

LA TERÀPIA FLORAL D'EDWARD BACH

Montserrat Bayego i Salvador

INTRODUCCIÓ

Parlarem de la Teràpia Floral d'Edward Bach i de la seva utilitat per modular les emocions amb la finalitat de promocionar la salut, prevenir la malaltia i, si la malaltia s'esdevé, donar un bon suport per fer-hi front de forma responsable i constructiva.

Però abans d'explicar què és la Teràpia Floral i què ens pot aportar com a modulador de les emocions, potser cal que ens fem alguna pregunta: què són les emocions?; en quin lloc resideixen?; són realment importants per a la salut de les persones? Presentarem unes breus reflexions perquè cadascú arribi a la seva resposta.

L'energia vital que permet a la persona l'existència física i intel·ligent en el pla en què vivim és una perfecta combinació electroquímica que alimenta el més gran i perfecte dels ordinadors coneguts: el cervell i la ment (Torres, 2006:194). Però aquest cervell que suporta la ment no és més que una central que rep, processa i redistribueix informació cap a qualsevol part de l'ésser humà.

Albert Einstein explicava que la matèria no existeix, que en realitat tot són vibracions i que la diferent velocitat de les freqüències vibratòries és la responsable que la nostra percepció consideri que quelcom és material, com per exemple el cos físic. Ara bé, no som només un ens material: pensem, encara que el pensament no es vegi i no sigui un sòlid, i sentim emocions i les expressem verbalitzant sentiments, encara que ens costi d'entendre com ho fem i on són les emocions.

Neurològicament parlant, les emocions es gestionen al sistema límbic, més concretament des de l'amígdala i l'hipotàlem (Punset, 2005:52; Guilera: 2003; Servan-Schreiber: 2006). Però aquests òrgans en realitat només són transformadors de les variacions d'energia que experimentem en el nostre camp electromagnètic, quan aquest camp entra en contacte amb el d'altres éssers animats o inanimats o, fins i tot, amb l'energia continguda en els contextos que ocupem.

En tant que cossos físics formats per incomputables molècules, som un complex cúmul de partícules. D'altra banda, tal com ho ensenyen les ciències físiques, tota partícula elemental irradia energia. L'energia es presenta com un camp mesurable, però invisible normalment a l'ull humà. I aquest camp energètic que ens envolta arriba molt més enllà que els límits corporals, que sí que són visibles.

Quan parlem dels 5 sentits amb els quals aprehenem l'univers, i que són les nostres vies aferents per les quals arriba la informació al cervell, caldria considerar també el camp sensorial (Torres, 2006:242), és a dir, l'energia que contenim i que forma part de la mateixa persona. Es tracta de "l'instrument" que utilitzem per recollir la informació d'ones vibratòries d'altres camps propers amb què entrem en contacte i que els cinc sentits tradicionals no poden captar.

Qui no ha tingut alguna vegada una experiència de rebuig abans d'estar realment prop d'una persona concreta encara desconeguda, o just acabant d'entrar en un ambient nou? O, al contrari, per què hi ha espais físics en els quals senzillament estem bé i persones amb qui, abans de conèixer-les, ja sabem que ens podrem entendre? Allò que hem notat no ha estat percebut per la vista, l'oïda, el tacte... És el nostre camp sensorial qui ho ha "vist", qui ha entrat en contacte amb un altre camp.

Les impressions que recollim per aquesta via, i que un cop arribades al cervell el sistema límbic processa, són les emocions. Els humans, amb el neocòrtex, som els únics éssers capaços de verbalitzar-les d'alguna forma, i fins i tot intentem situar-les espacialment en el cos físic emprant expressions com ara "tinc com un nus a la gola", "noto una bola, un pes, al centre del tòrax", "és com si un fred corregués per la meva esquena..."

La Teràpia Floral actuarà mitjançant patrons vibratoris per reequilibrar el nostre camp energètic. Dit d'una altra forma, quan el nostre camp sensorial ha captat ones que s'han transformat en emocions "negatives", desfavorables, que l'individu sent i expressa com un patiment, els remeis florals restableixen el confort emocional.

Tots sabem que el benestar emocional és necessari per considerar saludable un determinat estat. La pregunta és ara: poden les emocions generar malaltia? Si tenim present que és el cervell qui tradueix en malestar o benestar emocional les nostres percepcions d'energia, que és el mateix cervell qui ha de regular les secrecions hormonals, la freqüència cardíaca i respiratòria, el sistema immunitari, etc., podem pensar que una recepció harmònica d'energia aportarà a l'organisme benestar físic, psíquic i mental. Contràriament, quan l'energia captada sigui "negativa", no convenient, i ens desequilibri, si aquest estat persisteix i no es pot restablir l'harmonia, primer provocarà una disfunció i, amb el temps, si no s'hi posa remei, una patologia.

Per tant, els remeis florals actuen precisament en el nivell d'aquesta l'harmonia, retornant-la quan cal. Són promotors de salut, prevenen la malaltia i poden curar-la sempre que encara ens trobem en una fase de disfunció sense lesió tissular dels òrgans. En qualsevol cas, són facilitadors dels canvis, bons adaptògens a les situacions diverses i també una bona eina d'autoconeixement i creixement espiritual.

QUÈ ÉS LA TERÀPIA FLORAL?

És una forma de tractament que utilitza l'energia vibratòria d'algunes plantes per restablir l'equilibri emocional de les persones. Però, alhora, també és una forma de pensar, una forma d'entendre l'ésser humà i de viure en harmonia amb l'univers. Mitjançant procediments diversos, aquesta energia es transfereix a l'aigua, vehicle de vida per excel·lència. Les tintures mare que s'utilitzaran per preparar els remeis florals s'elaboren amb diferents dilucions.

Tot i que avui existeixen diverses presentacions dels remeis florals, la més habitual és un flascó comptagotes per administrar els remeis diluïts per via oral, tal com ho va indicar Edward Bach en el seu llegat escrit.

Les fórmules que es preparen haurien de ser sempre personalitzades i fruit d'un diagnòstic floral portat a terme a partir d'una entrevista exhaustiva, tot i que, de vegades, no sempre es fa així. En realitat, la preparació dependrà molt de la formació prèvia de qui exerceix com a terapeuta floral.

En qualsevol cas, és important que la persona verbalitzi el que sent perquè el

sentiment de l'emoció es pugui traduir a cada remei floral concret, de forma que es pugui arribar als remeis més adients per cada cas i situació. Per tal de facilitar un bon aprenentatge de l'usuari, és recomanable que el terapeuta li expliqui bé el significat de cada remei i com el pot ajudar.

PER QUÈ LA TERÀPIA FLORAL DEL DR. BACH?

Actualment hi ha moltes altres teràpies florals, però la del Dr. Bach va ser la pionera pel que fa a la sistematització i filosofia. Segurament, des que existim com a humanitat hem utilitzat d'alguna forma les vibracions de les plantes. Però va ser Bach qui va idear com preparar uns elixirs transferint aquestes vibracions a un vehicle líquid per poder-les administrar com a remeis moduladors de les emocions.

També pensem que és important tenir en compte el fet de la proximitat autòctona de les plantes. De la mateixa manera que és sa menjar aliments de la terra on som i del temps natural en què creixen, les flors de Bach són les més properes a la nostra latitud (en el cas del continent europeu). Això no vol dir, òbviament, que haguem de rebutjar altres sistemes més llunyans, però igualment útils i efectius.

QUI ERA EDWARD BACH?

Edward Bach (nascut a Moseley el 1886 i mort el 1936 a la casa de Mount-Vernon, Anglaterra), metge, bacteriòleg i homeòpata va ser sempre una persona de naturalesa malaltissa. Molt sensible i intuïtiu, la seva principal motivació a la vida va ser trobar un mètode per guarir les persones que fos senzill en tots els aspectes, que es trobés a l'abast de tothom i que actués sense afegir més patiment, despertant i reforçant l'autoconsciència per arribar a una plena responsabilitat de la pròpia salut.

Després d'haver assolit una bona posició entre la classe mèdica de l'època, va decidir abandonar-ho tot per concentrar-se en la Teràpia Floral. Quan parlava del seu sistema per curar i l'explicava, deia: "Cap ciència, cap saviesa és necessària, a part dels simples mètodes que aquí es descriuen (...) Els que obtindran el major benefici (...) seran aquells que mantinguin aquest mètode tant pur com és; lliure de ciència, lliure de teories, perquè tot en la naturalesa és simple" (vegeu Barnard: 1994).

Edward Bach considerava que el més important no és la malaltia sinó com el malalt la sent, com hi reacciona i com encara la vida des del seu patiment. Explicava que cada un de nosaltres és metge i pacient, i que l'hospital no és necessàriament un edifici, sinó més aviat quelcom dins nostre, aquell racó del nostre ésser en què ens sentim en pau. Per a ell la veritable salut és la felicitat, que s'esdevé quan trobem el nostre camí i fem allò per a què estem fets. Els símptomes es manifesten quan vivim en desacord amb el que realment som: són una manifestació física de la disharmonia de l'esperit.

Bach va deixar escrita tota una filosofia molt interessant per comprendre l'ésser humà. A més, des de la seva capacitat intuïtiva i de forma empírica, va aconseguir relacionar la força vibracional d'algunes plantes amb estats emocionals, que poden definir-se a partir de l'expressió del sentiment de les persones en la seva fluctuació perceptiva, negativa i positiva, de qualsevol energia amb què interaccionen.

EL SISTEMA FLORAL D'EDWARD BACH

El doctor Bach va treballar molts anys des dels coneixements mèdics acadèmics que havia adquirit i va ser un gran investigador. Però no trobava una forma adequada, segons el seu criteri, per curar les persones evitant-los patiment, sobretot emocional. Així doncs, va decidir abandonar tot el treball que portava a terme a l'hospital i a la seva consulta privada per seguir la seva intuïció, marxar al camp i cercar uns remeis guaridors tal com ell els pensava: innocus, senzills, a l'abast de tothom i realment efectius.

Tastava les gotes de rosada que les flors presentaven a primera hora del matí i experimentava els canvis emocionals, que després li servien per identificar i definir cada remei floral. Preparava tots els remeis seguint només dos procediments: un era posar al sol un bol de vidre transparent ple d'aigua pura, en la superfície de la qual dipositava les flors; l'altre consistia a bullir les plantes. En ambdós casos, després procedia a efectuar diferents dilucions del filtrat amb brandi fins a obtenir els flascons de la tintura mare de cada remei, a partir dels quals es poden preparar les fórmules.

En la recerca de remeis, primer va trobar els que va nomenar els "dotze curadors"; després els "set ajudants"; i, poc abans de morir, els 19 remeis restants, que va considerar els més "espiritualitzats". Arribat aquí va tancar el seu sistema floral, constituït per 38 remeis agrupats en els 7 grups que ara presentarem breument.

És important considerar-ho tot com un sistema. Els 38 remeis conformen la totalitat de l'ésser emocional. Entre els diferents remeis s'estableixen sinèrgies quan trobem la fórmula adient a cada persona en un moment determinat i per a un patiment emocional concret. Tot i així, hi ha qui treballa la Teràpia Floral de forma unicista i/o establint altres tipus de relacions.

De cada remei floral de Bach es pot escriure una frase curta definitòria o un opuscle sencer ple de totes les aplicacions i exemples possibles. A continuació abordarem molt breument els set grups de remeis per tal d'oferir una orientació general.

ELS SET GRUPS DE REMEIS

GRUP 1: PER A LES PERSONES QUE TENEN POR

Rock Rose, "per als qui s'alarmen amb facilitat o senten pànic sobtat".

Mimulus, "per a les persones tímides i per a aquells que senten por de les coses ja conegudes".

Cherry Plum, "per al descontrolat, per a aquells que tenen pensaments irracionals".

Aspen, "per als qui senten aprensió sense motiu conegut".

Red Chestnut, "per a l'obsessionat a tenir cura dels altres. Per a qui sempre pateix pels qui estima".

GRUP 2: PER ALS QUI PATEIXEN D'INCERTESA

Cerato, "per als qui no tenen confiança en sí mateixos. Dubten del seu propi judici i busquen aprovació en els altres".

Scleranthus, "per als qui són incapaços de prendre una decisió. Incertesa, indecisió, dubte, humor fluctuant".

Gentian, "per als qui es descoratgen amb facilitat. Desànim".

Gorse, "per al pessimista. Per a qui sempre se sent vençut. Derrotisme".

Hornbeam, "per als qui mai tenen voluntat per fer les coses. Per al qui demora l'acompliment de les seves responsabilitats".

Wild Oat, "ajuda a determinar el sentit que una persona ha d'adoptar en la seva vida".

GRUP 3: PER ALS QUI TENEN POC INTERÈS EN LES CIRCUMSTÀNCIES DEL MOMENT

Clematis, "per a qui no hi posa atenció, per al somniador, el distret. Per al qui s'evadeix mentalment".

Honeysuckle, "per al nostàlgic. Per al qui viu sempre en el passat".

Wild Rose, "per a l'apàtic. Per al qui es resigna fàcilment".

Olive, "per al fatigat. Per al qui no té energia".

White Chestnut, "per als qui sempre tenen les mateixes preocupacions o inquietuds i no poden allunyar-les de la seva ment".

Mustard, "per al qui se sent trist sense que hi hagi motiu". Chestnut Bud, "per a aquells que no aprenen de l'experiència. Per als qui repeteixen sempre els mateixos errors".

GRUP 4: PER ALS QUI PATEIXEN DE SOLEDAT

Water Violet, "per a l'orgullós, reservat. Per al qui frueix estant sol".

Impatiens, "per al impacient i irritable. Per als qui prefereixen pensar i treballar sols per fer-ho tot al seu ritme".

Heather, "per als qui sempre estan obsessionats per les pròpies preocupacions, problemes i experiències. Loquacitat i escolta pobra".

GRUP 5: PER ALS QUI SÓN MOLT SENSIBLES A INFLUÈNCIES

Agrimony, "per a aquelles persones que oculten preocupacions darrere un rostre que denota alegria".

Centaury, "per als qui serveixen els altres excessivament. Per a l'explotat o el qui pateix imposicions. Voluntat dèbil".

Walnut, “ajuda, com a mitjà d'ajust, per a una etapa de transició o canvi, per exemple la pubertat, menopausa, divorci, mudança, noves situacions...”.

Holly, “per al qui sent enveja, odi i gelosia. Per al qui sospita de tot”.

GRUP 6: PER ALS QUI SE SENTEN DESCORATJATS, DESESPERATS

Larch, “per als qui no tenen autoconfiança. Per al qui té por d'equivocar-se. Per als qui sofreixen complex d'inferioritat. Per al fracàs”.

Pine, “per al qui té complex de culpabilitat. Per al qui s'inculpa, fins i tot, pels errors dels altres i s'avergonyeix de si mateix. Per al qui sempre demana disculpes”.

Elm, “per a l'aclaparat per les responsabilitats. Oprimat per la falta d'adequació i per la responsabilitat”.

Sweet Chestnut, “per al qui se sent molt angoixat i pensa que ha arribat al límit de la seva resistència”.

Star of Bethlehem, “per als efectes de notícies greus, per a l'ensurt després d'un accident, etc. Per als qui es neguen a acceptar consol”.

Willow, “per als qui senten ressentiment i amargor. Per als qui senten llàstima de si mateixos”.

Oak, “per a qui normalment és fort, potent i amb coratge, però que, a causa de les malalties o l'adversitat, no aconsegueix superar la situació”.

Crab Apple, “és un remei purificador, actua com a depuratiu de cos i ment. Per a qui ho detesta tot. Per a qui s'avergonyeix fins i tot de les seves malalties i molèsties”.

GRUP 7: PER ALS QUI ES PREOCUPEN AMB EXCÉS PELS ALTRES

Chicory, “per a l'egocèntric i molt possessiu (centrat en si mateix). Molt pendent i molt protector dels altres, en especial d'aquells que estima”.

Vervain, “per a l'excessivament entusiasta. Per a aquells que tenen creences fanatitzades”.

Vine, “per al dominant, inflexible, tirà, arrogant, autocràtic. Solen ser bons líders”.

Beech, “per al qui critica contínuament i és intolerant amb els altres”.

Rock Water, “ment rígida. Per als qui són molt estrictes. Per als qui es neguen a si mateixos moltes de les alegries de la vida”.

RESCUE REMEDY

Edward Bach també va pensar en un remei de rescat per situacions extremes. Conté 5 remeis del sistema triats perquè treballin sinèrgicament, com un de sol; són els següents: Cherry Plum, Clematis, Impatiens, Rock Rose i Star Bethlehem. Els

beneficis d'aquest compost que treballa unitàriament s'aprofitaran al màxim en circumstàncies realment difícils i/o de fort patiment.

Per acabar, volem recordar les paraules que Bach va col·locar a la porta de Mount-Vernon per resumir la seva filosofia de la vida, de la salut i la curació de la malaltia: simplicitat, humilitat i compassió.

Totes tres paraules són molt importants, tant per al terapeuta floral com per a l'usuari. Es tracta de valorar la potència curativa d'allò que aparentment és massa simple, però no per això menys efectiu; i també de ser persones senzilles, de ment ben oberta i amb la capacitat de saber posar-se sempre en el lloc de l'altre per poder entendre el seu patiment i poder-lo ajudar. En aquest cas, amb uns remeis molt beneficiosos que hem d'agrair a Edward Bach.

BIBLIOGRAFIA I WEBS D'INTERÈS

- Barnard, J. (1994): Obras completas del doctor Bach. Barcelona: Editorial Ibis.
- Barnard, J. i Barnard, M. (1999): Los treinta y ocho remedios sanadores. A Barnard, J. i Barnard, M.: Las Plantas Sanadoras de Edward Bach. Una guía práctica ilustrada para la preparación de los remedios. Hereford: Flower remedy programme.
- Benavent, A.; Ferrer, E.; Francisco, C. (2003): Fundamentos de Enfermería. Madrid: Difusión Avances de Enfermería.
- Cousins, N. (1991): Principios de autocuración. La biología de la esperanza. Barcelona: Ediciones Urano.
- Chancellor, P.M. (1974): Curación por medio de flores. Terapia del Dr. Bach. México: Editora y Distribuidora Yug.
- Dethlefsen T. i Dahlke R. (1989): La enfermedad como camino. Una interpretación distinta de la medicina. Barcelona: Plaza y Janes.
- Espeche, B. (1990): Flores de Bach. Manual práctico y clínico. Buenos Aires: Ediciones Continente.
- Krämer, D. i Wild, H. (1996): Nuevos mapas corporales de las flores de Bach. Màlaga: Editorial Sirio.
- Howard, J. (1994): Los remedios florales del Dr. Bach para mujeres. Eficaces terapias para los trastornos femeninos. Madrid: Editorial EDAF.13
- Howard, J. (1995): Los remedios florales del Dr. Bach para niños. Guía de uso para los trastornos de la infancia y la adolescencia. Madrid: Editorial EDAF.
- Nestinar (2000): Manual de esencias del mundo. Barcelona: Ediciones Nestinar.
- Pastorino, M.L. (1989): La medicina floral de Edward Bach. Barcelona: Ediciones Urano.
- Punset, E. (2006): El viatge a la felicitat. Les noves claus científiques. Barcelona: Columna Edicions.
- Scheffer, M. (1992): La Terapia Floral de Bach. Teoría y Práctica. Barcelona: Ediciones Urano.
- Torres, R. V. (2006): Universo Cuántico. Fundamentos Científicos de la medicina energética. Modificación del comportamiento humano a través de los campos interferentes. Barcelona: Ediciones Índigo.
- Weeks, N. (1993): Los descubrimientos del Dr. Edward Bach. Las flores y su poder curativo. Buenos Aires: Ediciones Lidium. www.bachcentre.com Adreça web del Centre Bach d'Anglaterra.

mbayegos@gmail.com

1. Ref. Biblio. Bayego M. La terapia floral d'Edward Bach. A Teixidor M, Pons E (coord.) XX aniversari de la formació en teràpies naturals : intervencions autònomes d'infermeria. Barcelona: EUI Santa Madrona; 2009 : 136-141.