



Societat per a l'Estudi i la Difusió de la Teràpia del Dr. Bach de Catalunya

## La “propuesta” psicoterapéutica de Edward Bach

“Ha pasado el período inicial de optimismo injustificado, caracterizado por la creencia de que las sustancias farmacológicas curarían todas las enfermedades mentales [...] La necesidad de más terapeutas en nuestra sociedad es grande, y la conciencia y economía de utilizar enfermeras y asistentes de hospital, así como padres, profesores y otras personas auxiliares no puede pasarse por alto”<sup>1</sup>

Por Boris C. Rodríguez<sup>2</sup>

Por mucho que hojeemos los escritos de Bach nunca dejarán de asombrarnos, pues tienen la increíble sencillez de las verdades profundas, unido a múltiples niveles de lectura. Esto implica que, aunque existe en ellos una idea central clara, aportan variados e interesantes puntos de reflexión, en dependencia de la persona que los esté leyendo.

Sin embargo, reconocer la riqueza de dicha obra contrasta en gran medida con el uso tremendamente ecléctico que se hace de la misma, por parte de numerosos profesionales. En ocasiones, separada de su filosofía, se convierte solamente en un abanico prescriptivo de treinta y ocho esencias florales, por citar el caso más extremo y alopaticante. Ante este contexto valdría la pena hacerse la siguiente pregunta: ¿Acaso esta propuesta de salud no cuenta con recursos internos suficientes para funcionar de forma autónoma?

Aunque por determinadas razones Bach decidiera “descartar toda convención, toda regla, toda regulación”,<sup>3</sup> su legado es de tal magnitud que trasciende cualquier reserva que haya podido tener este autor respecto a la sistematización del mismo. Por ello, se hace necesario rescatar todos los elementos que puedan contribuir a la consolidación de la terapia floral como una ciencia clínica.<sup>4</sup> En esta ocasión, se pretende dirigir la atención del lector

---

<sup>1</sup> Theodore Millon y Roger Davis en *Trastornos de la Personalidad: Más allá del DSM-IV*. Masson, Barcelona, 1999. Págs. 204 y 208

<sup>2</sup> Para contactar con el autor: [borisrod@gmail.com](mailto:borisrod@gmail.com)

<sup>3</sup> en *Edward Bach: Obras Completas*. Ibis. Barcelona, 1993. Pág. 41

<sup>4</sup> Aunque este trabajo tiene un futuro promisorio, aun queda mucho por hacer, sobre todo en el nivel de las *teorías explícitas* y en el de la *nosología formal*. En este sentido habría que contextualizar de forma explícita los rudimentos legado por el autor, para que sean consistentes con su objeto de estudio y el de las restantes ciencias afines. También hace mucha falta la creación y validación de instrumentos diagnósticos coordinados con dicha teoría (el *Inventario Multidimensional de Esencias Florales*, propuesto por los autores de este texto, constituye un modesto paso en esta dirección). Por último, el desarrollo de una intervención planificada es el objeto de esta ponencia.

hacia aquellas formulaciones que nos permiten construir un esquema psicoterapéutico.

Resulta un hecho innegable que sus inquietudes como investigador llevaron a Bach a introducirse en el campo de la psicología, pero no al modo de un psicólogo convencional. Hizo este acercamiento como un médico que busca la relación entre la forma de ser y el manejo de los estados emocionales en los conflictos de la vida cotidiana, con la salud física del ser humano. Quizás fuera por ello que no se implicó demasiado con las corrientes de su época.<sup>5</sup>

El terapeuta floral está obligado a convertirse en un terapeuta de la personalidad, si entiende que la “enfermedad en el cuerpo físico es el resultado de la resistencia de la personalidad a la guía del alma”.<sup>6</sup> De esto se desprende que si la personalidad es la que entra en conflicto con el alma generando la desarmonía, debe ser ella nuestra principal área de estudio e intervención.<sup>7</sup>

De lo anteriormente expuesto podría concluirse que la terapia floral va más allá de la mera prescripción de las esencias. Debe estructurarse y comprenderse como un esquema de tratamiento y psicoterapia física<sup>8</sup> y psíquica.

Para hablar de una psicoterapia floral se deben responder dos preguntas básicas: ¿Existe algún esquema psicoterapéutico, dentro de la ciencia psicológica, que tenga puntos de coincidencia con los postulados de Bach? ¿Cuáles son los objetivos estratégicos y las modalidades tácticas que debe plantearse un psicoterapeuta floral en sus intervenciones? Propongo que comencemos respondiéndolas de a una.

¿Existe un esquema psicoterapéutico con puntos afines a los postulados de Bach?

En alguna ocasión leí en un texto de Borges que cada autor crea a sus precursores. Lo que alcanzo a interpretar de la frase, es que cuando alguien crea algo nuevo, buscamos enseguida a otros autores precedentes que puedan haber dicho algo similar y les llamamos “precursores”. Si se revisa

---

<sup>5</sup> No puede decirse que los contemporáneos de Bach dedicados al estudio de la personalidad estuvieron desprovistos de buenos argumentos. Por un lado estaban los teóricos del psicoanálisis (Freud, Abraham y Reich) y sus “disidentes” (Adler y Jung). Por otro lado se contaba con los estudios de la psiquiatría descriptiva (Kraepelin y Schneider), que aportaba interesantes correlaciones entre la personalidad y las alteraciones psicopatológicas. Por último, podemos citar el trabajo de los *constitucionalistas* (Kretschmer, Sjobring y Tramer), quienes sistematizaron caracterizaciones que relacionaban la tipología física con el estilo de personalidad y la psicopatología.

<sup>6</sup> Edward Bach, obra citada, pág. 107

<sup>7</sup> Este enfoque no excluye asimilar los aspectos reencarnacionistas de los postulados de Bach, ni su visión de la vida como “un día de colegio”. Sin embargo hay que tener en cuenta que no es el alma la que se equivoca y resiste, sino su máscara temporal (la personalidad). ¿De qué nos sirve saber quiénes fuimos en vidas pasadas si con ello seguimos sin entender la lección que debemos aprender en esta? Al igual que creo en la reencarnación, asumo también que, por alguna razón, el alma bloquea toda información concerniente a las vidas pasadas.

<sup>8</sup> Este nivel puede tener como complemento las aplicaciones locales de las esencias florales propuestas en las obras de Ricardo Orozco y Dietmar Krämer respectivamente.

cuidadosamente la obra de Bach observaremos que este ha sido “creado” por numerosos autores de gran relevancia para la medicina y la psicología.

Los postulados de Bach encuentran su lugar en el marco conceptual de las denominadas terapias de la autoimagen (Millon y Davis, 1999) y este es un término que puede aplicarse no sólo a sus postulados básicos. Cuando escribió sus caracterizaciones florales lo hizo para que cada cual pudiera reconocerse a sí mismo en ellas. También podrá apreciarse como estos postulados entroncan con cada una de las corrientes representativas de esta terapia.

Es curioso que los precursores de dichas terapias fueran dos contemporáneos de Bach: Carl G. Jung y Otto Rank. Jung habló de un “instinto vital en las personas que buscan la autorrealización.”<sup>9</sup> Otto Rank, por su parte, habló de un impulso hacia el autocumplimiento y que liberar dicho impulso debe convertirse en el objeto fundamental de la terapia. Plantea que el paciente debe ser su propio terapeuta y que el terapeuta mismo, un mero catalizador de este deseo de crecimiento.<sup>10</sup>

Sin embargo, no podemos hablar de una terapia de la autoimagen propiamente dicha hasta la aparición de la terapia “centrada en el cliente”, propuesta por Carl Roger. Fue el primer exponente de lo que podríamos llamar una psicoterapia cuántica. En ésta el terapeuta se suma al proceso como un elemento de cambio tan efectivo como los recursos que posee, destruyendo todas las barreras mecanicistas a favor de una posición “aséptica” y directiva del mismo.

Roger sitúa como elemento de cambio fundamental, además de los recursos tácticos, la calidad y el carácter de la relación terapéutica. El cambio del paciente va a estar sustentado sobre tres elementos básicos:<sup>11</sup>

- a) autenticidad del terapeuta: la capacidad que tiene éste de expresar sus puntos de vista o sentimientos sin presiones o bajo el manto de la autoridad.
- b) visión positiva: no importa lo desadaptativos que sean los comportamientos del paciente, éste debe ser tratado como un ser digno.
- c) comprensión empática cuidadosa: lograr sensibilizarse con el mundo subjetivo del paciente y la capacidad para hacérselo ver.

En este encuadre el terapeuta funciona de forma análoga a la referida por Rank, con la especificidad de que es capaz de reflejar, sin interpretar, los sentimientos y pensamientos del paciente.

---

<sup>9</sup> Quien quiera conocer más puntos de contacto entre estos dos autores, puede remitirse a la obra de Eduardo Grecco y Bárbara Espeche: *Jung y Flores de Bach*.

<sup>10</sup> Al respecto expresaba Bach: “Para encontrar la hierba que nos puede ayudar, debemos encontrar primero el objeto de nuestra vida, al que tendemos, y también comprender las dificultades en nuestro camino”. En *Obras Completas*, Barcelona, Ibis: Pág. 117

<sup>11</sup> Aquellos que revisen el texto de Mechthild Scheffer *Terapia Original de las Flores de Bach* (Paidós, Barcelona), podrán apreciar estas tendencias en lo que ella denominó “Principios generales de la conversación con los pacientes”. Pág. 109

*Libérense Ustedes Mismos*,<sup>12</sup> es desde el mismo título consistente con este esquema de autorrealización propuesto por los autores anteriormente reseñados. En ella apunta Bach que todo “lo que tenemos que hacer es preservar nuestra personalidad, vivir nuestra propia vida, ser el capitán de nuestro propio barco”, o “dejemos que algo en la vida nos atraiga y hagámoslo”.

Otro enfoque de la autoimagen es aquel que utiliza las situaciones difíciles y extremadamente dolorosas como una manera de que aprendan a utilizarlas para verse a sí mismos y descubrir sus propósitos vitales. Aquellos que realizan estas terapias aprenderán a no huir, sino a confrontar y aceptar estas situaciones para elevarse sobre ellas. Los principales exponentes de esta tendencia son Víctor Frankl (logoterapia), Rollo May, Ludwig Binswangen y Medard Boss (análisis existencial).

Estas terapias existenciales son de cierta manera manejadas en *Libérense Ustedes Mismos*. A las personas que pasan por estos períodos difíciles “si podemos ayudarles a superar su desesperación y encontrar algo o alguien por quién vivir, se curan de forma permanente”.

En este contexto despejar las dudas y sobre todo el miedo es un recurso sumamente importante: “Si logramos explicarles qué es el miedo, mostrarles que son lo suficientemente fuertes como para poder superar y enfrentar las cosas, ya nada les asustará más”.

Para cerrar todas estas ideas, queda referido en el mismo texto: “En la vida siempre hay interferencias [...] son necesarias para que podamos aprender a resistirlas [...] Cuantos más obstáculos en nuestro camino, tanto más seguros podemos estar del valor de nuestra tarea”.

Por último, otros recursos del enfoque de la autoimagen terminan de redondear las ideas de Bach en un esquema psicoterapéutico. Estamos hablando de la *terapia de la realidad* (Glasser) y de la *terapia de la integridad* (Mower). En ambas propuestas se busca el reconocimiento de la responsabilidad personal en el propio infortunio.

La angustia que sufren los pacientes está condicionada por la renuncia a aceptar su propia responsabilidad. En este contexto, el terapeuta no deberá aceptar racionalizaciones de ningún tipo que busquen un “chivo expiatorio” externo.

También en *Libérense Ustedes Mismos* se maneja esta idea: “nuestros fallos no están en nuestras estrellas, sino en nosotros mismos [...] sólo cuando permitimos que la duda y la depresión, la indecisión y el miedo se arrastren a nuestro interior es que causan una influencia exterior”.

El concepto de la propia responsabilidad en la causa de los problemas que experimentan las personas, trasciende en la obra de Bach el plano psíquico e

---

<sup>12</sup> En *Obras Completas*.

incluye a las enfermedades físicas. Su trabajo más contundente en este sentido lo constituye un discurso que pronunció en Southport en febrero de 1931, que resalta esta idea desde su título mismo: *Somos los Culpables de Nuestros Sufrimientos*<sup>13</sup>.

Como ya hemos visto, existen los elementos necesarios para movernos con las ideas de Bach como recursos de nuestra psicoterapia. Ello no quiere decir que tengamos que formarnos en estas escuelas para poder llevar a cabo el tratamiento floral, simplemente nos sirven como referentes de nuestra praxis.

¿Qué objetivos estratégicos y modalidades tácticas debe plantearse un terapeuta floral?

Antes de comenzar hay que dejar bien claro la diferenciación entre ambos conceptos. La estrategia es el plan global de acción que nos explica el objetivo final de la intervención, o sea, por qué actuamos y hacia dónde nos dirigimos. La táctica, por su parte, es el diseño de cómo nos vamos a conducir en las sesiones concretas.

Según Bach, el objetivo de toda terapia consiste en despertar esencialmente siete cualidades en el paciente: paz, esperanza, alegría, fe, certeza, sabiduría y amor. Deben buscarse los errores del paciente que, “luego de ser diagnosticados, le serán señalados”. En este sentido el objetivo general de los remedios florales es el de “elevar nuestras vibraciones y abrir nuestros canales[...] hacer aflorar nuestra naturaleza con la particular virtud que necesitamos[...] elevar nuestra naturaleza y acercarnos a nuestra alma[...] estos remedios deben cambiar la actitud del paciente hacia la enfermedad y la salud”.<sup>14</sup>

Edward Bach plantea la existencia de dos tendencias que generan la disarmonía de la personalidad.<sup>15</sup> Dichas tendencias pueden ser agrupadas en una polaridad: dominancia-sumisión. El desequilibrio hacia uno de los dos extremos es la causa de la enfermedad.

Este desequilibrio de la polaridad va a depender de la aparición de determinados “defectos” que desarrollan las personas a lo largo de su historia vital. Podemos definir estos defectos como unidireccionales o bidireccionales. En los primeros la persona siempre se dirige hacia un solo lado, mientras que en los segundos pueden tomar cualquiera de las dos direcciones.

---

<sup>13</sup> En *Obras Completas*

<sup>14</sup> En *Obras Completas*, pág. 131

<sup>15</sup> Este término, como polaridad, está propuesto en las obras de Timothy Leary, Donald Kiesler y Jerry S. Wiggins. En el caso de los dos primeros, está presente como una de sus dimensiones principales. Wiggins, la configura sobre el eje dominancia (ambición-dominancia vs. conformismo-sumisión)

## Cuadro 1. Dirección de los defectos



Del cuadro anterior propongo que analicemos los dos defectos bidireccionales, que son los que pueden traer al lector mayor confusión. El *miedo* puede llevar a las personas a ceder (Mimulus), pero también a atacar (Vine). En la *indecisión*, más que un patrón claramente distintivo encontramos la alternancia errática de Scleranthus, con una estructura personalológica bastante endeble.

Sin embargo, para el diseño de las estrategias, movernos dentro de una polaridad tan reducida puede ser complicado, pues nos daría un encuadre de trabajo más limitado. A esto se suma que contamos con esquemas psicológicos más sofisticados para entender la génesis de los problemas de la personalidad.

Por ello tomaremos de la teoría evolutiva de Millon las tres polaridades sobre las que se desarrollan los problemas de la personalidad.<sup>16</sup> Estas son:

- dolor – placer: tipos de refuerzos que las personas aprenden a conseguir o a evitar, según la *naturaleza* del estímulo.
- sí mismo – otros: dónde intentan obtener los refuerzos, el *origen* de la búsqueda.
- acomodación – modificación: la actitud pasiva o activa que asumen para conseguir lo que buscan o evitar lo que les disgusta, los *comportamientos instrumentales*.

<sup>16</sup> Aunque existen varios textos de este autor donde se explica, se recomienda la lectura del capítulo "Desarrollo de la personalidad: origen, secuencia y evolución" (en: *Trastornos de la Personalidad...* obra citada)

En lo que ha denominado *terapia integradora de la personalidad*, Millon propone dos objetivos estratégicos bien definidos: (1) equilibrio de las polaridades y (2) contrarrestar las perpetuaciones.<sup>17</sup>

Equilibrio de las polaridades.

Las personas se van a inclinar hacia un lado de la polaridad, por ejemplo, un individuo Vervain tendrá como lados fuertes el *sí mismo* para la búsqueda de las recompensas o la evitación del dolor y ésta será llevada a cabo de forma *activa*. Cuando se funciona de forma desadaptativa la persona solo piensa en sí mismo y sus proyectos y no tendrá reparos en “arrastrar” a los demás hacia sus posiciones. Equilibrar las polaridades quiere decir, que debe centrarse más en el otro y reducir sus niveles de actividad.

El esquema propuesto por Millon es traducido a las tipologías de Bach, de modo que queda como sigue:<sup>18</sup>

Modificación de la polaridad dolor-placer

- + placer (WVI, MIM, GEN)
- - dolor (MIM, GEN)
- eliminar discordancia (PIN, VIN)

Equilibrio de la polaridad pasividad-actividad

- + pasividad – actividad (MIM, AGR, VER, VIN, WIL)
- - pasividad + actividad (WVI, GEN, CEN, BEE, PIN, OAK)

Alteración de la polaridad sí mismo-otros

- - otros + sí mismo (CEN, AGR)
- + otros – sí mismo (BEE, VER)
- eliminar ambivalencia (OAK, WIL)

Un análisis interpretativo del esquema anterior nos daría diferencias muy sutiles en el manejo de Mimulus y Gentian, de Vervain y Vine, o de Beech y Water Violet, por solo citar las más ilustrativas.

Tanto en Mimulus como en Gentian hay que aumentar el contacto con experiencias placenteras y enriquecedoras. La diferencia de enfoque radica en que, mientras en Mimulus habría que reducir la angustia anticipatoria y refrenar sus actitudes de evitación; en Gentian, por el contrario, habría que fomentar

---

<sup>17</sup> En la obra citada de Mechthild Scheffer se hace referencia a los objetivos terapéuticos de cada esencia en el acápito *esto puede salir ganando el paciente*. Comenta al respecto: “Esta expresión contiene el objetivo propio y más esencial de la terapia floral. Debe constituir el remate específico de cualquier conversación de consulta. Sin una motivación de este tipo, la enunciación de una evolución positiva, no se habría hecho, como Dios manda, una terapia floral. (Pág. 54)

<sup>18</sup> Solamente voy a hacer referencia a las tipologías florales que describen los patrones específicos de personalidad propuestos por este autor. La integración del resto de los perfiles deberá quedar para trabajos futuros de correlación o formulaciones teóricas. Tampoco haré referencia al elemento del esquema “reconstrucción de la estructura de la personalidad”, pues carezco de la experiencia personal adecuada o de estudios documentados que hablen de una efectividad real de las esencias florales en estos contextos.

posturas más activas que lo alejen del dolor, habría que “despertarlo” de su aletargamiento.

Para el caso de Vervain y Vine, ambos deben reducir su nivel de actividad y dominio. La diferencia es que Vervain debe hacerlo enfocándose más en las necesidades y puntos de vista de los otros y Vine debe invertir la discordancia dolor-placer, que lo lleva al “ataque preventivo” como la fuente para evitar el dolor, que le proporciona placer.

Por último, tanto Beech como Water Violet necesitan incrementar su roce social y salir del aislamiento. En el caso del primero debe hacerlo centrándose en los demás, mientras que el segundo sólo necesita conectarse con sentimientos y experiencias placenteras, que son la base de sus déficits sociales.

### Contrarrestar las perpetuaciones

En un lenguaje sencillo, contrarrestar las perpetuaciones quiere decir, prevenir la cronificación de hábitos y actitudes patológicas. Si establecemos una analogía con el plano físico, sería como lograr que un paciente alcohólico dejara la bebida antes que el daño en su hígado sea irreversible.

En este contexto, el terapeuta no sólo debe neutralizarlas sino que además, debe conseguir que estas tendencias no generen nuevas dificultades. Para ello Bach nos hace una interesante recomendación: *el defecto solo se erradica verdaderamente si se potencia la virtud que lo anula*, no debemos preocuparnos por trabajar con el desajuste ya que perderemos tiempo, solo se debe comenzar a llenar ese espacio con las cualidades positivas (¿qué mejor forma de enseñar a manejar la ira que aprendiendo a ser tolerantes?).<sup>19</sup>

Para una comprensión integradora de las estrategias, propongo que continuemos con los las tipologías reseñadas:

- Mimulus: habría que eliminar su angustiosa indiferencia social y las inferencias anticipatorias sobre el desprecio y la malicia ajenos. Se debe promover el valor, el coraje y la confianza.
- Gentian: en este caso hay que anular las ideas pesimistas, restablecer la autoestima y elevar el estado de ánimo. Promover la fe, la comprensión y el coraje.
- Vervain: reducir su “persuasión” invasiva y provocadora, estimular el respeto y aceptación genuina de los puntos de vista divergentes y cambiar su autoimagen del “justiciero”. Promover la tolerancia.
- Vine: modificar la autoimagen de dureza y vitalidad, identificar los elementos que provocan sus respuestas agresivas y lograr el control de las mismas. Promover la compasión.
- Beech: adquirir mayor responsabilidad y compromiso, anular los mecanismos de autoindulgencia y reducir su trato desconsiderado a los demás. Promover la tolerancia y el respeto a los demás.

---

<sup>19</sup> Orientarnos hacia el desarrollo de las virtudes, describe tácticas específicas, como se verá más adelante. A decir de Mechthild Scheffer, el paciente “no solo <<pierde>> un síntoma, sino que gana nuevas posibilidades de desarrollo” (Obra citada, pág. 19)

- Water Violet: prevenir el aislamiento y estimular el establecimiento de relaciones sociales profundas y enriquecedoras. Promover la alegría y el compromiso interpersonal.

Una vez que ha sido delineada, a grandes rasgos, la dirección de la terapia, llega el momento de plantearse cómo hacerlo. Ha llegado el momento de buscar las tácticas más adecuadas para hacer frente a las situaciones específicas.

A la hora de seleccionar nuestras tácticas para cada sesión, debe hacerse desde el “esquema conceptual” de Edward Bach, para ello usaremos de referente los distintos enfoques ya vistos, pero solamente como una guía o linterna que se superpone a nuestras luces para alumbrar mejor el camino del que se inicia. En la obra de Scheffer se hace referencia a diversos “errores tácticos” que no deben cometerse en una consulta de terapia floral.<sup>20</sup>

Por ejemplo, para las personalidades Agrimony y Rock Water debemos usar aquellos postulados de Bach que guíen al paciente, de una forma similar a cómo opera la terapia “centrada en el cliente”. Sin embargo, para personalidades como Mimulus, Gentian, Pine y Willow, funcionarían mejor aquellos postulados que guardan relación con lo que planteaba la “escuela existencial”. Por último, si nos encontramos frente a individuos Vervain, Vine o Chicory, lo mejor sería movernos dentro de esquemas similares a los de las terapias *de la realidad* o *de la integridad*. Pienso que de esta variante hay que darle algunas dosis también a sujetos Willow y Beech respectivamente.

Para darle mayor coherencia a las tácticas en relación con las estrategias propongo que sigamos analizando las mismas caracterizaciones:

- Mimulus y Gentian: prescribir la esencia tipológica con las extensiones situacionales distintivas; elevar la autoestima, lograr que aprendan a encarar los problemas como el único camino de aprender el mensaje que transmiten y puedan ser trascendidos.
- Vervain y Vine: prescribir la esencia tipológica con las extensiones situacionales distintivas; elevar el sentido de la responsabilidad personal ante las situaciones conflictivas, estimular los sentimientos de compasión y culpa.
- Beech: prescribir la esencia tipológica con las extensiones situacionales distintivas; reducir su autoimagen admirable, controlar la arrogancia y los malos tratos.
- Water Violet: quizás por ser personas tan reservadas sólo acuden a consulta en momentos de grandes crisis, mayormente cuando hacen episodios psicóticos breves. Aunque la experiencia con este tipo de pacientes (sin episodios psicóticos) es muy escasa, me apoyo en la acción de la esencia tipológica, asociada a Wild Rose, para contrarrestar su natural estado de ánimo apático, que tantos déficits emocionales genera, con posterioridad y ante una mejoría visible, se les da la posibilidad de realizar nuevos aprendizajes sociales. En este momento

---

<sup>20</sup> Obra citada, pág. 124

suelo apoyarme de Chestnut Bud. Los resultados obtenidos en los pocos pacientes tratados son sumamente alentadores. No deben ser descartables en el tratamiento otras extensiones situacionales que vayan apareciendo a lo largo de las sesiones.

En resumen, las tácticas concretas van a depender del paciente y la intensidad de su problema. Tomemos por ejemplo a un individuo eminentemente Centaury que acude a consulta al estar atravesando un momento muy difícil de su vida, ha sido abandonado por su pareja y los hijos han crecido y se han marchado de casa. Esta persona se encuentra sumida en un episodio depresivo muy intenso, con pensamientos suicidas aunque sin ideas de materializarlos, sin historia de eventos anteriores de este tipo y no se aprecian síntomas psicóticos.

En este caso, el primer y más urgente objetivo es levantar el abatimiento en el que se ha sumido el paciente y eliminar los pensamientos suicidas. Este objetivo puede cumplirse con la prescripción de las siguientes esencias florales:

- Centaury: además de corresponderse con el patrón de personalidad específico, brindará fuerzas y energías para sobreponerse.
- Sweet Chestnut: por los pensamientos suicidas
- Mustard: por la tristeza profunda
- Cherry Plum: previniendo el descontrol conductual que lo lleve a materializar el acto
- Gentian: para brindar una visión más optimista
- Hornbeam: para brindar impulso y dar ánimo para enfrentar la cotidianidad.

Este tratamiento deberá hacerse con dosis de 4 gotas en la boca. Durante los dos primeros días a intervalos de una o dos horas, mientras el paciente esté despierto. Del cuarto al séptimo día la tomará 6 veces por día. Transcurrido ese tiempo, deberá volver a la consulta.

Estrategias (hacia dónde nos dirigimos)

1. Equilibrio de las polaridades: Fomentar una postura más activa ante la vida, anteponiendo sus sueños, ideas y necesidades a las de los demás.
2. Contrarrestar las perpetuaciones: erradicar la creencia de que el amor “hay que ganárselo”, potenciar la adquisición de habilidades autónomas y disminuir su tendencia a buscar “figuras fuertes” que le den sustento.

Tácticas (cómo lo hago)

1. Precibir la fórmula floral adecuada a la situación. En este caso la esencia clave a mantener a lo largo del tratamiento es Centaury, las demás estarán sujetas a variaciones, pudieran incluirse Larch (para la autoestima); Wild Oat y Walnut (búsqueda del nuevo sentido vital y la posibilidad de realizar el cambio).
2. Que el paciente sea capaz de recontextualizar la situación desde la perspectiva de crecimiento personal que ésta le brinda.

3. Elevar el amor propio y el sentido del valor personal, que le permitirán comenzar a encontrar gratificaciones en sí mismo.

De forma general, éstas podrían ser las tácticas que maticen las primeras consultas; sin embargo, en un momento más avanzado de la terapia donde encontramos mayor actividad y el tan deseado redireccionamiento hacia el sí mismo, notamos que puede aparecer un intenso resentimiento, matizado de conductas agresivas explosivas. Esto ocurre cuando la persona comienza a darse cuenta de lo mucho que ha sido utilizado. Obviamente las tácticas deben cambiar.<sup>21</sup>

#### Nuevas tácticas

1. Reajustar la fórmula: Centaury (se mantiene); Willow (para el resentimiento); Holly (la agresividad explosiva); Walnut y Wild Oat (se mantienen)
2. Se revisa con el paciente la responsabilidad personal que ha tenido en los factores que lo llevaron a dejarse someter, situándolo en la falta de amor propio y la necesidad de “ganarse” el amor de los demás. Sólo de esta forma puede eliminarse el resentimiento y la autocompasión, sentando las bases que impedirá que estas situaciones se repitan en el futuro.
3. Se continúa el trabajo de fortalecimiento de la autoestima y el valor propio.

Hasta el momento lo que se ha expuesto constituye un sistema de trabajo muy efectivo, sin embargo puede presentar fallas si se trata de atender a niños pequeños. ¿Qué hacer entonces? ¿Tuvo Edward Bach en cuenta las especificidades del tratamiento a los niños? ¿Existen algunas referencias en su obra que nos permitan trabajar en esta dirección?

Por supuesto, la educación de los pequeños no fue un tema que quedara en su obra sin reflexión alguna. Ya desde 1931 había tocado estos aspectos. Lo hizo en el capítulo 5 de *Cúrense Ustedes Mismos*.

Al considerar que la interferencia en el desarrollo de la personalidad “suele iniciarse muy temprano en la vida”, realiza algunas reflexiones sobre lo que debe ser “la verdadera relación entre padres e hijos”. En este sentido, crea las bases de una orientación familiar que acompañe el tratamiento floral del menor.<sup>22</sup> Sin embargo, quisiera dejar este punto para trabajos posteriores

---

<sup>21</sup> En su texto de 1933, “Los doce curadores y los cuatro ayudantes”, Bach apuntaba: “Durante una enfermedad pueden estar presentes más de un estado de ánimo, o uno puede seguir al otro, entonces cada estado debe ser tratado cuando aparezca. En enfermedades graves puede haber desesperación o miedo; al recuperarse, indiferencia o desaliento; durante la convalecencia, impaciencia o debilidad; y estados similares. En tales casos, tratar cada etapa hasta que esta desaparezca y se recupere la perfecta salud”. En *Obras Completas*, pág. 82

<sup>22</sup> De hecho conozco muchos terapeutas florales que prescriben tratamientos conjuntos a las madres y a los hijos. En el sitio [www.sedibac.org](http://www.sedibac.org) pueden revisarse dos experiencias muy interesantes realizadas en centros de salud de la ciudad de Santa Clara: “Terapia floral en niños cardiopatas hospitalizados y sus madres” (Belkis Rodríguez, Daymí Alfonso y Zeida Castillo) y “Terapia floral conjunta madre-hijo” (Tania Fernández)

donde pueda ser recogida y sistematizada la experiencia que existe en esta dirección.

Para culminar debo decir, que aunque hago esta propuesta, no descalifico ni censuro a aquellos que utilizan un enfoque ecléctico para resolver los problemas de sus pacientes y ser más efectivos. A los que así obran, les aliento a profundizar en la modalidad integracionista propuesta por Theodore Millon,<sup>23</sup> en la que las esencias florales entrarían a formar parte de las “parejas potenciadas”<sup>24</sup> y beneficiar las “secuencias catalíticas”,<sup>25</sup> puesto que podrían ser aplicadas la par de cualquier otra técnica psicoterapéutica, optimizando su rendimiento.

---

<sup>23</sup> Obra citada

<sup>24</sup> Consiste en la combinación simultánea de métodos de tratamiento (cuya aplicación por separado no es igual de efectiva), que presionan y fuerzan el cambio en varios ámbitos psicológicos a la vez.

<sup>25</sup> Se refiere a la planificación del orden en que dichas técnicas se van a aplicar para optimizar sus resultados.