

LA SALUT DEL COS, LA MENT I L'ESPERIT:

Teràpia amb flors de Bach

Laia Serra

PERIODISTA

Cristina, pots explicar-nos què són exactament les flors de Bach?

Per parlar amb propietat, en primer lloc és necessari conèixer la figura del doctor Bach. Eduard Bach fou un metge anglès (1886-1936) que va destacar en la investigació dins del camp bacteriològic i de l'homeopatia. Dos grans interessos el van moure a la seva vida: la compassió cap als éssers que pateixen i el desig de remeiar el seu patiment. Aquest fet, unit al respecte i amor envers la natura, el va portar i el va motivar a desenvolupar una teràpia natural, senzilla i molt efectiva. El 1930 va abandonar la seva pròspera consulta i també el seu laboratori i va marxar cap a Gal·les per intentar trobar en la natura el que buscava. Guiat per la seva intuïció es va convertir ell mateix en el seu propi laboratori, i es va comprometre en una recerca que el va dur a la descoberta i sistematització dels 38 remeis florals que formen part del seu sistema.

Què són i i quin servei fan les flors de Bach?

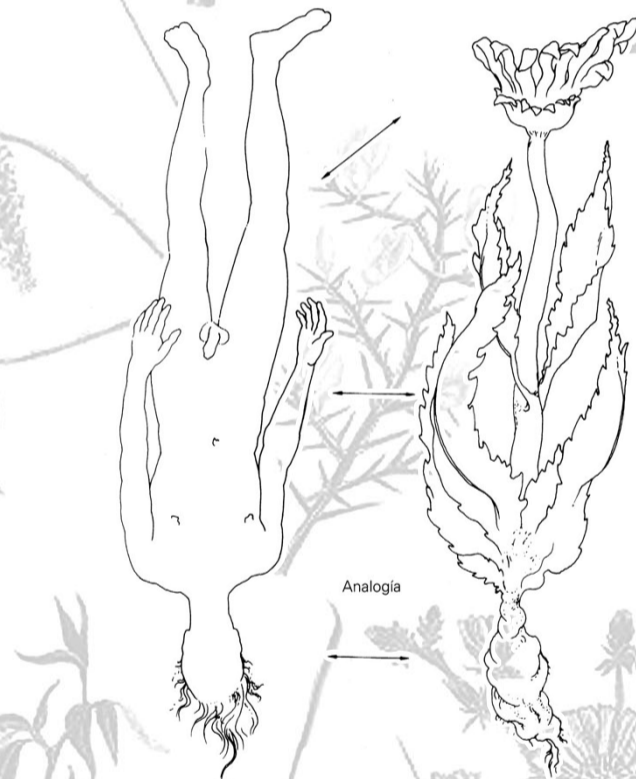
És un sistema alternatiu, compost de 38 remeis florals cada un dels quals pertany a una flor concreta. És a dir, el doctor Bach va escollir 37 flors d'arbres, arbustos i plantes silvestres i hi va afegir un remei (el 38è) compost per aigua de deus amb propietats curatives.

Les flors de Bach constitueixen una teràpia vibracional, holística (veu l'ésser humà en conjunt), que ajuda a restablir la salut, harmonitzant les disfuncions en el camp físic, emocional, mental i espiritual de tots els éssers vius, siguin humans, animals o plantes.

Què fas per prescriure-les i com es prenen les flors de Bach?

Bàsicament, mitjançant l'entrevista i l'observació —encara que hi ha altres tècniques per prescriure-les. Per al doctor Bach, la ment és la part més sensible de la nostra persona i on apareixen, abans que en qualsevol altre lloc, els indicis de la disharmonia. És per això que es treballa amb l'entrevista com a font de dades, així com amb l'observació d'altres símptomes (físics, funcionals, conductuals, etc.). Les flors de Bach es poden prendre de forma oral, en un flascó de 30 o 60 ml diluïdes en aigua. La dosificació vindrà donada pel terapeuta, però normalment són quatre gotes quatre cops al dia pel cap baix. També es poden utilitzar

Les flors de Bach són un dels remeis de major eficàcia per aconseguir d'una manera natural l'equilibri de la nostra salut, però també són molt desconegudes. Per saber una mica millor en què consisteix la teràpia amb flors de Bach hem entrevistat **Cristina Blanch**, terapeuta que fa més de 10 anys que treballa amb remeis herbacis i que va incloure en els seus tractaments les potents essències florals. Va fer els seus estudis a SEDI-BAC, un centre del qual també ens parlarà.



aplicades al cos amb compreses o afegides a cremes, mascaretes d'argila, col·liris, locions capil·lars, xampús..., es poden posar a la banyera, a l'aigua de regar les plantes o a l'aigua de beure dels animals.

Creus que cal estar malalt per prendre les essències florals?

No. Tots tenim actituds i sentiments negatius que generen una determinada energia que actua en contra de nosaltres i d'aquells que ens envolten. Aquest fet constitueix un conflicte en si, una disharmonia que es materialitzarà més endavant en una patologia física, emocional o mental. Si corregim aquest estat negatiu que ens està alterant o creant un malestar, llavors estem prevenint el desenvolupament de la malaltia al mateix temps que millorem com a persones. Per exemple, tenim un disgust i portem dies que estem molt tristos, cada dia que passa no sabem refer-nos, llavors aquesta tristesa s'instal·la a casa nostra (al cos) i no

sabem com fer-la marxar. Si prenem el remei adient podrem prevenir un possible estat depressiu que es pot manifestar a la llarga si aquesta tristesa no marxa.

És una teràpia fiable? Té contraindicacions?

La teràpia floral de Bach s'aplica des de fa 70 anys. Hi ha una gran experiència en el seu ús i moltes publicacions que avalen els seus resultats.

El 1983 l'OMS (Organització Mundial de la Salut) va publicar un estudi dirigit a les administracions sanitàries dels seus estats associats en què recomanava explícitament la teràpia de Bach.

A més, al 1993 es va crear SEDIBAC, una societat sense ànim de lucre, enregistrada legalment. Aquesta societat té per finalitat la difusió i l'estudi d'aquest sistema curatiu a tot l'estat, mitjançant un butlletí, debats, xerrades i seminaris divulgatius, així com activitats de formació continuada per a tots els socis.



EL DOCTOR EDWARD BACH



- MARE: embaràs, part i postpart.
- NADONS: naixement, dentició, còlics, qualsevol canvi.
- NENS: pors nocturnes, enuresi, gelosia, timidesa, hiperactivitat, atonia, irritabilitat.
- ADOLESCENTS: inseguretats, tot tipus de pors, no acceptació del canvi, despertar sexual, retraïment.
- ADULTS: xocs, accidents, qualsevol situació nova, dubtes, inseguretats, pors, tristesa, impaciència, dolor físic o mental, cansament, estrès, perfeccionisme, hiperactivitat.
- ANIMALS: abandó, xocs, accidents, agressivitat, possessió.
- PLANTES: plagues, trasplantament, canvi de lloc, cansament.

Què t'agradaria transmetre als nostres lectors i lectores?

Fa molts anys que treballa amb les flors de Bach i no hi ha dia que no em sorprengui el seu efecte en l'ésser humà. El de les flors és un món infinit, perquè encara que siguin 38 remeis més el d'emergència hi ha tants tractaments com persones hi ha. Tot i que existeixen moltes formes d'aplicació, les flors de Bach treballen internament, potenciant els valors i transformant les nostres actituds negatives que ens fan patir. Recordem que es tracta el malalt i no la malaltia. Estic molt contenta d'haver-les trobats a la meua vida personal i professional.

(Per a més informació, Cristina Blanch: 934 207 053.)