de nuestras convenciones o normas comunes. Para comprender esto, debemos elevar nuestros ideales, nuestros pensamientos y nuestras aspiraciones [...]

Edward Bach:  
*Uds provocan su propio sufrimiento*, Inglaterra, 1931.

## Los Objetivos del Tratamiento floral

El enfoque terapéutico creado por el Dr. Bach tiene la triple condición de ser holístico, clínico y analítico.

**Holístico** (del griego *holós*: "totalidad") porque esta estructura terapéutica responde a una concepción integral del hombre (cuerpo-mente-alma-espíritu) y su relación con el universo, como consecuencia de una visión de totalidad interrelacionada o de sistema unificado. Sobre este aspecto recuérdese la quinta verdad fundamental: *la unidad de todas las cosas*.

**Analítico** (del griego *análisis*: "disolución", "separación") porque permite, el conocimiento de las diferentes instancias de la persona, establecer relaciones entre ellas. Porque se toma, dentro de la unidad, cada parte de esa estructura única para poder ser conocida y relacionada.

**Clínico** porque de todos los elementos anteriores, brinda enfoques e instrumentos de trabajo orientados a cumplir con ciertos objetivos durante el tratamiento floral.

El terapeuta floral puede proponer múltiples objetivos orientados a obtener ciertos resultados por parte del consultante (logros terapéuticos), algunos más factibles de alcanzar que otros. Pero hay que destacar en la tarea terapéutica, la necesidad de priorizar la búsqueda de ciertas situaciones primarias a resolver durante el tratamiento.

Los principales objetivos a cumplir en el contexto de la terapia floral, son cinco:

### 1) aliviar el dolor y calmar el sufrimiento (reconfortar)

Calmar el dolor y el sufrimiento es primordial en todo tratamiento floral desde su comienzo. Sin embargo, nunca se debe perder de vista que cada persona que sufre debe comprender por sí misma el sentido de su dolor y por qué lo padece. Ese sufrimiento, dolor o penuria debiera transformarlo en una experiencia útil, para lo cual se tiene que cumplir con la necesidad de significado (lo que no tiene significado, no tiene razón de ser).

Igualmente se debe tener en cuenta durante el tratamiento, que el consultante podrá acceder más fácilmente a este nivel de comprensión desde "afuera" de ese estado, una vez que logre disminuir los síntomas agudos que lo aquejan y que consumen su atención y nublan su perspectiva en ese momento presente.

Sentimientos como la angustia, miedo, confusión o pena profunda, y otros estados psicofísicos (dolor, incomodidad, nerviosismo, etc.), perturban la conciencia de manera tal que se vuelven presentes prioritariamente y no permiten ahondar -por lo menos provisoriamente- sobre el verdadero origen de tales manifestaciones, ni observar claramente como se vinculan, proceden o responden ante las adversidades, conflictos, contrariedades y pérdidas reales o simbólicas.

### 2) llevar a la toma de conciencia (concientizar y aprender)

Concientizar se refiere al proceso de clarificación y ampliación de la misma conciencia. Significa comprender que la terapia floral no es una técnica de curación que tiende a suprimir, sino que ayuda al consultante en la comprensión del significado de la lección a aprender a partir de su enfermedad.

La concientización trae como resultado un mejor entendimiento de la situación presente, de su contexto histórico, de la suma de causas y efectos; supone dimensionar y poner en perspectiva la idea de que aquello que hoy sucede será consecuencia en su devenir, aunque existan interferencias externas; éstas nunca son casuales sino que constituyen "obstáculos maestros".

Esta tarea implica no sólo un registro intelectual de "darse cuenta", sino una vivencia que acompaña la elaboración del proceso.

### 3) ejercitar la reflexión y la introvisión (auto-observarse y reflexionar)

Implica volver sobre nuestros pasos con otra actitud, revisando, corrigiendo a través de un «observador interno» nuevo, descubriendo que una doble visión integrada de lo interno y externo permite contar con recursos y estrategias que siempre estuvieron disponibles, pero que antes no se percibían.

### 4) buscar la resignificación (redimensionar y transmutar)

La resignificación de la experiencia de enfermedad es el logro al que el consultante llega después de hacer un recorrido y un reconocimiento de sus acciones y conductas erróneas y asertivas.

«Resignificar» es una palabra compuesta de origen latino (de *signare*: "marcar", "firmar", "nombrar" + *facere*: "hacer") y tiene que ver con el acto de «volver a inscribirse», esto es, hacer para devolver el significado. La resignificación es volver a escribir la propia historia pero desde una renovada comprensión de quiénes somos, habiendo hecho un secuencia histórica personal, que nos da la posibilidad de aquilatar experiencia del pasado, para volver a parimos, a renacer con otro nivel de conciencia y madurez emocional.

### 5) Ejercer la prevención (prevenir y preparar)

(del latín *pre + venire*: "antes de que venga") Precisamente, ejercitar la prevención constituye uno de los objetivos más importantes de la terapia floral, ya que todas las esencias ayudan a revisar y modificar una conducta nociva antes de que se consolide como una actitud permanente o se exprese en el cuerpo, convirtiéndose luego en una enfermedad psicosomática.

No importa la edad del consultante; lo valioso es la predisposición a comprender su conducta, mejorar y cambiar. Siempre hay una oportunidad. Incluso aquello que le sucede a uno es «siempre oportuno» (recordar: no hay nada de accidental en la enfermedad), aunque por el momento no precisaba o crea que lo es.

Las adversidades, contratiempos, postergaciones y pesares pueden parecer piedras en el camino, pero depende de uno transformarlas en escalones para ascender, crecer y trascender.

# Flores de Bach



\*Imágenes cedidas por Esencias Florales *Galesencias*

## Los siete grupos emocionales

El Dr. Bach, una vez que descubre todos sus remedios florales, los ordena en siete grupos emocionales, no al azar, sino con un sentido valioso.

Elige primero el grupo de los miedos, ya que hasta que no disminuyen como síntoma, obstruyen el camino a seguir. El miedo es el peor enemigo interno y externo.

Luego continua con el segundo grupo, remedios para la incertidumbre, una vez que liberamos algo de nuestros miedos, aparece la incertidumbre, las dudas de cómo hacer las cosas, ello también nos va boicoteando.

Con el tercer grupo de la falta de interés en el presente, nos muestra que si no avanzamos con los dos anteriores, utilizamos conductas evitativas que nos llevan a postergar.

El cuarto grupo, de la soledad, nos muestra que por diferentes razones nos podemos aislar, justificando con distintos modos de distanciarnos y no comprometernos.

El quinto grupo de hipersensibles e influenciables, es también otro estado donde permitimos no hacer por diversas creencias y circunstancias del entorno.

Con el sexto grupo, el boicot es mayor, porque se refiere a estados crónicos y de mucho sufrimiento que nos dejan agobiados por el dolor y los problemas.

El séptimo grupo, se refiere al encuentro con nuestros límites y a un estado de indefensión, pero si sabemos aquilatar positivamente nuestra relación de determinación y conocimiento del buen uso de la autoridad, estaríamos alcanzando un escalón más arriba de conocimiento y crecimiento de vida.

Son tantas las vicisitudes que debemos sobrellevar a lo largo de nuestra vida, ésta es como un día de colegio como dice E. Bach y se nos presentará en distintas situaciones hasta el último de nuestros días, he iremos superándolas, paso a paso, escalón por escalón, aprendiendo a ser versiones mejoradas de nosotros mismos.

Este será el orden en que se irán desarrollando las Flores de Bach en las Unidades de estudio:



grupo II  
remedios para quienes sufren de incertidumbre



Cerato      Scleranthus      Gentian      Gorse      Hornbeam      Wild Oat

grupo III  
remedios para la falta de interés en el presente



Clematis      Honeysuckle      Wild Rose      Olive  
White Chestnut      Mustard      Chestnut Bud

grupo IV  
remedios para la soledad



Water Violet      Impatiens      Heather



grupo V  
remedios para hipersensibles e influenciables

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
|  |  |  |  |
| Agrimony  | Centauray   | Walnut   | Holly   |

grupo VI  
remedios para el desaliento y la desesperación

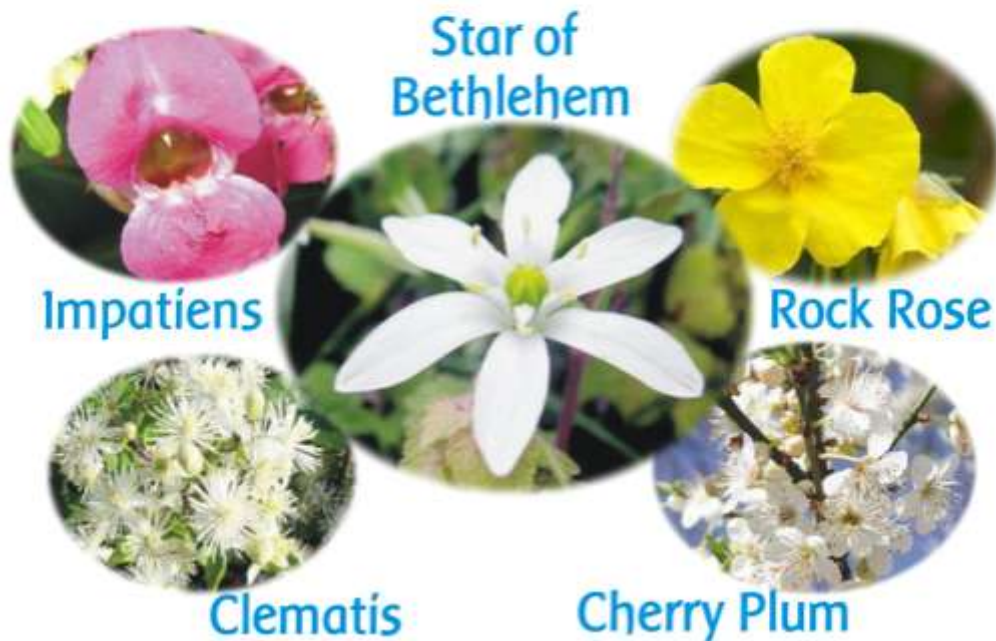
|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|   |   |   |   |
| Larch  | Pine   | Elm   | Sweet Chestnut   |
|  |  |  |  |
| Star of Bethlehem  | Willow   | Oak   | Crab Apple   |

grupo VII  
remedios para quienes se preocupan excesivamente por los demás

|   |   |   |  |   |
|---|---|---|--|---|
|  |  |  |  |  |
| Chicory   | Vervain   | Vine  | Beech  | Rock Water  |

# Rescue Remedy

Remedio de Rescate   First Aids   Remedio de Emergencia   Remedio de Auxilio



El **Rescue Remedy**, es una fórmula ideada por el Dr. Bach, para ser utilizada en situaciones de emergencia y no habitualmente. En situaciones transitorias y pasajeras. Donde hay situaciones de extrema angustia, miedo, temor, estrés, crisis físicas y/o emocionales agudas.

El Rescue Remedy proporciona equilibrio, contención y progresivamente favorece la disminución de los síntomas.

Las situaciones en las cuales puede utilizarse son, por ejemplo: la recepción de una mala noticia inesperada, un susto, un accidente, la muerte de un ser querido, en caso de temor ante un examen o durante un ataque de estrés. En caso de desmayos.

Además, se lo puede aplicar a las mujeres embarazadas antes, durante y después del parto.

Los niños pequeños pueden tomarlo para calmar sus enojos repentinos, cuando temen visitar al dentista o cuando van a aplicarse vacunas.

En las mascotas en casos de viajes, miedos a ruidos como los fuegos artificiales en las fiestas, etc.

La Fórmula está compuesta por 5 Remedios:

- **Clematis:** aliviará la sensación de mareo o desvanecimiento que aparece en las situaciones de shock.

- **Impatiens:** frena la agitación, la sensación de querer salir corriendo de la situación, brinda tranquilidad y armonía.
- **Star of Behlehem:** es la esencia más importante en estas situaciones ya que ayuda a prevenir los posibles traumas.
- **Rock Rose:** actúa apaciguando la angustia, ansiedad y terror que siente la persona en estado de shock.
- **Cherry Plum:** provee autocontrol para no caer preso del pánico o de la histeria.

A continuación les acercamos un extracto de "Bach Flower Formulas" de la Dra. Jessica Bear

Trabajo inédito, publicado por Balancing Essentials Press. U.S.A. en 1989. Y Traducido por la Lic. Alicia Pesado, para el INSTITUTO DE TERAPEUTAS FLORALES, Buenos Aires – Argentina – 1990.

### *Rescue Remedy*

*El Dr. Bach obtuvo gran reconocimiento por la formulación del Rescue Remedy.*

*La razón de esta notoriedad se debe, principalmente, a la sencillez de su aplicación: no se necesita comprender ni combinar nada para obtener resultados satisfactorios notables, instantáneos y, a veces, casi increíbles.*

*Rescue Remedy cubre un amplio espectro de usos: para determinados dolores de cabeza, quemaduras, picaduras de insectos, heridas y lesiones de toda clase y para niños asustados. Rescue elimina todo el estrés de toda situación de tensión. Su uso abarca desde curar plantas y animales y así, abarcativa y permanentemente; para tomar Rescue "nunca pasa la edad para que deje de ser necesario". Con Rescue no hay nada complicado que pensar; solamente tome Rescue.*

*Rescue no es una Esencia Floral en sí; es una combinación de cinco de los treinta y ocho remedios. Una vez que estos cinco Remedios están combinados, entonces, Rescue es una esencia en sí misma. Ahora es, individualmente, diferente de cada una de sus partes.*

*Por ejemplo: el hidrógeno es un elemento en sí mismo. Sin embargo, cuando se combina con oxígeno, se forma el agua. El agua es, entonces, un elemento en sí mismo y ahora es diferente de los elementos particulares.*

*Bach descubrió el poder de la combinación de las esencias cuando creó el Rescue Remedy. Bach formuló el Rescue Remedy exactamente cuando hubo un naufragio cerca de su casa. Él pensó que esa sería una magnífica oportunidad y momento para poner a prueba el Remedio. Los pescadores que llegaron a la costa estaban todos inconscientes en la playa. Bach puso Rescue Remedy sobre sus labios e inmediatamente los pescadores recuperaron la conciencia y estuvieron mucho mejor. Esta fue para Bach la confirmación de que él había combinado correctamente los Remedios.*



Para seguir leyendo . . .



## “El Símbolismo Floral”

---

### Próxima Unidad

Grupo I: “Remedios para quienes sienten temor”: Rock Rose – Mimulus – Cherry Plum – Aspen – Red Chestnut

Grupo II: “Remedios para quienes sufren de incertidumbre”: Cerato – Scleranthus – Gentian – Gorse – Hornbeam – Wild Oat

Descripción de cada una de las Flores que componen cada Grupo:  
 Signatura, Clínica, Descripción, Relación Arquetípica, Palabra Clave, Lección, Misión y Miedo básico.

Para Seguir leyendo:

“Descubrimiento de Mimulus”

“Miedos, fobias, pánico y TOC” por: Bárbara Espeche.

“Rock Rose: cuando el miedo nos desborda”

“Gorse: para la desesperanza”

“Wild Oat: la brújula interior”

Ejercicio de Auto-evaluación.

## El simbolismo floral

En la Edad Media las plantas adquirieron mucha importancia por su simbología. Es decir, se estableció, tanto en liturgia como en lo secular, un lenguaje florístico, en el que cada color o cada flor poseía un significado concreto.

Ese léxico floral fue creado en Oriente y pasó a Occidente a través de los escritores árabes. El lenguaje de las flores llegó a ser muy importante en el imperio turco, pues dio nombre a un modo de vida y a una época del siglo XVIII bajo el reinado de Ahmed II, la llamada Época de los Tulípanes. Los poetas festejaban a sus efebos y odaliscas con pétalos de tulipán, con los cuales comparaban. También con tulípanes se decoraron las mezquitas, los tejidos, los brocales de los pozos, las puertas y paredes, etc.



Y por supuesto, no podía faltar así la "fiesta de los tulípanes", vistoso espectáculo que se celebraba en los jardines de Topkapi. Una de las atracciones de estas fiestas era la observación de multitud de pequeñas tortugas que, con una vela encendida sobre su caparazón, caminaban parsimoniosa y libremente por los senderos y rincones de los jardines, dando la impresión de un incendio floral. Rebelados los combativos jenizaros, en 1730 acabaron con ese deleitoso y decadente modo de vivir.

Más tarde los poetas románticos se hicieron eco del lenguaje floral, expresando a través de las formas y colores de las flores las diversas manifestaciones del sentimiento humano. Así, por ejemplo, la amapola simboliza un amor impaciente, la anémona azul, la sinceridad y la confianza; la azucena, la pureza; el clavel rojo, la fogosidad y el amarillo, el desprecio; la dalia, el agradecimiento y si es amarilla, la alegría de amar; la flor del cerezo representa la distinción; la flor de loto, la fe; el geranio, el capricho. El gladiolo simboliza el secreto, por eso un gladiolo colocado en el centro de un ramo indica, por el número de flores que le rodean, la hora de una cita oculta; el jazmín expresa el desengaño amoroso; la lila, la amistad; el lirio, la pureza de sentimientos y la integridad; la margarita la inocencia; la mimosa, el amor secreto; el narciso, el amor no correspondido; la rosa, si es roja, representa la pasión amorosa, si es de color te significa galantería y la de color rosado es un juramento de amor.

Extractado de "El lenguaje de las Flores", de Antonio Manzanares y Daniel Bonet,  
publicado en la Revista "Integral" nº 77, Vol.8



# INSTITUTO DE TERAPEUTAS FLORALES

Dirección General: Bárbara Espeche

---

## Curso de Flores de Bach

### Ejercicio de auto-evaluación – Unidad I

Nombre y Apellido:.....

Fecha:.....

---

1. Describa brevemente el concepto de Enfermedad del Dr. Bach
2. Indique cuales son los objetivos de un Tratamiento Floral.
3. De acuerdo a la Filosofía del Dr. Bach, indique las Verdades Fundamentales, elija dos de ellas y descríbalas brevemente.
4. Explique sintéticamente el método de elaboración de las Esencias Florales según el Dr. Bach.
5. Indique las formas estándares de dosificación y prescripción de las Flores de Bach.
6. Mencione algún de los usos o aplicaciones que pueden utilizarse además de la vía oral.
7. Indique en que tipo de situaciones se usa el Rescue Remedy o Remedio de Rescate y dé dos ejemplos de su aplicación.
8. Describa brevemente el concepto de Bach Los 12 Curadores, los 7 ayudantes y los 19 remedios complementarios.