

MIMULUS (MIM)

MÍMULO. MIMULUS GUTTATUS

LO QUE BACH DIJO DE MIM:

«Para el miedo a las cosas de este mundo, tales como la enfermedad, el dolor, los accidentes, la pobreza, la oscuridad, la soledad, las desgracias; los temores de la vida cotidiana. Estas personas soportan en silencio y secretamente sus miedos, sin hablarlos libremente con los demás».

PALABRAS CLAVE

Timidez. Temor a la evaluación negativa y al rechazo. Inseguridad.

Evitación. Introversión. Sentimiento de inferioridad.

Aislamiento activo. Ansiedad social. Temor de origen conocido.

MIMULUS COMO TIPOLOGÍA

Se trata de una persona tímida, evitadora, vergonzosa, vulnerable, ansiosa, muy insegura, reprimida y muy introvertida que no suele comunicar sus temores.

Los niños MIM dependen mucho del contacto materno. Son muy miedosos y vergonzosos y tienen tendencia a orinarse en la cama (enuresis) hasta edades avanzadas. Suelen ser hipersensibles a estímulos sensoriales extremos como el frío, el calor, el ruido... Son, básicamente, delicados y enfermizos.

Existe en MIM un temor exagerado a sufrir cualquier tipo de humillación o vergüenza social y un enorme miedo a la evaluación negativa, a ser rechazado.

MIM se percibe a sí mismo como inútil, inadecuado e inferior. Está convencido de que si los demás descubren su verdadera naturaleza lo rechazarán y denigrarán. No se relaciona en profundidad con nadie a menos que esté seguro de agradarle o de ser aceptado, cosa que sin duda resulta, como mínimo, difícil.

Siente que los demás siempre están pendientes de él para juzgarlo, criticarlo y desaprobalo. Esta suspicacia lo lleva a un estado de hipervigilancia permanente donde la relación con los otros se transforma en una amenaza.

Le horroriza ser el centro de atención, y lo peor es que en cualquier relación interpersonal se siente, muy a su pesar, el foco de todas las miradas y juicios reprobatorios. Por este motivo, la presencia de desconocidos o situaciones nuevas merma su ya escasa vitalidad. Esta susceptibilidad genera un gran gasto de energía en un intento imposible de mantener todo controlado y así obtener algo de seguridad.

Paradójicamente, el mecanismo de hipervigilancia descrito no genera el que esté más atento, sino que determina que, en general, los MIM sean distraídos y tengan una escasa capacidad de concentración y atención. Al dispersarse con tanta facilidad en la búsqueda de indicadores de aceptación o rechazo, no puede canalizar la atención en lo que se está tratando. Esto explica por qué muchos niños MIM no asimilan correctamente las explicaciones de sus profesores.

En ocasiones, este problema de la baja capacidad de concentración de MIM se ve agravado porque, al haber tanta sobreactividad mental y preocupación, se articula un mecanismo de defensa por el que la mente se queda en blanco, como si de *Clematis* se tratase.

Algunos pacientes con rasgos MIM han comentado en consulta que a menudo, cuando hablan, es como si se situasen en el lugar del observador y todo lo que dijeran les pareciese inadecuado o ridículo. Esta especie de disociación no hace sino aumentar todavía más la falta de espontaneidad y atención que padecen.

MIM siempre necesita garantías para asumir el riesgo que para él supone la relación con los demás. Por ello, es reacio a implicarse y a afrontar responsabilidades, ya que podrían quedar en evidencia sus defectos. Cuando no puede evitar enfrentar circunstancias para las que no se siente dotado, como hablar en público o pedir un aumento de sueldo, puede caer en bloqueos tipo *Rock Rose*, es decir, en estados de pánico, o desarrollar cualquier síntoma que lo exima del reto.

Desde fuera se le ve indeciso, introvertido; demasiado rígido y controlado en su postura corporal. A menudo habla poco y en tono muy bajo y, dada su inseguridad, puede tartamudear. Recordemos que cree que los demás están detectando sus errores y defectos, por lo que la espontaneidad no es conveniente ni segura en ningún caso.

Emocionalmente muy reservado y reprimido, es muy poco proclive a expresar sus sentimientos, y esto aumenta si se trata de un MIM masculino.

En todo MIM se libra una batalla entre el afecto y la desconfianza.³⁷ La gran contradicción en MIM es que es bastante emocional y necesita intimar, amar y disfrutar de la vida en sociedad, pero «al verse tan insignificante debe retirarse a su vergonzoso mundo privado, en el que encuentra protección».³⁸ No es que le guste la soledad, pero al menos encuentra seguridad en ella.

Para compensar la frustración que le produce renunciar a tantas cosas, muchos de ellos desarrollan fantasías donde son grandes héroes, salvadores condecorados, adorados, consultados, etc. Películas mentales donde las cabezas de los malos ruedan a docenas. En otras viven desenfrenadas aventuras eróticas. En realidad todas estas fantasías no son tan negativas como parecería, ya que representan una forma sustitutoria de «vivir» sus emociones de alguna manera.

MIM es básicamente reprimido y «tiene» que refrenar sus anhelos, emociones y espontaneidad. Esta represión se llama *Cherry Plum*, con la consiguiente dosis de miedo a perder el control... y mostrarse emocional y vulnerable, o acaso asertivo y contestatario cuando es víctima de alguna injusticia. Esta contención genera mucha tensión interior, que se vive como ansiedad e ira interna, que a su vez se puede transformar en culpa, tristeza o, directamente, en alguna enfermedad.

Muchos MIM han aprendido que una determinada dosis de alcohol o alguna droga baja su nivel de ansiedad o los desinhibe, mejorando su sociabilidad y haciéndolos más divertidos e incluso atrevidos. Por este motivo, algunos de ellos caen en adicciones que por supuesto no admiten, ya que ello los haría más «detestables». Recordemos que lo suyo es evitar.

Su mente está, en general, en un estado de preocupación permanente (disco rayado que puede llevarlo al insomnio), muy enfrascada en temores anticipatorios siempre referentes a problemas suscitados por las relaciones interpersonales. El lector ya instruido en el sistema floral de Bach se preguntará por qué no dar *White Chestnut* a todos los MIM.

³⁷ La mencionada batalla es referida por Millon refiriéndose a la personalidad evitadora. Ver Millon, Theodore y col. *Trastornos de la personalidad en la vida moderna*. Masson. Barcelona, 2006.

³⁸ Millon, op. cit. (Cap. VI: La personalidad evitadora). Debe quedar claro que Millon no habla de MIM, sino de la personalidad evitadora.

Efectivamente, eso es lo que vengo haciendo desde hace años. Es más, la preocupación, que no es otra cosa que una sucesión de pensamientos reiterativos *White Chestnut*, constituye el motor mental de la ansiedad. Pensamientos que se inician con las siguientes palabras: «¿Y si...?», generalmente proyectados a temores futuros, aunque puede tratarse de conversaciones ya mantenidas que resuenan y sus posibles malas interpretaciones. Por tanto, la preocupación es en MIM anticipatoria y retroactiva (preocupación al cuadrado).

Esto explica sobradamente la ansiedad que sufre como rasgo y los frecuentes episodios de pánico y angustia a los que se ve abocado.

Al verse tan inadecuado e inferior (evidente *Larch*) su ánimo es absolutamente pesimista, por lo que parece que la mente de MIM esté equipada con un *Gentian* de serie. Además, se desanima con facilidad cuando algo le sale mal, ya que su voluntad es demasiado débil; a causa de ello tira la toalla en muchas áreas de su vida, por lo que *Gorse* es una esencia también a tener en cuenta en su tratamiento.

Frente a la ansiedad social que sufre, adopta una actitud de evitación: lo mejor es eludir a la gente y las situaciones interpersonales susceptibles de generarle temor (a veces casi todas). Por ello, tiende a un *aislamiento activo*³⁹ y a una marcada rigidez social. Al menos, en su aislamiento se siente seguro y la ansiedad puede disminuir o incluso desaparecer. Esta evitación puede llegar a la fobia social, además de a otros trastornos de ansiedad, como crisis de pánico, ansiedad generalizada, trastorno obsesivo-compulsivo, etc. En realidad, puede desarrollar cualquier síntoma o enfermedad que le sirva como coartada para no afrontar, para evitar, encontrando así una justificación social. ¿Quién sería tan inhumano de obligar a trabajar en una oficina a alguien que tiene claustrofobia, o como repartidor de pizzas a quien sufre de agorafobia?

MIM tiene mucha tendencia a la depresión, propiciada por su introversión, pesimismo, tristeza, aislamiento y naturalmente su falta de habilidades sociales y recursos para afrontar las dificultades de la vida cotidiana. También presenta facilidad para sufrir gastritis y úlcera, producto del estrés que le supone su alto nivel de ansiedad. Muchos de ellos son hipocondríacos (tendencia a sufrir *Heather interno*).⁴⁰

Los MIM pueden ser muy creativos y hábiles en aficiones y profesiones que se desarrollen en solitario; incluso, no es extraño que se conviertan en verdaderos «frikis» de la informática. No hace mucho, vi una serie norteamericana (no recuerdo si *CSI* o *Mentes criminales*) en la

39 El concepto *aislamiento activo* lo tomo de Millon (ver Bibliografía, al final del libro). Me parece enormemente práctico, ya que implica que uno hace cosas para aislarse. En cambio, el *aislamiento pasivo*, como por ejemplo el de *Clematis* y *Water Violet*, viene motivado por la apatía hacia las relaciones interpersonales.

40 Ver más adelante, en la unidad correspondiente.

que el informático del equipo se veía desbordado por un problema de difícil solución; así que llamaban al más hábil de los hábiles, que provenía de un departamento de elite. ¿Adivina el lector cómo era? Un chico exageradamente tímido y nervioso, tartamudo y cargado de tics, incapaz de articular nada coherente delante de una de las detectives.

La autoestima de MIM es baja. La configuración del entorno y el apoyo que pueda obtener del mismo es algo muy importante para él, alimentando o disminuyendo éste su actitud de evitación, a la que va directamente ligada su autoestima.

No cabe duda de que unos padres poco empáticos, castradores y duros, o que simplemente proyecten en sus hijos unas expectativas demasiado altas, contribuyen en gran medida al agravamiento y consolidación del patrón MIM y de su sentimiento-certidumbre de inferioridad (*Larch*).

Además, el aprendizaje emocional que desde su infancia vaya haciendo será el que determine el patrón de la actitud evitadora. Por ejemplo, algunos MIM desarrollarán conductas prepotentes y dictatoriales, sobre todo en el medio familiar (*Vine secundario*). Otros justificarán su falta de logros y frustración en la animadversión del entorno y se mostrarán amargados y rencorosos (*Willow*). Muchos, rodeados de un ambiente excesivamente aprensivo y temeroso de las asechanzas externas, desarrollarán un considerable miedo a contagiarse de hipotéticas enfermedades (*Crab Apple*). No pocos de ellos se instalarán en un temor exagerado a que les ocurra alguna desgracia a sus seres queridos (*Red Chestnut*).

Siguiendo esta línea, un mecanismo frecuente de evitar el compromiso consiste, para los MIM que han crecido en ambientes muy rígidos y restrictivos, en defenderse con una actitud crítica y descalificadora (*Beech*). Esto les permite tener una justificación socialmente aceptable para su aislamiento. Todos conocemos hombres y mujeres sin pareja con aparentes ganas de tenerla, a los que los amigos les van presentando todo un *casting* de posibles candidatos; pues bien, estos últimos no pasan ni la primera prueba, ya que enseguida les son adjudicados defectos insalvables. ¿Significa acaso que estos MIM sean demasiado exigentes? No. Se trata, simple y llanamente, del miedo a la descalificación, que anticipan de forma distorsionada: «En cuanto me conozca un poco, se dará cuenta de que en realidad soy imbécil y no valgo. ¿Quién podría realmente interesarse por alguien como yo?».

Es posible seguir detallando mecanismos por los que MIM intenta no enfrentarse a las situaciones que le asustan y los estados florales por los que pasa, pero, seguramente, estos ejemplos bastan para hacerse una idea dinámica de cómo el aprendizaje realizado, las experiencias frustrantes y el ambiente determinan las respuestas que lo catapultan a un

aislamiento activo.

Por supuesto, MIM se resiste a todo cambio que lo deje expuesto a la opinión de los demás (para él, a priori, negativa), incluso si ese cambio es positivo: promociones laborales, prestigio social, etc.⁴¹ Para MIM existe miedo al fracaso, pero al mismo tiempo miedo al éxito, ya que esto lo pondría en un disparadero donde los demás descubrirían que «en realidad es un impostor».

El drama personal de los MIM es importante, al menos en los más negativizados. Afortunadamente, muchos de ellos mejoran con la edad o en un entorno empático, como ya vimos; y cómo no, con el tratamiento floral o una psicoterapia. Pero pensemos que, antes de esa mejora, cosas que para los demás resultan insignificantes, como llamar por teléfono, preguntar la dirección de una calle o entrar a comprar pan, para ellos pueden representar una gran fuente de ansiedad.

Para ayudar a MIM, además de sus flores, se debe hacer especial hincapié en generar un marco terapéutico donde se sienta seguro, no juzgado ni cuestionado, y, lo más importante, aceptado como persona. Nada de un interrogatorio estructurado y exhaustivo. Conviene practicar una escucha activa respetando su ritmo, con especial cuidado en la discreción, en inspirar confiabilidad y desplegar toda nuestra empatía y tacto. Sólo cuando sienta que el terapeuta es ético y fiable se abrirá a la terapia floral. De lo contrario, abandonará el tratamiento con cualquier excusa.

MIMULUS COMO ESTADO

Fuera ya de las personas tipo MIM, la esencia ofrece otras prestaciones para todos aquellos que sufran temores, siempre y cuando éstos sean concretos, verbalizables. Como bien dice Bach, «los temores de la vida cotidiana».

Prefiero la palabra temor a miedo. La primera habla más de un sentimiento, generalmente anticipatorio, de aprensión hacia algo concreto, que sigue una relación causa-efecto objetivable y en el que la mente tiene un papel, con sus limitaciones o distorsiones.

Incluso este temor puede ser claramente proporcionado y útil para quien lo experimenta, al servir para implementar una serie de medidas preventivas. No se trata, pues, de una emoción súbita, secuestradora e instintiva como el pánico. Aquí tenemos un claro elemento diferencial entre MIM y *Rock Rose*: la intensidad del miedo. Ambos estados florales se activan frente a objetos o situaciones del plano físico de la realidad: las cosas cotidianas de este mundo. No obstante, el objeto de estos miedos permitirá diferenciar a las dos flores anteriores de *Aspen*, que se especia-

⁴¹ La toma de *Walnut* puede ser un buen aliado para todo MIM, ya que le ayudará a aumentar su capacidad de adaptación a los cambios y la rotura de ciertas creencias muy limitantes.

liza en temores o miedos inespecíficos.

Ejemplos de situaciones donde podemos trabajar con MIM:

a) Nuestra salud: enfermedades concretas, muerte razonablemente posible, sufrimiento, dolor...

b) Seres y objetos concretos: perros, insectos, serpientes, instrumentos cortantes, personas determinadas...

c) Situaciones puntuales: hablar en público, ir al dentista, subir en ascensor, volar en avión, espacios cerrados o abiertos...

Las fobias quedan amparadas por MIM como flor de fondo (temor concreto), aunque naturalmente pasan al estado *Rock Rose-Cherry Plum* en el momento de cruzarse con ellas.

MIM es una flor importante para los niños cuando comienzan a desarrollar habilidades, caminar, subir escaleras o ir a la guardería (además de *Walnut*, por supuesto).

Uno de los problemas diagnósticos de MIM en estas aplicaciones circunstanciales es que, a veces, existe una palabra concreta para definir algo de lo más inconcreto; por ejemplo, el miedo a la muerte. Lo único concreto que existe aquí es la palabra muerte. Sin embargo, el miedo podría ser más a lo desconocido (*Aspen*), aunque si se trata de miedo al sufrimiento que puede rodear a la muerte, queda claro que hablamos de MIM.

Otro ejemplo: el miedo a la oscuridad deviene *Aspen* cuando se trata de miedo a lo desconocido, a lo indefinido, lo apenas insinuado que puede acechar en la noche, siempre y cuando el paciente no pueda especificarlo. Diferente sería alguien que dijera lo siguiente: «Tengo miedo a la oscuridad desde que en el piso de arriba entraron a robar por la noche». En este caso, el temor es claramente concreto y corresponde al territorio de MIM. Este mismo rasero podemos aplicar con el miedo al futuro y otros conceptos.

NIVEL ESPIRITUAL

Para Katz y Kaminski: «Se trata de un miedo del cuerpo físico, o de la propia vida física, que, a veces, puede remitirse a una vacilación real que existió en el momento de la encarnación. Ello provoca que haya un patrón que quede profundamente arraigado en el sustrato de nuestra alma, el cual debe ser sanado».⁴²

Como indica Julian Barnard: «Así como algunas flores crecen en campos abiertos y otras en bosques, encontramos el *Mimulus* creciendo junto a las piedras de las riberas de los ríos, asomándose de forma precaria sobre las aguas y siendo azotada y regada por la corriente del río».⁴³

⁴² Ver Bibliografía.

⁴³ Barnard, Julian y Martine. *Las plantas sanadoras de Edward Bach*. F.R.P. Edición del autor. Hereford, Inglaterra, 1999.

La planta vive así en un continuo peligro, ya que en cualquier momento puede ser arrastrada. Sin embargo, a pesar de los riesgos, ella elige vivir ahí. Resulta muy ilustrativa esta bella analogía del comportamiento de la planta con el que deberían tener los melindrosos MIM. Creo que en el fondo, al menos en su parte previa, una cuota de la lección a aprender para ellos consiste en «la sabiduría de la inseguridad», ya que quien acepta su naturaleza vulnerable y perecedera, y ciertamente un breve repaso de la fisiología humana lleva a ello, se convierte en sabio. Para Bach, la persona MIM había venido a aprender la lección de *La compasión*, la cual se experimenta al asumir su naturaleza sensible y al sentir empatía por aquellos seres vulnerables como él. Y no solo esto, sino también al vencer la retracción que lo caracteriza y efectuar acciones concretas de ayuda a los demás.

La comprensión de *La compasión* como lección para MIM ha representado un escollo para aquellos que aspiran a un conocimiento profundo de las Flores de Bach. Espero poder contribuir con estas líneas a aclarar el asunto, al menos algo.

A simple vista, parecería que la lección a aprender para todo MIM podría ser la asertividad, o tal vez también el valor, como *Rock Rose*; acaso la audacia. Pero la visión de Bach parece más integradora y, desde una perspectiva más amplia, siempre al servicio de la mejora evolutiva del mundo en que vivimos. Por eso, *La compasión* como enseñanza adquiere todo su sentido. Se trata de una lección que tiene que ver con los demás, es decir interpersonal. No se trata solo de sentir compasión; se debe poner en práctica de forma efectiva, en acciones concretas.

Recuerdo bastante bien un ejemplo esclarecedor que, hace ya algunos años, tuvo la amabilidad de compartir una alumna en clase. Tenía una casa cerca de la playa. Por la noche veía por la ventana que una joven mendiga, con una mochila y algunos cacharros, se situaba en la puerta del garaje, ponía ordenadamente sus cosas y pasaba allí la noche. Por la mañana ya no estaba. Y así durante varias noches hasta que desapareció. Durante este período, mi alumna sintió deseos de interesarse por la chica, ayudarla de alguna forma, pero hubo temores que se lo impidieron. Es decir, que no pudo ser compasiva (de acción) con la muchacha. Aunque habían pasado años del episodio, a menudo pensaba que debería haber hecho algo más que mirar desde la ventana.

En realidad, no sé si después mi alumna aprovechó otras oportunidades para desarrollar la virtud de la compasión, pero el hecho de haberlo contado en clase y el tono emocional con que lo hizo me hacen estar casi seguro de que sí.

MIM está tan centrado en sus creencias limitadoras que no puede permitirse el lujo de ser empático con los demás. Tiene demasiada vergüenza y miedo al rechazo como para poder plantearse algún tipo de relación de ayuda al prójimo. Al fin y al cabo, «ya ayudarán otros».

Una persona aislada no puede ser empática de ninguna forma. Sólo al asumir su naturaleza sensible, al ganar en autoconciencia, en autoconfianza, al aceptarse como alguien válido y valioso, podrá MIM ser útil a los demás.

Una de las experiencias más gratificantes que puede vivir un terapeuta floral es cuando ve que un MIM mejora y rompe su aislamiento vinculándose a movimientos sociales de ayuda al prójimo o, directamente, empieza a hacer cosas por los demás en su entorno familiar. Esto es mucho más frecuente de lo que podamos imaginar y habla de la coherencia y validez de los postulados de Bach, ya que La Compasión como virtud, o como valor, según se prefiera, se encuentra implícita en todo MIM, por ahogada que esté.

NIVEL TRANSPERSONAL (EN ESTUDIO)⁴⁴

Retracción

En la personalidad MIM existe iniciativa, pero ésta se ve coartada por una especie de freno de mano de seguridad. Por eso, MIM tiene que ver con el retroceso, con el repliegue, con la contracción.

La hipótesis transpersonal consiste en ensayar la esencia en aquellos cuadros de retracción fibrosa, arrugas, adherencias, queloides, etc. Podría ser también interesante en el túnel carpiano, esclerodermia y otros. Existe experiencia en un caso de aplicación de *dedos en martillo*.⁴⁵

Sin embargo, la experiencia es todavía insuficiente en estos usos de la esencia. El término *retracción* sigue pareciendo la palabra más representativa para definir el patrón transpersonal de MIM.

NOTAS

¿Puede existir *Mimulus* sin *Larch*?

No y sí. Queda claro que una persona con rasgos MIM muy negativizados (es decir, muy fuertes) tiene un claro sentimiento de inferioridad, de minusvalía comparativa. «Él no es como los demás». Se mire como se mire, se siente inferior a sus congéneres. Por ello, todo MIM debe ser acompañado además de con su esencia, con la toma de *Larch*.

44 Para entender este apartado es absolutamente necesario leer la *Introducción al patrón transpersonal* que figura en el apéndice del libro.

45 Caso presentado por María del Mar Ruiz en el Congreso SEDIBAC de Terapia Floral de mayo de 2009, en Barcelona. Ver www.sedibac.org Ponencias del congreso: *Patrones Transpersonales: el pensamiento se condensa en materia*.

Ahora bien, en aquellos MIM más positivados, los que han tomado alguna conciencia de sus mecanismos mentales distorsionados, y además han trabajado para mejorar, suele haber una conciencia de timidez, pero pueden pensar lo siguiente:

«Sí, acepto mi timidez y mi sensibilidad. Veo que existe gente audaz, con otro temperamento, pero no por eso me siento inferior a ellos ni me comparo. Yo sigo mi camino y trabajo día a día para mejorar».

DOS BORRACHOS FLORALES EN LA TABERNA DEL MIEDO (Pequeña fábula floral)

Hace mucho, pero mucho tiempo, al inicio de los tiempos florales, un día dos borrachos se encontraron en un bar y se repartieron el pastel floral de los miedos. Algo así como vender la piel del oso antes de cazarlo, como dice un viejo refrán español.

El primero, aunque tímido, envalentonado por el alcohol, dijo con la lengua pastosa:

—...Y por consiguiente... yo me quedaré con los miedos concretos, definibles, de este mundo.

—Vale, entonces yo me quedaré con los otros, aquellos que son indefinidos, inconcretos, más metafísicos, abstractos —respondió resignado el otro.

Y el primer chupandín se llamaba *Mimulus* y el segundo *Aspen*. Pero he aquí que las otras flores del sistema se enteraron del reparto y se sintieron discriminadas. Acudieron corriendo a la Taberna del Miedo. Ellas también querían una parte de la tarta del miedo.

Y así fue como *Red Chestnut* se quedó con todos los miedos concretos e inconcretos referidos al bienestar de los seres queridos; *Crab Apple* se hizo cargo del miedo a las enfermedades infecciosas; *Chicory*, *Heather* y *Centaury*, se aliaron para tratar el miedo a la soledad y al abandono; *Cherry Plum* el miedo a perder el control; *Scleranthus* a equivocarse, etc.

Y, de esta manera, todas las flores fueron felices y se sintieron útiles al tener su ración en la enorme tarta del miedo.

Como comprobará el lector si sigue el orden del libro, si solo nos centrásemos en el miedo veríamos cómo MIM va quedando «desplumado» a medida que aparecen las demás flores.

No quiero decir con esta fábula que nuestra flor protagonista haya quedado relegada a un papel demasiado limitado. Lo que sí es cierto es que, al girar todo el sistema floral en torno al miedo, MIM terminará sirviendo para los temores o miedos específicos, siempre y cuando no haya una flor más especializada que los aborde. Si ello sucediese, tam-

bién se puede utilizar MIM como flor de apoyo; pero no hay duda de que cuanto más específica sea la esencia, mejor será el resultado.

Pero... ¿cómo puedo saber si mi novio o mi marido es *Mimulus* o *Water Violet*?

Llevo oyendo esta pregunta más de veinte años, pero en realidad es en estos últimos cuando creo tener una respuesta adecuada. Puede que la culpa de este malentendido histórico la tengan las descripciones edulcoradas de *Water Violet*, que no suelen reflejar el aplanamiento emocional que se presenta en esta tipología floral.

El hecho de estar hablando de novio, marido o compañero ya casi descarta que el mismo sea *Water Violet*. Es proverbial el poco o nulo interés que tienen éstos en relacionarse afectivamente, formar una pareja o tan siquiera mantener relaciones sexuales; de hecho, hoy en día pueden permanecer solteros sin sufrir demasiada presión social. Por no hablar ya de la fuerte apatía que sienten por participar en cualquier evento social.

En cambio, MIM anhela relacionarse, compartir sus sentimientos; lo que pasa es que tiene miedo al rechazo. Depende muchísimo de la opinión ajena y, como vimos, prefiere evitar los intercambios sociales que no le ofrezcan una garantía absoluta de aceptación. Pero no nos engañemos: a MIM no le gusta la soledad, aunque ésta le ayude a rebajar su nivel de ansiedad.

De acuerdo que tanto MIM como *Water Violet* son percibidos desde el exterior como serios, introvertidos, rígidos, aislacionistas, etc. Un importante elemento diagnóstico es que MIM es ansioso, se preocupa, se angustia, tiene miedo y no es apático. Ninguna de estas características es propia de *Water Violet*, donde lo que predomina es el aplanamiento emocional, manifestado por una apatía monumental. No es ansioso y la opinión de los demás le importa literalmente un rábano. A diferencia del primero, el aislamiento que cultiva es pasivo.

Por otra parte, tanto en España como en cualquier país latino, abundan mucho más los MIM que los *Water Violet*, de manera que en caso de duda seguramente se tratará del primero.

Así que ánimo, no está todo perdido. No se encuentra ante un bloque de hielo desprendido del Polo Norte y transportado directamente a su casa. Seguramente su MIM la quiere, pero está bloqueado y no puede manifestarle su afecto. Un buen inicio puede ser invitarlo a que lea este capítulo y se dé cuenta de que hay mucha gente como él y que puede mejorar mucho.