



[▶ IR A SUMARIO](#)



Editorial: Pasó el congreso
Remei Sendrós y Carina Bouffard 3

SEDIBAC Profesional

• La Magia del 12. Terapia Floral de Bach
y Acupuntura
Remei Sendrós 4

Temas

- Elaboración de Olive en la "Ruta de los Olivos
Milenarios"
Raquel González 6
- Árboles monumentales de Bach: Pine. Descubriendo
los Pinos centenarios de Soria
Eluney Gagliardi 9
- Signos de aire y Flores de Bach
Pere Garcés 12
- Más allá de las 38 Flores de Bach
Alba Sagarra 14
- La caricia invisible de las Flores de Bach:
una historia de transformación
Iliaria Battolla 15

Voluntariado

• Flores nacidas en el barro
Julia Esparza Rodríguez y Carmen Risueño 17

Libros

• "Arquetipos femeninos y esencias florales.
Las diosas de cada mujer y para cada hombre",
de José Antonio Sande y Laura Mayorga
Cecilia Vietto 19

Citas que acompañan a las Flores de Bach

• Rock Rose
Pilar Vidal 20

Casos

- Caso de blefaritis
Roberta Frison 21
- Niña con estomatitis
Chantal Meola 21
- Quiero dejar de fumar. Parte II
Carmen Risueño Izquierdo 22
- Rock Rose, la flor del pánico felino
Ana Castel de las Heras 24

Testimonio 27

Visita nuestra web



Síguenos en



Y únete a nuestro canal de



NOTA: Los artículos de esta revista sólo representan la opinión de los autores y no la de SEDIBAC como colectivo; no pueden ser reproducidos ni difundidos por ningún medio, salvo con la autorización de SEDIBAC o de los autores. El mismo criterio rige para los casos expuestos y las flores con que han sido tratados. La redacción selecciona los artículos a publicar.

FORMACIÓN CONTINUADA
semanal con nuestros

MIÉRCOLES ACTIVOS

Sesiones gratuitas para
soci@s online vía Zoom

Sedibac

Revista núm. 116 TERCER TRIMESTRE 2025

Imagen de la portada
OLIVE,
foto de Raquel González

Grupo de redacción
Elisabeth Adell Winkler
Raquel González
Ricardo Orozco

Han colaborado en esta revista
Iliaria Battolla
Carina Bouffard
Ana Castel de las Heras
Julia Esparza Rodríguez
Eluney Gagliardi
Pere Garcés
Raquel González
Roberta Frison
Chantal Meola
Carmen Risueño
Alba Sagarra
Remei Sendrós
Cecilia Vietto
Pilar Vidal

Passatge de Font, 14, altell 4
08013 Barcelona
Tel. 93 247 88 71
info@sedibac.org
http://www.sedibac.org
Horario de atención al público:
Lunes y Miércoles: de 10 a 14 h
y de 16 a 20 h
Martes, Jueves y Viernes:
de 10 a 14 h
Colaboraciones:
Para colaborar con la revista
contactad por correo
electrónico: info@sedibac.org

Diseño y maquetación
Albert Casans Queralt
Tel. 645 486 708
albert.casans@hotmail.com

Impresión
Onlineprinters

D.L.: B-8213-2007

ISSN: 1888-2447

Imágenes del interior de las páginas 13, 15, 16, 17, 18, 21 y 22
son fotos realizadas por Kester Bull:
IG: @bachflowersberlin / www.floresdebach.de / www.laboratorioflores.cl

Pasó el Congreso

Por Remei Sendrós y Carina Bouffard

Comisarias del X Congreso SEDIBAC de Terapia Floral
Barcelona
info@sedibac.org



¡Qué experiencia tan enriquecedora ha sido participar en el X Congreso de Terapia Floral de SEDIBAC! Este encuentro nos ha llenado de inspiración, aprendizaje y, sobre todo, conexión entre quienes compartimos la pasión por las maravillosas esencias florales del Dr. Bach.

Fue emocionante poder reencontrarnos, tanto de forma presencial como online, para compartir nuestra pasión por las Flores de Bach. Nos llena de ilusión el ver cómo, año tras año, nuestra comunidad sigue creciendo y consolidándose, unida por el propósito común de difundir los beneficios de la Terapia Floral.

Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a todos los ponentes por su valiosa participación, por la profundidad de sus ponencias, y por su generosidad al compartir conocimientos y experiencias. Su entusiasmo y calidad humana contribuyeron de forma altruista al éxito del evento.

Agradecemos de corazón a cada uno de los asistentes por su presencia activa, su apertura y su amorosa energía. La interacción del público, las preguntas, las dinámicas, y el uso efectivo de la tecnología, hicieron posible que este Congreso se viviera con intensidad desde cualquier rincón del mundo.

Nuestro reconocimiento también para los patrocinadores, cuyo apoyo, colaboración y confianza han contribuido a hacer posible esta décima edición del Congreso.

Y, por supuesto, no podemos dejar de destacar la labor de nuestro Voluntariado. Con su testimonio personal repleto de empatía, solidaridad y compromiso nos ha tocado la fibra y nos ha demostrado una vez más la maravillosa labor que realizan con cada acción, con cada sonrisa, en cada momento, con amor y entrega incondicional.

El Voluntariado es uno de los pilares de SEDIBAC, un reflejo vivo de la filosofía del Dr. Bach que eleva el amor al siguiente nivel, el del servicio a los demás.

Destacar también la calidad de los dos talleres que abrieron y cerraron el Congreso y que de forma generosa contribuyen al Voluntariado. La participación receptiva y dinámica de los asistentes nos llena de satisfacción.

Ha sido una experiencia profundamente enriquecedora, fruto del esfuerzo, compromiso y dedicación de todo el equipo. La meticulosa planificación y atención en los detalles han permitido que cada aspecto de este X Congreso haya sido un éxito, dejando una impresión muy positiva en todos los asistentes.

Gracias por brindar un espacio tan especial para aprender, compartir y crecer en este maravilloso camino de desarrollo personal y espiritual que nos ofrece las Flores de Bach.

Desde SEDIBAC... ¡Gracias de corazón! ☐

La magia del 12. Flores de Bach y acupuntura

Por Remei Sendrós Sanfrancisco
Barcelona
sensenmei@gmail.com



Un terapeuta floral de Bach puede especializarse únicamente en la Terapia Floral como herramienta de trabajo y estudio, o bien combinarlo con otras disciplinas y técnicas como Acupuntura, Reiki, Numerología, Astrología, Grafología, PNL, Psicología, Gestalt..., que pueden ofrecer un enfoque más integral y beneficioso a quienes reciben la terapia, porque reconoce que la salud y el bienestar son multifacéticos.

La Terapia Floral de Bach y la Acupuntura

Nos vamos a centrar en la relación de la Terapia Floral de Bach y la Acupuntura. Este vínculo radica en que ambas trabajan en todos los planos del Ser (físico, mental, emocional, energético y espiritual) entendiendo que están interconectados, aunque lo hagan desde perspectivas diferentes. Reconocen al cuerpo como un ente vibracional y energético que busca la reconexión y el equilibrio original para estar en armonía con el dictado de su alma.

La filosofía del Dr. Bach está basada en que todas las especies encarnadas en la Tierra, (humanos, animales, minerales y vegetales) tienen una vibración determinada y que cada una de las esencias florales tiene energía propia, aportando su vibración en su estado más puro.

La Acupuntura es una especialidad de la Medicina Tradicional China. Se trata de la técnica más conocida en Occidente. La energía vital o Qi del cuerpo humano fluye a través de diversos canales energéticos, los meridianos y sus puntos correspondientes, para recuperar el

equilibrio. Estos canales energéticos están reconocidos a lo largo de miles de años de observación y estudio.

La Medicina Tradicional China tiene un origen muy antiguo y profundo, que se remonta a miles de años atrás en China. Su base se encuentra en la filosofía taoísta, que busca entender y armonizar las energías del cuerpo y del universo.

Se fundamenta en conceptos como el Qi (energía vital), el Yin y el Yang (las fuerzas opuestas y complementarias que rigen la naturaleza y el cuerpo) y los cinco elementos (fuego, aire, tierra, metal y madera). Su objetivo principal es mantener o restaurar el equilibrio de estas energías para promover la salud y prevenir enfermedades.

Tanto la Terapia Floral de Bach como la Acupuntura son terapias energéticas y vibracionales, teniendo esta profunda conexión con la naturaleza, la fuerza de los elementos y las energías del Cosmos. Todo está interrelacionado con los seres vivos. Con las esencias florales y la acupuntura nos alineamos con las leyes naturales y cósmicas.

La Magia del 12

El número 12 tiene un significado muy importante en diferentes culturas y tradiciones, especialmente en la religión y la historia.

En la Biblia y en la tradición cristiana, el número 12 suele representar la perfección, la totalidad y la autoridad divina. Por ejemplo, hay **12 apóstoles** que fueron elegidos por Jesús para difundir su mensaje.

También aparecen **las 12 tribus de Israel**, relacionadas con los 12 signos en el zodiaco cabalista, que representan a las diferentes familias del pueblo de Dios.

Edward Bach crea Los Doce Curadores (1928-1933)

«Si ahora pensamos en los doce atributos de Cristo que aspiramos a conseguir y que Él vino ha enseñarnos, encontraremos 12 grandes lecciones de vida. Y, mientras por supuesto las aprendemos, no dudemos en concentrarnos en una en particular. Esa lección viene indicada por la posición de la Luna en nuestro nacimiento, mostrándonos cuál es el principal objetivo de nuestra vida" E. Bach. 1933. *Los Doce Curadores*.

Los Doce Curadores se corresponden con las doce posiciones de la Luna en los diferentes signos zodiacales.

En 1933, en *Los Doce Curadores*, impreso en Epsom, indica: «Hay fundamentalmente doce tipos de personalidad, y cada uno de ellos tiene un aspecto positivo y otro negativo».

Estos tipos de personalidad están indicados por el signo del zodiaco en el que se encuentra la Luna en el momento del nacimiento, y un estudio de estos nos dará las siguientes indicaciones:

- El tipo de personalidad
- El objetivo y la finalidad de su vida.
- El remedio que le apoyará en la realización de su finalidad.

Defectos a superar	Flor Tipo	Lección a aprender o virtud a desarrollar
Inquietud (restlessness)	Agrimony	Paz (peace)
Debilidad (weakness)	Centauray	Fortaleza (strenght)
Restricción (restraint)	Chicory	Amor (love)
Ignorancia (ignorance)	Cerato	Sabiduría (wisdom)
Indiferencia (indifference)	Clematis	Afabilidad (gentleness)
Duda (doubt)	Gentian	Comprensión (understanding)
Impaciencia (impatience)	Impatience	Indulgencia/Perdón (forgiveness)
Miedo (fear)	Mimulus	Compasión (sympathy)
Terror (terror)	Rock Rose	Valor (courage)
Indecisión (indecision)	Scleranthus	Firmeza (steadfastness)
Sobre entusiasmo (over-enthusiasm)	Vervain	Tolerancia (tolerance)
Aflicción (grief)	Water Violet	Alegría (joy)

En la medicina china, el número 12 también tiene un significado muy importante y simbólico, al relacionarse con los **12 meridianos principales**. Cada uno de estos meridianos corresponde a un órgano o función particular. Es por donde pasa el Qi o energía vital, y su equilibrio es esencial para el bienestar general.

Además, en la medicina china, estos **12 meridianos** están relacionados con los **12 signos del zodiaco chino**, lo que refleja cómo la cultura y la medicina tradicional están entrelazadas en su visión del cuerpo y el universo.

En otras culturas, el número 12 también tiene un significado especial. Por ejemplo, en el calendario hay 12 meses en un año, lo que simboliza un ciclo completo. Además, en la antigüedad, muchas civilizaciones usaban el número 12 en sus sistemas de medición y en sus estructuras sociales.

En resumen, el número 12 suele simbolizar la totalidad, la organización y la perfección en diferentes contextos. Es un número que aparece con frecuencia en la historia, la religión y la cultura, por su significado simbólico.

Meridiano principales de órganos/Zang	Meridianos principales de entrañas/Fu
Meridiano de Pulmón	Meridiano de Intestino grueso
Meridiano de Corazón	Meridiano de Intestino delgado
Meridiano de Bazo	Meridiano de Estómago
Meridiano de Riñón	Meridiano de Vejiga
Meridiano de Hígado	Meridiano de Vesícula biliar
Meridiano de Maestro Corazón	Meridiano del Triple recalentador

La Terapia Floral y la Acupuntura van en vehículos diferentes, las esencias florales y las agujas de acupuntura, pero se dirigen hacia un mismo objetivo, restablecer la armonía, la paz y el equilibrio. Es entonces cuando se produce la magia y su efecto se potencia. ☐

Elaboración de Olive en la "Ruta de los Olivos Milenarios"



Por Raquel González¹

Castellón

floresdebach@raquelgonzales.es

Aunque nací en Barcelona y pasé toda mi infancia en el campo ibicenco, descendiendo de madre mallorquina y padre cordobés. La cultura del aceite, los extensos olivares recortados contra el horizonte, la tierra quemada por el sol estival, las incontables generaciones de antepasados que perpetuaron el rito sagrado de recoger aceitunas y el proceso alquímico de obtención del aceite, corren por mis venas.

Pero hoy, no me encuentro en los campos de Andalucía, sino en la "Ruta de los Olivos Milenarios" de Cervera del Maestre, en la comarca del Baix Maestrat (Castellón), donde hay catalogados 219 olivos milenarios, muchos de los cuales fueron plantados en tiempos del Imperio Romano.

Una nunca sabe hacia dónde nos conducirán los dictados del alma y, en mi caso, después de duendear por muchos lugares, he llegado hasta aquí, guiada por la fuerza de un deseo del corazón: elaborar la esencia floral de Olive de estos árboles milenarios.

Ya llevaba días observando el estado de floración de los olivos y, sobre todo, estaba atenta al tiempo. Para poder elaborar por el Método Solar, no solo han de es-

tar las flores en su perfecto estado, si no que, además, el día de la elaboración debe ser un día radiante de sol, sin asomo de nubes que puedan invalidar el proceso.

Sin embargo, la Madre Tierra ha querido que esta mañana se alinearan los astros y se sincronizaran los elementos. Así pues, ataviada con todo el instrumental y vestida de alegres pensamientos, he llenado un cuenco de cristal con agua de manantial para, a continuación, pedir permiso a los devas y elementales de estos monumentales olivos para cortar sus racimos de flores y dejarlos flotar sobre el agua del bol.

Las diminutas flores del olivo, bellas pero discretas, son de un color blanco-cremoso, que recuerdan a la vainilla y están formadas por 4 pétalos y dos grandes estambres con anteras (sacos donde se almacena el polen). Las flores crecen en inflorescencias con forma piramidal y, para no alterar su geometría sagrada, se deben cortar los racimos enteros y no las flores sueltas.

Con paciencia y delicadeza, voy cortando las flores hasta cubrir toda la superficie del cuenco para, después, depositarlo en el suelo junto a los olivos y asegurándome de que, durante las próximas 4 horas, ninguna sombra caerá sobre el recipiente.

Ahora, todo el trabajo recae sobre los 4 elementos. Yo, vigilante en la distancia, me siento a meditar sobre la

¹ Vicepresidenta de Sedibac
www.raquelgonzales.es
Fotos de Raquel González

falda rugosa de un majestuoso olivo, bautizado con el nombre de "La nostra de l'Alqueria". Siento la fresca energía de su sombra y un cosquilleo galvanizante recorriendo mi cuerpo de forma ascendente y descendente.

Mientras espero a que la información contenida en las flores sea transferida al agua por acción del Sol, os contaré algunas cosas sobre la esencia floral de Olive: Olive (*olea europaea*) es uno de los 7 Ayudantes y junto con Vine, está asociado a la historia de la humanidad. Ambas son especies domesticadas y moldeadas por el hombre y cuya función principal siempre fue la de servir de alimento.

Los olivos de "La Ruta de los Olivos Milenarios" pertenecen a una de las variedades más singulares y antiguas del mundo: la variedad Farga.

Esta variedad es el resultado de seleccionar los olivos con los peciolo más fuertes en detrimento del resto. Dicha domesticación forzada obedecía a la necesidad de conseguir olivos que soportasen las inclemencias del fuerte viento tan característico de este territorio fronterizo entre Tarragona y Castellón. El objetivo de esta criba no era otro que lograr ejemplares de gran vigor y resistencia, cuyos frutos, más bien pequeños y de forma similar a una bombilla, fuesen difíciles de desprender y soportaran el azote del viento, resistiéndose, de este modo, a caer al suelo prematuramente: toda una lección de supervivencia.

No es de extrañar que el Dr. Bach viese en Olive a uno de estos "remedios para preparar el camino", de gran utilidad en situaciones o enfermedades crónicas, don-



de la vida ha puesto a prueba toda nuestra resistencia. Los primeros 4 Ayudantes se corresponden con los 4 elementos: Gorse con el Fuego, Heather con el Aire, Oak con la Tierra y Rock Water con el Agua. El Dr. Bach, posteriormente, buscó dos remedios que representasen a la polaridad energética (masculino-femenino) o dualidad Yin-Yang. Así, pidió a unos amigos de Suiza e Italia, la elaboración de los remedios de Vine y Olive. Finalmente, para completar la serie de los Ayudantes, preparó un remedio que simbolizase la Unidad: Wild Oat

La esencia floral Olive es un remedio eminentemente Yang o, dicho de otra forma, de energía de polaridad masculina y expansiva. Esto hace que Olive constituya una esencia que aporta fortaleza, energía y capacidad de regeneración, para cuando una persona es demasiado Yin o, debido a las adversidades de la vida, ha agotado su energía Yang.

En la edición de 1934 de "Los Doce Curadores y los Siete Ayudantes", el Dr. Bach da las siguientes indicaciones para Olive: "Para los que están pálidos, cansados y exhaustos, quizá tras muchas preocupaciones, enfermedad, penas o largas luchas. En todo caso, se hallan



muy cansados y tienen la sensación de no disponer ya de fuerzas para combatir, y a veces casi no saben cómo se mantienen en acción. Pueden depender mucho de la ayuda de otros. Algunos pacientes tienen la piel muy seca y arrugada”.

El detalle de la piel “muy seca y arrugada” hace que me fije detenidamente en el tronco milenario sobre el que estoy sentada. Acaricio su corteza y cientos de años pasan a través de mí. Por su tronco, surcan mil pliegues de sombra y tortuosos caminos de alma cansada, pero también hay escrita en su piel una inconmensurable historia de fuerza, resistencia, regeneración y conexión con la Tierra.

Como aún queda tiempo, os hablaré un poquito más sobre Olive...

Nora Weeks, en su libro “Los descubrimientos del Dr. Edward Bach”, comenta: “Este remedio era necesario para curar a aquellas personas que vivían la vida plenamente pero que quedaban agotadas y débiles por el sufrimiento y carecían de fuerzas para seguir adelante. Bach descubrió que la flor del olivo (Olive) reintegraba la energía y la salud a esas personas”.

Han transcurrido cuatro horas. Me acerco al bol y, efectivamente, la esencia ya está lista. El agua emite destellos ambarinos y la presencia de cientos de burbujitas confirman que el mensaje de las flores ha sido grabado



correctamente en el agua. Así de sencillo, así de bello y conmovedor.

Extraigo de mi bolsa una botella de cristal color topacio de 500 ml, que previamente había llenado hasta la mitad con un buen brandy. Con una ramita de olivo, voy quitando las flores del cuenco y mediante la ayuda de un embudo de cristal, cuelo la esencia y lleno completamente la botella. Ya está preparada la Tintura Madre.

Y llegó la hora de los agradecimientos: recojo las florecitas y las deposito en el bol junto al resto de la esencia, me acerco al anciano olivo y le ofrendo, a modo de retribución, con la elaboración sobrante, aprovechando este momento para probar unas gotas del remedio floral.

Muchas memorias acuden a mí en este precioso instante, enraizándome a la historia de mi familia: integro la devoción de mi padre por los olivos, su sabiduría para labrar la tierra y su fortaleza para sobrevivir frente a muchas adversidades. Atesoro como una joya, la mágica voz de mi madre, Margarita, para hacer revivir las plantas con su canto, su inocencia y su ternura. Y ahora, no solo os doy las gracias por darme la vida: ahora sé que os Amo. ☐

Árboles monumentales de Bach: Pine. Descubriendo los Pinos centenarios de Soria



Por Eluney Gagliardi Hassler¹
Francia
eluneygagliardi@gmail.com

Hace poco descubrí los pinos centenarios de Soria, una experiencia memorable. Quedé maravillada por la majestuosidad y la historia que envuelve a estos gigantes. Los invito a recorrer sus senderos y a dejar que la magia de este lugar los sorprenda y cautive.

Flores de Bach y los árboles

El pino silvestre representa mucho más que un árbol de nuestras montañas; también forma parte de las 38 esencias del Sistema floral de Bach. **Pine** es la flor de Bach elaborada a partir del *Pinus sylvestris*, y está especialmente indicada para personas que cargan con sentimientos de culpa y se autocritican con dureza. Esta esencia actúa promoviendo el perdón hacia uno mismo y facilitando un camino hacia la redención personal.

El pino florece en primavera entre abril y junio, dependiendo del clima y la altitud. Las flores que se utilizan para la preparación de Pine son tanto las flores masculinas, de color amarillo dorado, como las flores femeninas, que son de color rojo, además de pequeñas ramitas. El proceso utilizado es el método de ebullición.

De acuerdo con Jordi Cañellas²: "Los colores de sus flores trabajan el valor y la autoconfianza. El color rojo da fuerza, vitalidad, excitación, agresividad, circulación movimiento y estimulación. Capacidad para moverse y salir del estancamiento de la culpa (del gris de la auto-crítica). El amarillo dorado de su polen simboliza un incremento de la vitalidad, la sabiduría y una conexión con la gracia divina... Ambas flores crecen hacia arriba, elevando hacia la luz lo oscuro de la raíz"

Características del Pino Silvestre

Pertenece a la familia *Pinaceae*, puede llegar a medir hasta 40 metros de altura en condiciones óptimas y tener una circunferencia de alrededor de 5 metros. Está ampliamente extendido por Eurasia, donde prospera con frecuencia en zonas montañosas situadas entre los 1.000 y los 2.000 metros de altitud. Prefiere climas fríos con veranos suaves. Una de las características más llamativas es que a medida que crece, la parte superior del tronco se vuelve anaranjada y lisa, dándole un aspecto muy distintivo.

¹ Fotos de Eluney Gagliardi Hassler.

² Cuaderno Botánico de las Flores de Bach p.220.



Mas de 105 kilómetros cuadrados de pino silvestre.

Pinos Centenarios

Mi curiosidad por los árboles monumentales de Bach me llevó a conocer los pinos silvestres más longevos y emblemáticos de **España**: "el **Pino Rey** y el **Pino de la Laguna Negra**". Estos árboles centenarios se encuentran a lo largo de dos rutas emblemáticas: el Sendero de los Abuelos del Bosque y el de la Laguna Negra. Ambos senderos se ubican en la Comarca de Pinares, dentro del Parque Natural de la Laguna Negra y los Circos Glaciares de Urbión, en la provincia de Soria, Castilla y León. Esta zona es conocida por su impresionante paisaje montañoso y por formar parte de una de las mayores extensiones de pino silvestre natural de Europa.

El sendero de los Abuelos del Bosque

El sendero comienza en el Cruce de Tejeros, al que se accede desde Covaleda por la carretera SO-850. El sendero realiza un recorrido circular de 2 kilómetros de longitud sin ningún tipo de dificultad que se encuentra señalizado, pudiéndose realizar en 50 minutos. A lo largo del recorrido se pueden observar una veintena de pinos centenarios, que destacan por sus extraordinarias dimensiones y longevidad y que han sido catalogados como árboles Singulares de Castilla y León. El ejemplar más magnífico y relevante es el famoso Pino Rey.

'Pino Rey' Altura: 17,5mts. Circunferencia del tronco: 5,50mts. Peso: 18 mil kilos. Edad: 450 años. Diámetro de copa: 15mts

"Cuando nació el Pino Rey, en España reinaba Felipe II, se colocaba la primera piedra del Monasterio del Escorial y el Comercio con las Indias Occidentales estaba en su máximo esplendor, así como el desarrollo de los núcleos urbanos importantes como Madrid, lo que acreaba una gran necesidad de madera para la construcción. De estos montes salía parte de la madera para la construcción y la fabricación de enseres, utensilios y más tiles de los antiguos galeones, los cuales eran transportados por los carreteros de la comarca de pinares."



Sendero del Bosque de la Laguna Negra

Este recorrido circular de 4 km comienza en el aparcamiento del Paso de la Sierra ubicado a 30 km de Covalada. El sendero sigue el curso de un arroyo hasta alcanzar una pasarela. A lo largo del camino, se pueden observar varios pinos centenarios, destacando el Pino de la Laguna Negra.

'Pino de la Laguna Negra'. Altura: 9,50mts. Circunferencia del tronco: 4,21mts. Diámetro de copa: 13,25mts. Peso: 10mil kg. Edad: 275 ± 50 años

La Laguna Negra es de origen glacial, y su entorno es un auténtico paraíso natural, rodeado de pinos, hayas, álamos temblones, robles y abetos.

La belleza de estos paisajes ha sido fuente de inspiración para numerosos poetas, pintores y escritores; entre ellos, destaca sin duda **Antonio Machado**, quien vivió varios años en Soria. En octubre de 1910 visitó la Laguna Negra; fue precisamente este paraje, enmarcado por imponentes rocas y pinos, el que dio origen a uno de los romances más célebres de la literatura española.



Este paseo por Soria y sus pinos centenarios llega a su fin. Ha sido un placer compartir esta experiencia con ustedes, esperando que la hayan disfrutado. ☐



Signos de aire y Flores de Bach



Por Pere Garcés

Creixell - Tarragona

info@astrologiaplutoniana.com

En los artículos anteriores hablé de las Flores de Bach para los signos de agua, tierra y fuego. Hoy toca hablar de los signos de aire y, por tanto, con este artículo habré dado la vuelta completa a la rueda zodiacal.

La finalidad de toda esta serie de artículos ha sido explicar las cualidades genéricas de cada signo zodiacal, así como las esencias florales que les pueden ayudar a desarrollar su potencial y a manejarse mejor en los momentos complejos de la vida. Dicho esto, pasaré a hablar de los signos de aire, concretamente de Géminis, Libra y Acuario.

¿Cómo son los signos de aire?

Los signos de aire destacan por su naturaleza mental y por ser personas que necesitan estar siempre en constante comunicación con su entorno. Son muy ágiles de pensamiento, lo que hace que tengan una gran capacidad para procesar todo tipo de experiencias. No obstante, como son tan analistas, lógicos y racionales, les cuesta conectar con el plano sentimental y emocional. Esto hace que a veces les cueste empatizar o entender a personas que son muy emocionales.

Por otro lado, cuentan con una gran imaginación y son muy visionarios. A veces, pueden ser muy dispersos y les cuesta concentrarse en una única cosa. De hecho, a los signos de aire, les encanta trabajar en modo multitarea. Esto no es ni bueno ni malo, ya que todo dependerá de la situación.

Géminis

Es uno de los signos con más potencial comunicador. Está regido por Mercurio y su naturaleza es mutable. Está representado por los gemelos, lo que hace que sea dual. Es decir, en determinadas circunstancias puede tener dos caras o cambiar de opinión de forma muy rápida. Ahora dice blanco y al día siguiente negro sin ningún tipo de problema. Su mente es muy activa y su capacidad de oratoria muy buena. Esto hace que sean muy buenos en profesiones como ahora periodistas, vendedores, conferenciantes, maestros, así como todas aquellas actividades de cara al público.

Son muy versátiles y les encanta hacer varias cosas a la vez, lo que hace que se dispersen fácilmente y les cueste conseguir sus objetivos. Les encanta desarrollar su intelecto y aprender cosas nuevas. No obstante, muchas veces se quedan en una capa superficial, lo que hace que su conocimiento carezca de profundidad.

Flores de Bach para Géminis

Uno de los aspectos más relevantes que debe trabajar Géminis es su tendencia a la dispersión. Por ello, Wild Oat es una esencia que le ayudará a concentrarse. Dado que tiene tendencia a no prestar atención a los detalles, puede ser que tropiece con la misma piedra varias veces. En este caso, Chestnut Bud es ideal para aprender de las experiencias y no repetir errores. Géminis tiene cierta tendencia a la irritabilidad y nerviosismo, por

lo que Impatiens le aportará calma. Como es muy mental, White Chestnut le ayudará a calmar su diálogo mental incesante. Para su tendencia a la dualidad y bipolaridad, Scleranthus le aportará el equilibrio necesario.

Libra

Libra es un signo de carácter amistoso y sociable. Está regido por Venus y su naturaleza es cardinal. Detesta las peleas y conflictos y tiene un gran carácter conciliador. Esto hace que tenga grandes habilidades para negociar y llegar a pactos y acuerdos. De hecho, la abogacía es una de las carreras que se le dan mejor. Por otro lado, tiene un gran sentido de la belleza y es un apasionado del cuidado personal. También es un apasionado de las artes.

Libra, a veces, puede ser muy indeciso a la hora de tomar decisiones relevantes, lo que le puede acarrear dificultades en momentos cruciales de la vida. Puede caer en la pereza y la pasividad. En ciertos casos, su tendencia a caer en la dependencia de los demás, puede hacer que le cueste cortar relaciones y vínculos afectivos.

Flores de Bach para Libra

Para Libra es muy importante mantener el equilibrio, por lo que Scleranthus es una de las Flores de Bach que le serán de más utilidad a lo largo de su vida. Ante las dudas y su tendencia a buscar consejos externos Cerato le ayudará a conectar con su maestro interior. Para poner límites y no ser tan dependiente, Centaury le dará fortaleza de carácter. No obstante, puede ser que se sienta culpable cada vez que ponga a alguien en su lugar. Por ello, Pine también es recomendable en estos casos. Red Chestnut le permitirá no estar tan preocupado por los demás. Por otro lado, Larch le ayudará a confiar en sus posibilidades. Para contrarrestar su tendencia a la pereza, flores activadoras como Hornbeam le serán de utilidad.

Acuario

Acuario es el signo de la innovación y la originalidad. Está regido por Urano y su naturaleza es fija. Las personas acuarianas son muy idealistas y tienen una gran visión de futuro. De hecho, muchos grandes inventores

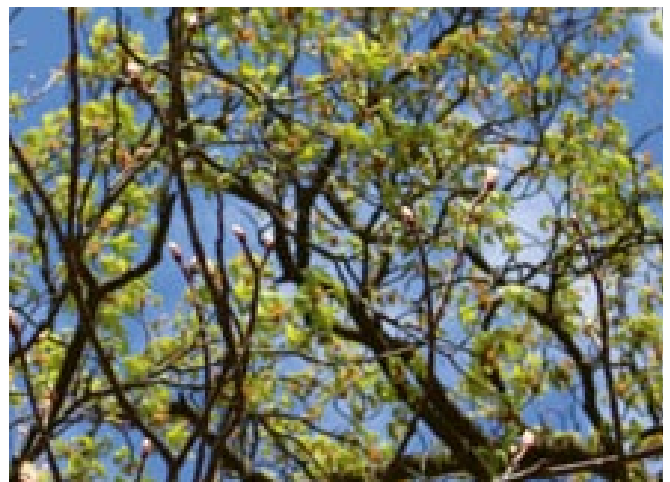
son Acuario. Por otro lado, son muy originales y les encanta sentirse diferentes. Esto hace que a veces puedan ser un poco excéntricos. Por encima de todo aman la libertad y detestan las normas.

Las personas Acuario tienen un gran sentido de grupo, ya que les apasiona colaborar con colectivos. Muchas veces pueden participar en proyectos de ONG u otro tipo de asociaciones. También son auténticos torbellinos de ideas, aunque a veces pueden pecar de falta de practicidad y sentido común.

Flores de Bach para Acuario

Acuario necesita controlar su excentricidad y rebeldía. Por ello, Vervain le puede ayudar a controlar su exceso de entusiasmo y oposición a la autoridad. Por otro lado, Cherry Plum es perfecto para posibles pérdidas de control. En caso de que dicha rebeldía le vuelva agresivo, flores como Holly le ayudarán a suavizar los ataques de cólera. Como es muy inquieto Impatiens es ideal para aportar calma. White Chestnut le permitirá canalizar su tendencia a obsesionarse por las cosas.

Una vez vista toda la rueda zodiacal, podemos decir que todos los signos, independientemente de su elemento, albergan un gran potencial. Gracias a la Astrología y las Flores de Bach podemos desarrollar nuestros talentos y a vivir con una mayor plenitud. En siguientes artículos seguiré hablando de diferentes aspectos astro-lógicos y las esencias florales más afines para trabajarlos. ¡Que los astros nos guíen y las flores pongan luz en nuestra vida! □



Chestnut Bud de Kester Bull

Flores de Bach más allá de las emociones

Por Alba Sagarra

Baix Montseny - Barcelona
hola@albasagarra.com



Las Flores de Bach llegaron a mi vida hace más de 20 años.

Estaba pasando por mi crisis de los 33, nada tenía sentido, y se desmoronó mi trabajo, mi pareja y mi hipoteca...

Mi alma estaba necesitando a gritos un retorno a su esencia y gritaba mediante la apatía, la frustración y la insatisfacción.

Afortunadamente, en mi entorno encontré voces que me invitaron a conocer las flores de Bach y me inscribí a la formación del Centro Bach que, en aquel entonces, se impartía en una casita cerca de Sant Pau en Barcelona.

Hoy puedo decir que mi conocimiento del sistema Bach, mi amor por la sencillez de las flores de Bach y el climaterio me han regalado una mayor profundidad espiritual y, por ello, también mi mirada a las flores de Bach se ha transformado totalmente y va mucho más de 38 esencias para nuestras emociones.

Porque muchas veces, cuando se habla de Flores de Bach, se habla sólo de emociones.

38 flores para 38 emociones que combinadas entre sí dan respuesta a más de 290 millones de estados emocionales...¹

La mayoría de las personas acuden a la consulta floral buscando consuelo a su sufrimiento y, muchas de ellas, lo hacen en un momento límite. Llegan buscando ayuda cuando se dan cuenta que sus emociones han tomado el protagonismo en su vida.

Recurren a las flores porque se les hace difícil sostener la carga emocional en sus vidas, ya sea ansiedad, enfado, miedos, estrés, agotamiento, desesperanza, culpa, frustración, etc.

Acuden en búsqueda de algo natural para regresar a un bienestar emocional.

Y en las flores de Bach, encuentran una herramienta sencilla para reconocer sus emociones y equilibrarlas de manera natural.

Quizás es por ello que muchas personas y terapeutas florales se quedan en esta primera capa del Sistema Bach: el equilibrio emocional.

Y esto está muy bien, porque las flores hacen justo esto, equilibrar las emociones...

Pero si te quedas en esta mirada emocional al Sistema Bach, corres el riesgo de usar las Flores de Bach sólo para hacer "desaparecer" tus emociones difíciles, lo que "te molesta" o interfiere en tu vida.

Sería algo así como buscar un analgésico, algo que baje el volumen del malestar emocional para seguir en lo mismo, sin alcanzar el cambio más profundo que el Sistema Bach te ofrece: un camino espiritual.

Un ejemplo de este "mal uso" de las Flores de Bach serían las personas que llevan años tomando sólo Remedio de Urgencia, sin explorar las emociones detrás de su malestar.

Pero las Flores de Bach nos ofrecen todo un mundo más allá de las emociones.

Sólo se precisa una mente abierta y la lectura de los escritos originales del Dr. Bach para ir sumergiéndose paso a paso a la parte espiritual de las flores.

La raíz del sistema, la filosofía detrás de las 38 Flores de Bach es nuestro desarrollo espiritual y la liberación de nuestro ser de todo lo que no somos.

Edward Bach nos ofreció una sencilla herramienta que nos ayuda a ser mejores personas.

Por eso a mí me gusta decir que las Flores de Bach te ofrecen la posibilidad de abrirte y florecer, para así poder vivir una vida más plena y aportar tu granito de arena a una humanidad más humana. ☐

¹ Ball, Stefan. *Taller de Flores de Bach*. Océano Ámbar, 2011.

La caricia invisible de las Flores de Bach: una historia de transformación



Por **Ilaria Battolla**¹

Italia

accademianaturopatia@gmail.com

Chicory de Kester Bull²

Marta era una madre como muchas. Siempre corriendo entre la escuela, las compras, el trabajo y las mil exigencias de la maternidad.

Hasta hacía poco, su vida era un delicado equilibrio con un solo hijo, Luca, un niño de 6 años con un corazón sensible y una imaginación sin límites.

Luego llegó Alice, la hermanita. Pequeña, con aroma de leche, necesitada de atención constante. Y algo en Luca cambió.

Su mirada se volvió más sombría, sus sonrisas menos espontáneas. Comenzó a encerrarse en un mundo solo suyo, en el que los dibujos hablaban más que las palabras. Hojas llenas de imágenes de colores intensos que expresaban rabia.

Pero lo que más preocupaba a Marta eran esos comportamientos agresivos e impredecibles que Luca empezaba a tener hacia su hermanita. Pequeños gestos, palabras cortantes, arranques de ira repentinos. Parecía que quería castigarla simplemente por existir. A veces la miraba con rencor, otras veces con una melancolía que partía el corazón.

Y luego, una frase susurrada a su madre, casi como si tuviera miedo de decirla: «Tal vez sería mejor que yo no existiera...»

El corazón de Marta se rompió. Trataba de mantenerse fuerte, pero por dentro se sentía perdida, culpable, incapaz de ayudar a ese hijo al que había amado desde el primer latido. Fue entonces cuando decidió recurrir a un enfoque más profundo, más sutil.

Llegó a mí, floriterapeuta y naturópata, con esperanza en los ojos y un nudo en la garganta.

Escuché su historia y le dije que Luca no tenía nada "malo": simplemente estaba atravesando una tormenta emocional demasiado grande para él. Cada niño vive los celos de manera única, y el dolor puede tomar formas sorprendentes, incluso aterradoras.

Empezamos juntas un camino con las Flores de Bach, elegidas con cuidado para acompañar a Luca en su mundo interior.

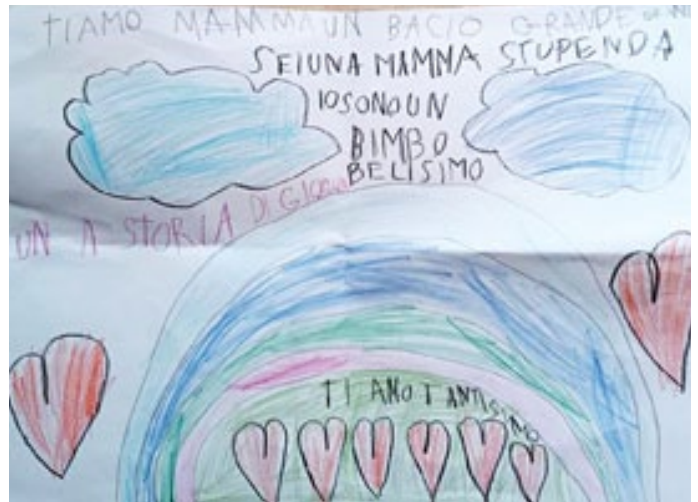
- Star of Bethlehem, para ayudar a disolver ese trauma silencioso que sintió con la llegada de su hermanita.
- Chicory, para la necesidad de amor exclusivo y el temor de haber perdido su lugar en el corazón de mamá.
- Willow, para el sentimiento de injusticia que sentía pero no podía expresar.
- Holly, para transformar los celos y la rabia en aceptación.

¹ CEO Fundadora y Docente Supervisora de la Accademia di Naturopatia Ippocrate (Sarzana, Italia). Naturópata. Floriterapeuta.

² IG_@bachflowersberlin, www.floresdebach.de y www.laboratorioflores.cl



Holly de Kester Bull



- Larch, para reforzar la confianza en sí mismo, a menudo dañada por la comparación.
- Cherry Plum, para contener esas emociones explosivas que no lograba controlar.
- Heather, para ayudarlo a salir del ensimismamiento, de la ansiedad y del miedo a la soledad.
- Beech, para desarrollar tolerancia y comprensión hacia su hermanita.
- Mimulus, para aliviar los miedos más profundos, a menudo no expresados.
- Gentian, para reavivar la esperanza y la confianza.

No obligué a Luca a hablar. En cambio, lo invité a expresarse con colores, con imágenes, con los pequeños gestos.

Después de unas semanas, Marta me escribió un mensaje:

"Hoy dibujó un coche. Dijo que dentro hay dos niños: 'Somos yo y Alice', dijo. 'Ahora podemos viajar juntos.'"

Fue en ese momento que comprendimos que el viaje interior estaba funcionando.

Luca no necesitaba ser cambiado. Solo necesitaba ser escuchado. Y las flores, con su energía sutil pero poderosa, actuaron como una caricia invisible, devolviendo la luz a sus ojos y al corazón de su madre. ☐



Flores nacidas en el barro

Por Julia Esparza Rodríguez¹
y Carmen Risueño²



Wild Rose de Kester Bull

Me llamo Julia y soy una superviviente de la DANA. Os voy a relatar cómo las Flores de Bach me han ayudado, poco a poco, a ir sanando esta tragedia.

Soy consciente de que esto ha sido obra de la naturaleza, pero si se hubiera avisado a la población, más de una muerte se habría evitado. Al igual que con la ayuda: no hubo reacción inmediata, ni voluntad de ayudar, ni organización. Caos total.

Para mí fue un tsunami que arrasó mi pueblo. No hay palabras ni imágenes –por muy impresionantes que sean– para describir esta devastación. Hay que venir y pasear por las calles de los pueblos afectados. Ahí, a pie de calle, se ve la destrucción; se respira y se ve la negrura que ha dejado en los pueblos y en las personas... sobre todo en las personas.

No paro de decir GRACIAS. Gracias porque mi familia y yo estábamos en casa (vivo en un cuarto piso); gracias porque en mi familia, en general, todos están bien –unos pasaron más que otros–; gracias porque mis amig@s,

vecin@s y conocid@s están bien. ¿Daños materiales? Bastantes, pero para mí lo principal es la vida y la salud.

No tengo suficientes palabras para agradecer a l@s voluntari@s: son ángeles reencarnados en la Tierra. Doy gracias a SEDIBAC, y sobre todo a Adela Latorre Chásenas, y a Carmen Risueño Izquierdo, por testarme, sostener conversaciones terapéuticas y proporcionarme los frascos con las Flores, desde el mes de febrero hasta la actualidad. Gracias a todos los terapeutas por sus sesiones sin ánimo de lucro. He visto la oscuridad, pero la luz ha brillado por encima de ella.

Mi recuerdo para los que no están en este plano: ¡yo os honro! Y mis condolencias para los familiares de las víctimas. Algún día se sabrá la verdad. ¡Seguid luchando!

Y que no os quepa duda de una cosa... ¡EL PUEBLO SALVA AL PUEBLO!

Un fuerte abrazo de una valenciana. Julia.

Y estas son las flores nacidas en el barro:

- Mustard, para la tristeza experimentada, en ocasiones profunda.
- Walnut, para no permitir que me afecten las circunstancias.

¹ Afectada de la DANA valenciana makiracos@hotmail.com

² <https://crecimientointerior.com>
Miembro de SEDIBAC Profesional, número 368.
carmenrisuenoizquierdo@gmail.com

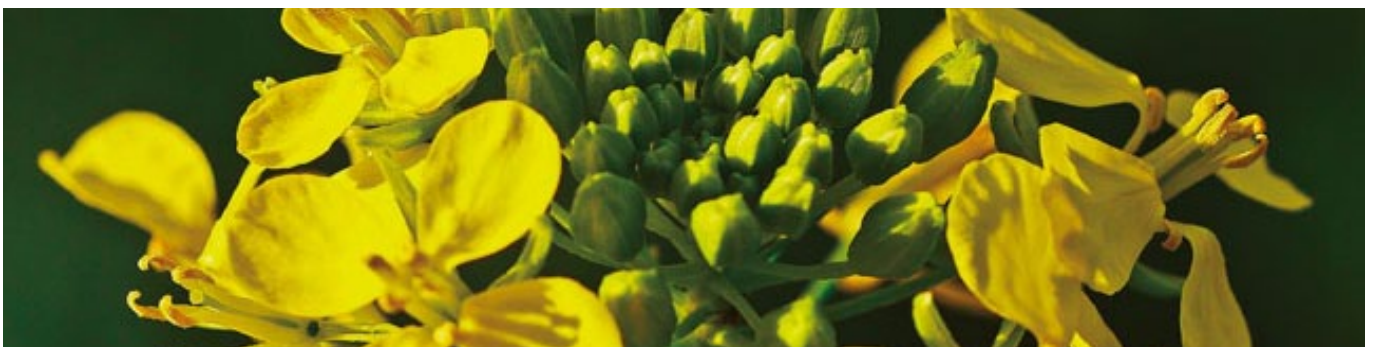


Clematis de Kester Bull

- Holly, para la rabia experimentada a causa de lo catastrófico y no bien canalizada.
- Gentian, por la sensación de "no puedo con esto", sentirme superada.
- Willow, por sentir que esta situación no tendrá perdón sobre aquellos que no avisaron, no apoyan, no gestionan, no resuelven...
- Aspen, para "no sentirme persona porosa" ante las circunstancias ajenas tan extremas, poderme distanciar y relativizar lo propio de lo ajeno.
- Impatiens, para la sensación intensa de salir corriendo, ir con prisas, estrés.
- Scleranthus, para las dudas entre dos aspectos, dos cosas, dos gestiones; mareos, inestabilidad física y emocional. Relacionarme.
- Agrimony, para no tener que disimular, sentirme cercana a mis verdades sin necesitar envolver la realidad con aditivos, ni medicamentos, ni disfraces.
- Centaury, para no sentirme sometida, ni a nada, ni a nadie, ni a las circunstancias, ni tan siquiera a mí misma.
- Clematis, para bajar a la Tierra, no ensoñar y sí materializar; trabajar en estrategias nuevas, en el aquí y ahora; con mayor espontaneidad.

Muy agradecida, por siempre. Carmen
Junio 2025. ☐

Mustard



“Arquetipos femeninos y esencias florales. Las diosas de cada mujer y para cada varón”, de José Antonio Sande y Laura Mayorga¹

Por Cecilia Vietto²
Barcelona
cecivietto@gmail.com



Las que nos habitan

En la historia de la humanidad, los relatos míticos han sido un lenguaje simbólico a través del cual las culturas han expresado las verdades profundas del alma. “Arquetipos femeninos y esencias florales. Las diosas de cada mujer y para cada varón”, de José Antonio Sande y Laura Mayorga, nos invita a sumergirnos en ese universo con una mirada sensible, terapéutica y transformadora.

Este libro propone una lectura integradora de lo femenino a través del encuentro entre ocho figuras arquetípicas de la mitología griega (Artemisa, Atenea, Hestia, Hera, Deméter, Perséfone, Afrodita e Iris), dos arquetipos sociales (Agar y Cenicienta) y dos figuras simbólicas de fuerte resonancia vinculadas al mito (Medea y Eva). Lejos de reducirse a una clasificación académica cada figura es una puerta a la experiencia humana: nos habla de lo que hemos sido, de lo que somos, de lo que ignoramos y también de lo que podemos llegar a ser si decidimos integrar esas energías en nuestra conciencia.

La estructura del libro es clara, profunda y orgánica. Cada arquetipo se desarrolla desde distintos ángulos que permiten una comprensión compleja y viva:

- Su **origen mitológico**, que pone en relación el arquetipo con los relatos del inconsciente colectivo;
- Las **cualidades de la diosa**, entendidas como los atributos energéticos que la figura encarna;
- Las **cualidades del arquetipo**, es decir, cómo esas energías se codifican y manifiestan en el campo humano;
- Su **proyección en la vida cotidiana**, desde la infancia hasta la madurez de la mujer;

- El **ámbito limitado del arquetipo**, que muestra cómo su fijación puede condicionar inconscientemente la existencia;
- Y finalmente, una **propuesta de integración**, donde se formula una vía de tránsito hacia la conciencia, la libertad y la responsabilidad.

El sistema floral que propone el libro para acompañar el trabajo de integración energética de los patrones abordados es: “La canción de Eva”, de Eduardo H. Grecco, set de 12 esencias florales que acompaña esta travesía como una herramienta terapéutica que potencia el trabajo con los arquetipos. Si bien las esencias no son el eje central del libro, sí ofrecen una propuesta sutil y poderosa para facilitar la integración energética de los patrones abordados.

Este texto nos invita a mirar el universo simbólico con humildad, a dejar que nos habite, y a caminar hacia una mayor coherencia entre lo que sentimos, pensamos y hacemos. Porque, en definitiva, comprender los arquetipos no es un fin en sí mismo, sino un modo de recuperar la soberanía interior.

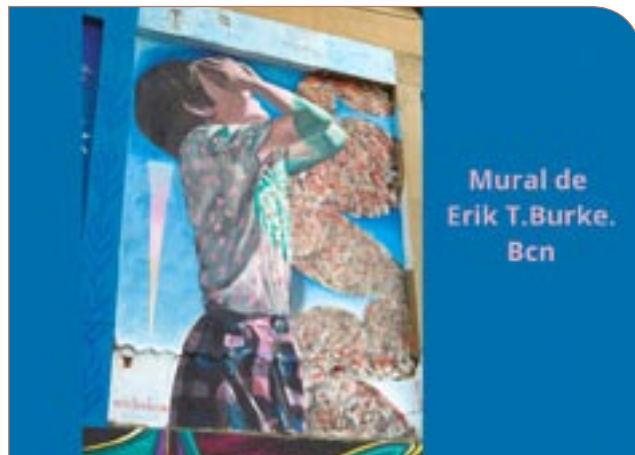
Quizás, como sugiere el espíritu del libro, no se trata de elegir entre una diosa u otra, entre Medea o Eva, entre Afrodita o Hestia, sino de reconocer que todas ellas nos atraviesan y nos componen. Y que en esa diversidad está también la posibilidad de florecer con autenticidad.

“Y en el jardín interno de cada persona, donde la diosa florece, se despierta la posibilidad de transformarse en autor, autora consciente de la propia vida.” □

¹ Editorial: Continente. Longitud: 224 páginas. Fecha de publicación: 09/2012. ISBN: 978-950-754-364-7

² <http://www.linkedin.com/in/ceciliavietto>

Rock Rose



Por **Pilar Vidal Clavería**¹

Barcelona
pilarvidalclaveria@gmail.com

Es el remedio de rescate. Es el remedio de emergencia para casos en los que, incluso, parece no haber esperanza. En accidentes o en enfermedades que aparezcan de forma súbita, cuando el paciente se siente muy asustado o aterrorizado, o si la situación de la persona es lo suficientemente seria para causar miedo entre quienes se encuentran a su alrededor. Si el paciente se encuentra inconsciente podrán mojar sus labios con el remedio. Puede requerirse también otros remedios como, por ejemplo, Clematis si hay inconsciencia, o Agrimony si hay tortura, etc.

△ *Los doce sanadores.* **Edward Bach**

Has de aprender a bajar al abismo
para encontrar los tesoros de la vida.
Allí donde tropieces,
ahí está tu tesoro.
En la cueva donde temías entrar
encontrarás la fuente
de lo que estabas buscando.

△ **Joseph Campbell**

Un rey recibió como obsequio dos crías de halcón y se las entregó al maestro de cetrería para que las entrenara. Al cabo de unos meses, el instructor le comunicó al rey que uno de los halcones estaba totalmente adiestrado, pero que al otro le pasaba una cosa extraña: no se había movido de la rama desde el día de su llegada al palacio, hasta el punto de que era necesario llevarle allí su alimento. El rey buscó curanderos y sanadores, pero no hubo ninguno que consiguiera hacer volar al halcón. Entonces les encargó la misión a miembros de su corte, pero ninguno lo consiguió. Desde la ventana de su habitación, el monarca veía al pájaro inmóvil en la rama. Finalmente, publicó un edicto entre sus súbditos y a la mañana siguiente, vio al halcón volando por los jardines.

– Traedme al autor de este milagro -dijo el rey. Rápidamente le presentaron a un campesino.

– ¿Tú has hecho volar al halcón? ¿Cómo lo has conseguido? ¿Qué quizás eres un mago?

Entre feliz y asustado el hombre respondió:

– No ha sido difícil majestad, únicamente he cortado la rama donde se posaba el halcón. El pájaro ha visto que tenía alas y sencillamente ha volado.

△ **Autor desconocido**

Sólo aquellos que se arriesgan a llegar demasiado
lejos descubren lo lejos que se puede llegar.

△ **T.S. Elliot**

¹ <http://piltruns.blogspot.com/>
La fotografía es de Pilar Vidal Clavería

Caso de blefaritis

Por Roberta Frison

Italia

consulenzadal1998@gmail.com



Beech de Kester Bull

Mujer de 49 años, residente en el norte de Italia. Trabaja en un hospital.

Motivo de la consulta (14 de enero 2025): Blefaritis (inflamación aguda del borde palpebral causada por el ácaro demodex).

La cliente se presentó a la consulta con gafas de sol debido a una fuerte molestia ante la luz. Los ojos estaban enrojecidos e inflamados.

Antecedentes: La señora arrastraba el problema desde hacía aproximadamente un año. Había seguido tratamientos

con corticoides y terapias costosas con una tecnología llamada Luz Pulsada Intensa (IPL), y había probado también colirios de todo tipo, sin resultados sustanciales.

Tratamiento floral (16 de enero): Le sugiero un colirio en solución fisiológica isotónica con Beech, Vervain y Crab Apple, 2 gotas, 4 veces al día.

Me contactó exactamente 3 días después, para decirme que había sentido un gran alivio tras el uso del colirio y que los ojos ya no estaban enrojecidos. ☐

Niña con estomatitis¹

Por Chantal Meola

Italia

chantalmeola161@gmail.com



Crab Apple de Kester Bull

Niña de 9 años con una fuerte estomatitis. Ya no puede comer ni beber por el dolor. Apenas puede hablar... los labios y las mejillas están muy hinchados, tanto que no puede cerrar la boca.

Le propongo enjuagues, pero los rechaza.

Le preparo una crema para aplicar en toda la mitad inferior del rostro y en la garganta con:

Agrimony, Crab Apple, Vervain, Star of Bethlehem, Cherry Plum, Sweet Chestnut y Walnut.

Se indica que se la aplique cada 15 minutos, coincidente con la reaparición del dolor.

A las 2 horas de la primera aplicación, la niña vuelve a hablar, a sonreír, y se refiere a la preparación como "la crema mágica".

Externamente se ha reducido la hinchazón y los labios han recuperado su color normal. ☐

¹ Se entiende por estomatitis la inflamación de la mucosa, generalmente con llagas, que aparece en cualquiera de las estructuras de la boca. Puede afectar a la lengua, las encías, el paladar, la cara interna de las mejillas, los labios e, incluso la garganta.

¡Quiero dejar de fumar!

2ª parte



Pine de Kester Bull

Por Carmen Risueño¹

Madrid

carmenrisuenoizquierdo@gmail.com

...Continuidad de las visitas de F. J. L.

Revista de Sedibac N° 114

En el anterior artículo: A esto se sumó un evento inesperado: un gravísimo accidente en Perú debido a un corrimiento de tierras. Se fracturó la cadera y fue sometido a tres cirugías, quedando con un grado de discapacidad y sin espíritu combativo.

Mayo de 2019

Vuelve a conectar conmigo. En el reencuentro, reitero las consignas de una consulta seria y eficaz. Elaboramos estrategias para perdonar y perdonarse. El accidente en Perú le generó un sufrimiento profundo.

Sus apoyos florales:

- Willow: para el rencor hacia su entorno, la tierra, la pérdida del móvil, las demoras, las cirugías, la cojera, el divorcio, los hijos.
- Gentian: por tendencia a ver lo adverso.
- Gorse: por la falta de esperanza, centrado solo en sí.
- Larch: por el sentimiento de inferioridad frente a su padre idealizado. Abandona sus sueños por la empresa familiar.
- Honeysuckle: le ayuda a soltar amarras, se posiciona mejor en su presente. Hombre, padre, empresario, luchador...

Nuevos retos:

- Holly y Vine: para gestionar su rabia y su venganza por sentirse superior.
- Wild Oat: para encontrar propósito en su vida y en sus pasiones.
- Impatiens y Agrimony: le ayudan a aprender a no huir del dolor y actuar con fuerza emocional.
- Cherry Plum: para manejar su ira. De 4 cajetillas diarias, baja a 5 cigarrillos/día.
- Oak y Hornbeam: para actuar sin esfuerzo y sin pereza.

Damos continuidad, quincenalmente. Iniciamos en 2016. Continuamos en mayo de 2019.

Desde el 2014

Su clave emocional y conductual es situarse "Dentro y fuera del tarro de basura", (citando el libro de Fritz Perls y Adriana Schnake, Ed. Cuatro Vientos). Sin miedos, ni justificaciones, ni paranoias ni proyecciones, sin culpas, ni tristezas.

Esencias florales clave:

- Heather, Impatiens, Water Violet: por la soledad del que se siente superior, aunque se devalúa. Equilibrio.
- Chicory: para aceptar pérdidas (sus hijos le rechazan).
- Pine: por el dolor y la responsabilidad en su transitar hacia ell@s. Aceptar, entregarse.
- Rock Rose: porque su/s ego/s van sufriendo muchas transformaciones.

¹ <https://crecimientointerior.com>
Miembro de SEDIBAC Profesional, número 368.

Su nuevo YO: realista, sólido, estructurado.

El divorcio: Su esposa le recrimina ausencias y frustración vital. Él reflexiona: cada un@ es responsable de sí. No se siente culpable, sí corresponsable de sus errores (broncas, viajes, imposiciones) y también de sus logros: casa de tres plantas, coches, casa en una playa, estabilidad económica. A cambio, mucho dolor en la pérdida de cercanía con sus hijos. Nunca impidió a su esposa estudiar o trabajar. La separación es dura. Ella, con intentos de suicidio y depresión latente.

Él observa que ella es manipuladora y víctima de sí. Él, víctima también:

- Centaury: por la sumisión a normas obsoletas, incluso a sí mismo.
- Larch: por la sensación de fracaso, en comparación con padres felices.
- Pine: por el derecho a ser y a ser feliz.
- Walnut: le ayuda a elegir su camino sin interferencias.
- Wild Oat: por las posibilidades antes bloqueadas.

* A causa del nacimiento de su primera nieta (por su hija), fue el primero en acudir al alumbramiento y parece que se están rehabilitando vínculos.

* Con su hijo, a causa de la petición de ayuda para un trabajo, también se abren puertas de descubrimientos en actitudes y aptitudes.

Junio del 2025

Continuamos procesando – transitando lo nuevo.

Aprendiendo de todo y de tod@s.

Con gusto, suerte y salud.

Abrazo. Carmen. R. ☐



NOVEDADES BIBLIOTECA

El lenguaje de las plantas. Una guía para descubrir las propiedades de las esencias florales de las plantas

Por Jordi Cañellas

Nuestra biblioteca dispone actualmente de unos 200 libros relacionados con la terapia floral. Asimismo, dispone de interesantes documentos, grabaciones y filmaciones (VHS o DVD). El catálogo bibliotecario se va ampliando con las novedades editoriales del sector.



<https://sedibac.org/area-socios/biblioteca/>

Rock Rose: la flor del pánico felino

Por Ana Castel de las Heras¹
Zaragoza
hola@universomichi.es



Chicory de María del Mar Ruíz

Hoy sabemos que el sistema nervioso autónomo, el eje intestino-cerebro y el entorno emocional, tienen un impacto directo en la salud digestiva, urinaria y conductual de los gatos.

Estudios recientes en medicina veterinaria integrativa confirman que el estrés crónico puede alterar funciones inmunológicas y digestivas, siendo la causa subyacente de muchos diagnósticos funcionales.

Una experiencia compartida entre gatos y flores

Desde hace un año acompaño a gatos con problemas de comportamiento y gestión emocional. Gatos huidizos, que no se dejan tocar, que desaparecen bajo la cama en cuanto suena un ruido o entra una visita. Ellos han sido mis maestros y los que me han mostrado que las flores de Bach, lejos de ser un placebo, pueden transformar una vida si se usan con conocimiento y sensibilidad.

¿Miedo o pánico? Una diferencia vital para los gatos

En el lenguaje floral, muchas veces se asocia el miedo con Mimulus y así es como habitualmente se utiliza en los felinos. Pero los gatos no sienten miedo como lo sentimos los humanos ya que ellos no pueden racionalizarlo y, el felino que siente miedo, lo hace de forma extre-

ma. Por ello, no solo se paraliza, sino que se oculta, huye y se defiende porque la clave de su miedo es que siente pánico a perder su vida. A la hora de trabajar con las flores, esta diferencia entre el miedo humano y felino resulta esencial.

Mientras Mimulus habla del miedo cotidiano, **Rock Rose** representa el **pánico**, ese estado en el que el sistema nervioso se desregula y la respuesta no es pensada, sino pura supervivencia.

El mismo Dr. Bach describió Rock Rose como "la esencia del terror y el pánico, cuando el pensamiento consciente y la decisión resultan imposibles". Los felinos que no pueden controlar su entorno viven en una espiral de supervivencia, no en una vida plena. Por ello, en mis protocolos florales para el miedo felino, en donde el miedo gobierna al gato –incluso cuando este miedo no es visible para el ojo humano–, Rock Rose es la flor clave para comenzar.

Emoción e intestino: una conexión silenciosa

Con el tiempo, me di cuenta de que existía un patrón repetitivo en muchos de los gatos que trataba: miedo intenso acompañado de **heces blandas o acuosas**. Pese a numerosas pruebas coprológicas negativas, desparasitaciones y cambios a dietas hipoalergénicas pautadas por sus veterinarios al diagnosticarles de intolerancia alimentaria, los síntomas gastrointestinales persistían.

Fue entonces cuando observé cómo, al introducir Rock Rose en la fórmula floral personalizada, no solo mejoraba la respuesta del gato frente a la gestión emocional, sino también la frecuencia, textura y regularidad de las heces. Cuando el pánico se calmaba, también lo hacía el intestino y esto permitió que volvieran a una dieta normal, propia de un gato sano.

Esta experiencia no es casual. El intestino, en humanos y animales, es un órgano directamente vinculado a la emoción, y el miedo actúa especialmente sobre él. Desde la visión holística, sabemos que los órganos no son solo tejidos, sino centros vivos de expresión emocional.

Recordemos que, según la veterinaria Jean Hofve, "Las afecciones relacionadas con el estrés en los animales incluyen asma, problemas del tracto urinario, conjuntivitis y malestar gastrointestinal (vómitos y/o diarrea)." La conexión intestino-emoción es clave: pánico = intestino alterado.

El "miedo" de los humanos a usar Rock Rose

Curiosamente, muchas personas evitan usar Rock Rose por la creencia de que puede "revivir traumas" o "activar crisis". Nada más lejos de lo que he observado. Rock Rose no reabre heridas, sino que ayuda a cerrarlas para comenzar a trabajar. Contribuye a canalizar lo insoportable y poner nombre al caos. Pero sí es cierto que no es una flor para mantener indefinidamente. Una vez el pánico ha sido contenido, es la primera esencia que retiro de la fórmula, dejando espacio a otras más adecuadas a la nueva etapa del animal.

Dr. Bach y Rock Rose: emergencia y coraje

En su obra *The Twelve Healers and Other Remedies* (1936), Bach define Rock Rose como "el remedio de emergencia ante casos en que incluso parece que no hay esperanza". Útil ante el pánico, miedo a la muerte o condiciones que generan "gran terror". La virtud de la flor es otorgar calma y coraje donde antes solo había pánico.

Además, The Bach Centre lo describe como ayuda para olvidar el miedo cuando "nuestro coraje se renueva"

Una flor reveladora

La doctora Lisa Radosta, veterinaria especialista en comportamiento, explica que "los gatos no expresan el estrés o el pánico con llanto o verbalizaciones como los humanos, sino a través de signos sutiles que pueden escalar rápidamente en problemas médicos: cistitis idiopática, vómitos, diarreas, agresividad o aislamiento" (*Journal of Feline Medicine and Surgery*, 2020). Aquí es donde una intervención respetuosa y emocional puede marcar la diferencia.

El día que decidí incluir Rock Rose en mis fórmulas marcó un antes y un después. A partir de entonces, comencé a ver transformaciones reales en gatos extremadamente sensibles: los que no se dejaban tocar, los que no se relacionaban, los que se orinaban fuera del arenero, tenían problemas gastrointestinales sin causa justificada o pasaban el día escondidos. No es que de repente se convirtieran en extrovertidos, sino que comenzaron a gestionar sus emociones y eligieron aparecer, observar, explorar... y vivir.

En base a lo que he observado, Rock Rose no convierte a los gatos en lo que no son, sino que les da el espacio emocional para ser quienes son sin sentir el peso del pánico.

También he utilizado la flor con éxito en gatos que habían sido rescatados tras sufrir abusos, o que entraban en estado de parálisis ante sonidos como petardos o truenos. En estos casos, Rock Rose no actúa como un sedante, sino como una vía de descarga emocional que permite al sistema nervioso salir del colapso.



Rock Rose de Audrey Legnani

Testimonios clínicos y relatos de casos

Uno de los casos que he tratado ha sido el de Lissi, una gatita que llegó a casa de su familia con apenas mes y medio, tras haber sido separada bruscamente de su madre y hermanos. Esta falta de tiempo crítico con sus congéneres le impidió desarrollar una gestión emocional adecuada, y desde muy pronto comenzó a mostrar miedos intensos, reacciones de estrés desproporcionadas y conductas que evidenciaban una gran inseguridad a perder su vida.

Esos desequilibrios emocionales derivaron en problemas físicos: vómitos recurrentes, diarreas y episodios de eliminación fuera del arenero. Su familia había probado de todo: dietas especiales, tratamientos veterinarios, pruebas... pero nada parecía dar un resultado de forma sostenida.



Fue entonces cuando decidimos iniciar un tratamiento con Flores de Bach. Recuerdo que su tutora era muy escéptica, pero se mostró totalmente abierta a probar. A la semana, comenzaron a notar pequeños cambios. A los dos meses, Lissi ya era otra: más estable, más tranquila, más confiada con ellos.

Al tercer mes reajusté la fórmula floral, ya que aún persistía algo de diarrea esporádica.

Lo sorprendente fue que, dos meses después de ese ajuste, Lissi tenía una vida activa en el hogar, comía con normalidad, no había tenido ni un solo vómito más y sus heces eran completamente normales. Su transformación fue profunda, no solo a nivel físico, sino emocional: dejó de sobrevivir con miedo y comenzó a vivir con equilibrio.

La fórmula del tratamiento que preparé para ella fue la siguiente: Rock Rose / Sweet Chestnut / Cherry Plum / Olive / Larch / Centaury / Walnut.

Trabajé también con Scleranthus en la fórmula, porque presentaba en ocasiones heces líquidas e infecciones de orina idiopáticas (de origen desconocido) y de forma alterna.

Este caso, como tantos otros, reafirma lo que veo cada día: cuando se actúa sobre la raíz emocional con herramientas sutiles pero potentes, como las Flores de Bach, los resultados llegan... incluso cuando todo lo demás no lo ha conseguido.

El miedo y el pánico de un gato no es un capricho ni una desobediencia, es la expresión de una herida invisible. Cuando elegimos acompañarlo con respeto, sin forzar, sin exigirle ser "valiente", y le ofrecemos herramientas como las flores, abrimos la puerta a la verdadera transformación: no que deje de tener miedo, sino que ya no tenga que vivir desde él. ☐

“No podemos esperar que los demás hagan lo que nosotros queremos, sus ideas son correctas para ellos, y aunque su camino pueda ir en dirección opuesta al nuestro, la meta final del viaje es la misma para todos.

Descubrimos que, cuando queremos someter a los otros a nuestros deseos, solemos someternos a los de ellos.* ”

***Libérate a ti mismo**

Bach dice



TESTIMONIO

El espíritu de servicio que transforma vidas.

Este testimonio nace de la emoción y el recuerdo de quien fue parte activa de SEDIBAC y aún se siente profundamente vinculado a su misión.

Por Àngel Peral Jodar
bcnhangel@gmail.com

Me habéis emocionado. Poco hicimos los ponentes en comparación con todo lo que hacéis vosotros durante todo el año, y año tras año, desde hace más de tres décadas.

Sé bien de lo que hablo, porque también he tenido el privilegio de pasar unos cuantos años trabajando en vuestro lado y a vuestro lado. Una experiencia impagable que, sin duda, me hizo mejor persona.

Por eso, el agradecimiento es compartido. Os felicito por mantener bien vivo el espíritu que llevó a tres iluminadillos a crear SEDIBAC hace ya 32 años, y por haber puesto en práctica desde entonces esa gran vocación de servicio voluntario que caracteriza a la asociación, y que fue también el motor de vida del propio Edward Bach.

Desde el Voluntariado, desde la Junta y desde el despacho, cada nuevo día de SEDIBAC es un nuevo día de ilusión y esperanza para muchas personas, a quienes la terapia floral ofrece posibilidades reales de transformar sus experiencias de vida. Y también es un nuevo día de realización y misión cumplida para vosotros.

Sois grandes, y lo sabéis.

Brindo por vosotr@s y por muchos, muchos más años de SEDIBAC



www.sedibac.org

 [IR A SUMARIO](#)



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