

Indicaciones de las Flores de Bach

LOS DIECINUEVE ÚLTIMOS (Preparadas por el Método de ebullición, excepto White Chestnut)



CHERRY PLUM

Miedo al descontrol mental

Miedo a perder la razón, a hacer cosas temidas y no deseadas pero que pensamos en ellas y sentimos el impulso de hacer aunque sabemos que son erróneas. Miedo a perder el control de uno mismo.



ELM

Creencia de que algo es imposible de hacer o soportar

Ocasiones en las que nos venimos abajo, aún siguiendo nuestra vocación, porque creemos que la situación es demasiado difícil y supera el poder y la capacidad de un ser humano.



ASPEN

Miedos imprecisos y desconocidos

Miedos desconocidos para los que no encontramos razón o explicación y que producen una gran turbación. Pueden aparecer y desaparecer sin nada que lo justifique. A veces se utiliza la palabra angustia para nombrarlos.



CHESTNUT BUD

Repetición de errores en las lecciones vitales

Dificultad para sacar provecho de la experiencia necesitando repetirla al caer en el mismo error en diferentes ocasiones. Se necesita más tiempo que los demás para aprender las lecciones de la vida diaria.



LARCH

Poca confianza en las propias capacidades

Para cuando se considera que los demás son más capaces que nosotros y esperamos fracasar. Falta de suficiente esfuerzo para conseguir el éxito al creer que no se conseguirá.



HORNBEAM

Cansancio por rutina, pereza, antes de empezar

Para cuando creemos que nunca estamos a punto para hacer las cosas. Los asuntos cotidianos requieren excesivo esfuerzo, si bien vemos que finalmente las realizamos satisfactoriamente.



WILLOW

Resentimiento. Amargura

Para cuando después de una adversidad creemos que la vida nos ha tratado mal y ha sido injusta, apareciendo la amargura y el desinterés por las cosas de la vida con las que anteriormente habíamos disfrutado.



BEECH

Intolerancia e incomprensión. Búsqueda de bondad y belleza

Para cuando se cree que solamente hay dos maneras de hacer las cosas: bien o mal. Para cuando nos falta la tolerancia, la indulgencia y la comprensión respecto a la manera de actuar de los demás.



CRAB APPLE

Sensaciones de impureza y suciedad

Es el remedio de la limpieza. Para cuando nos sentimos "sucios": mental, emocional o físicamente. Dificultades de aceptación de la propia apariencia y disgusto con uno mismo. Gran necesidad de limpiar sobre limpio.



WALNUT

Para la constancia y protección ante las influencias externas

Riesgo de apartarse de los propios ideales, propósitos y trabajos a causa del entusiasmo, las convicciones o fuertes opiniones de los demás. Para las dificultades ante grandes cambios vitales.



HOLLY

Envidia, celos, venganza, sospecha. Gran dolor interno

Para las distintas formas de irritación y enfado. Estado de gran sensibilidad reaccionando desproporcionadamente al menor estímulo. Dificultades para abrirse al amor y por ello aparece el odio.



STAR OF BETHLEHEM

Gran turbación por malas noticias o experiencias

Para cuando ha habido malas noticias, la pérdida de alguien querido, o algo que nos ha impactado fuertemente, rechazando en ocasiones el consuelo de los demás. Puede ser una situación reciente o no.



WHITE CHESTNUT

Imposibilidad de evitar pensamientos no deseados

Para cuando no podemos evitar que entren en nuestra mente pensamientos molestos que nos apartan de la paz e interfieren con nuestra capacidad de prestar atención a lo que estamos haciendo o de disfrutar.



RED CHESTNUT

Miedo por lo que pueda pasar a los seres queridos

Para cuando se nos hace difícil dejar de preocuparnos o sufrir por los demás, especialmente los seres queridos, anticipando con frecuencia cualquier desgracia que pudiera ocurrirles.



PINE

Sentimientos de culpabilidad

Para la tendencia a autoculparse de todo lo que sucede. Dificultad para estar contentos con los propios esfuerzos y resultados porque siempre lo podríamos hacer mejor. Gran sufrimiento por los errores que nos atribuimos.



HONEYSUCKLE

Para cuando el pasado condiciona el presente

Para cuando los recuerdos, las añoranzas, o las ilusiones que nunca se hicieron realidad impiden que vivamos plenamente el presente. Ya no se espera una felicidad como la que se tuvo.



WILD ROSE

Apatía y resignación

Para cuando se pasa por la vida tomándola tal cual viene sin hacer el menor esfuerzo para mejorar las cosas y encontrar algo de alegría. Rendición ante los hechos de la vida sin queja. "Las cosas son como son".



MUSTARD

Gran tristeza con dificultad de encontrar una razón

Épocas de tristeza, melancolía, o incluso desesperación, sin que exista una razón para ello. Dificultades para mostrar felicidad. Como si una nube fría y oscura colocara su sombra sobre nosotros.



SWEET CHESTNUT

Desesperación.

Resistencia a los acontecimientos de la vida

Para cuando la angustia es tan grande que parece imposible de sobrellevar. Sensación de no poder resistir más y por consiguiente hay que rendirse. Sufrimiento. Solamente queda la destrucción.

Indicaciones de las Flores de Bach

LOS DOCE CURADORES (Preparadas por el Método Solar)



*IMPATIENS

Rapidez de pensamiento y de acción

Para cuando deseamos que todo se haga sin vacilación ni retraso, y nos irritamos con facilidad con las personas más lentas. Se prefiere pensar y hacer en solitario para no verse entorpecido y así no perder tiempo.



*MIMULUS

Miedos que podemos identificar

Son los miedos que podemos nombrar: "Tengo miedo a..." Los miedos de la vida cotidiana: enfermedad, dolor, accidentes, pobreza, oscuridad, a estar solo, a la desgracia, etc. No se habla libremente de ellos con los demás.



*CLEMATIS

Fantasia y ensoñación respecto a un futuro mejor

Vivir con la esperanza de tiempos mejores donde los ideales se harán realidad, pero con poca implicación en el presente para conseguirlo. Dificultad para prestar atención a causa de la ensoñación.



*AGRIMONY

Preocupaciones e inquietudes escondidas con buen humor y alegría

Angustia ante las discusiones, renunciando a muchas cosas con tal de evitarlas. Negación de la realidad personal bajo una apariencia de felicidad. Desasosiego interior y búsqueda de paz.



*CHICORY

Cuidado excesivo de los seres queridos. Manipulación

Deseo de tener cerca y bajo control a quienes amamos, incluso recurriendo a la astucia si es necesario, aportándoles consejos y correcciones personales, pero siempre para su bien. Amor absorbente.



*VERVAIN

Entusiasmo excesivo y gran irritación ante las injusticias

Creencia de estar en lo correcto. Grandes ansias de convertir a los demás a nuestra propia visión de la vida. Fuerte voluntad, coraje e implicación para luchar ante lo considerado injusto.



*CENTAURY

Autoexigencia por servir a los demás olvidándose de sí mismos

Dificultad para negarse a las peticiones ajenas, con el peligro de caer en el servilismo. Callados y gentiles, hacen más trabajo del que les corresponde descuidando su misión en la vida.



*CERATO

Inseguridad ante las propias decisiones

Falta de confianza en la propia intuición, buscando el consejo de los demás con el riesgo de ser mal aconsejados e influenciados por ellos. Se sabe lo que se quiere pero se duda respecto si es lo más adecuado.



*SCLERANTHUS

Incapacidad de decidir

Personas reservadas que sufren mucho a causa de su dificultad para decidir entre dos opciones, donde alternativamente las dos parecen correctas. Estados de ánimo fluctuantes. No se acostumbra a preguntar.



*WATER VIOLET

Necesidad de soledad y reserva con una actitud de dignidad

Para personas tranquilas que les gusta estar solas, hablan poco y de forma suave. Independientes, reservados y libres de las opiniones de los demás. No les gusta que se inmiscuyan en su vida.



*GENTIAN

Descorazonamiento con facilidad

Aunque sus asuntos de la vida cotidiana, o en la enfermedad, progresen bien, cualquier pequeño contratiempo que aparezca les causa duda y desaliento. Desánimo fácil.



*ROCK ROSE

Terror, pánico

Situaciones de gran miedo donde parece que todo está perdido, provocando actitudes de parálisis respecto a las acciones que deberíamos emprender o realizar. Situaciones de emergencia. Cuando la vida nos parece un constante peligro.

LOS SIETE AYUDANTES (Preparadas por el Método Solar)



*GORSE

Pérdida de esperanza

Para quienes creen que ya no puede hacerse nada más por ellos. En este estado se abandona la búsqueda o la lucha al creer que ya no existe solución y se ha perdido la fe en encontrar una salida a la situación que sea.



*OAK

Grandes batalladores en los asuntos cotidianos

Sin prisa pero sin pausa se lucha valientemente, ya sea por reponerse, en las cosas del día a día, o por ayudar a los demás, sin perder la esperanza. Descontentos si no pueden cumplir con sus deberes.



*HEATHER

Necesidad indiscriminada de compañía. Locuacidad

Tendencia a comentar con quién sea, a veces impulsivamente, los asuntos personales, cansando a los demás con sus monólogos. Infelicidad si se tiene que estar solo durante algún tiempo.



*ROCK WATER

Modo de vida estricto con el deseo de ser ejemplo para los demás

Autonegación de aquello, especialmente alegrías y placeres de la vida, que se cree que puede interferir en el propio



*WILD OAT

Indefinición y necesidad de encontrar su lugar en el mundo y la misión vital

Dificultades para determinar qué ocupación seguir o cual es la vocación personal, causando insatisfacción y retrasos en hallarla al probar una cosa tras otra, o ninguna.



*OLIVE

Gran cansancio después de un sufrimiento mental, emocional o físico

Para cuando se está tan exhausto y fatigado que ya no quedan energías para seguir esforzándose. La vida se convierte en un duro trabajo carente de placer y difícil de sobrellevar.



*VINE

Necesidad de mandar e imponer

La seguridad en la propia capacidad y en el éxito lleva a pensar que los demás deben hacer lo que se piensa que es correcto, y así se ordena e impone. Incluso en la enfermedad se intenta dirigir a quienes les atienden.