

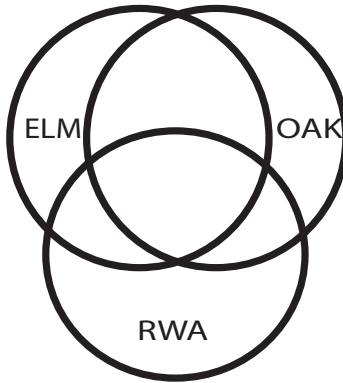
**CAPÍTULO 2**

---

---

**Elm / Oak / Rock Water**

**Obsesivos: La eterna batalla entre la  
obediencia y el desafío**



## 1. Territorio compartido

Como vemos en el gráfico, existe un amplio territorio compartido, puesto que los tres son obsesivos.

Existen determinadas dinámicas sociales que fomentan los rasgos obsesivos. «En las sociedades modernas, características como la eficiencia, la puntualidad, la tenacidad y la meticulosidad se valoran como requisitos necesarios para el éxito económico y la consecución de un estatus social elevado».<sup>1</sup>

En un lenguaje simplificado, obsesivo significa “demasiado responsable” y “demasiado cumplidor”. El problema reside en ese “demasiado” que constituye algo así como una hipoteca moral contraída desde la infancia. En esta época es donde muchos de ellos han padecido una educación excesivamente exigente, rígida y culpabilizante que les obligó, para intentar sobrevivir, a amoldarse a lo que los padres, tutores o educadores querían: un adulto en miniatura que debía asumir responsabilidades impropias de su edad.

Todo lo anterior los llevó a reprimir muchos impulsos emocionales, puesto que atraían inmediatamente el castigo. Resulta fácil imaginar un niño que es sancionado severamente cada vez que llora o expresa su ira con espontaneidad infantil o, simplemente, desobedece alguna orden, por no hablar de las travesuras que son tan comunes en ellos. Por otra parte, las actitudes responsables del niño que se amoldan a los “deberías” paternos no suelen recibir recompensa, ya que se dan por supuestas.

El castigo severo continuado, y a menudo arbitrario, genera en el pequeño una gran inseguridad, vivida como miedo (Mimulus y Rock Rose) e indecisión (Scleranthus). Por otra parte, favorece unos sentimientos de rabia (Holly) hacia los padres, tan devastadores para el niño que debe redirigirlos hacia sí mismo en forma de culpa (Pine) y sensación de vergüenza y suciedad (Crab Apple). Estas características acompañarán en mayor o menor medida a todos los obsesivos y configurarán su sistema de creencias, es decir, su visión permanente de sí mismos y del mundo.

Además, estos niños han debido castrar sus impulsos rebeldes y agresivos porque les hacen extremadamente vulnerables. Pero la mala gestión de este Holly ha producido un importante Cherry Plum en forma de control excesivo o, si se prefiere, de miedo a perder el control.

Definitivamente, quien termina pagando los platos rotos es la espontaneidad en la expresión de las emociones, puesto que, como el niño ha podido comprobar en carne propia, esto lo sitúa en una franja de vulnerabilidad extrema. Al mismo tiempo que se reprimen emociones peligrosas como la ira y se suprime todo conato de rebeldía, crece la necesidad de encontrar puntos de referencia a los que atenerse para evitar el castigo y, tal vez, obtener reconocimiento por parte de los padres o tutores. Esto último casi nunca llega, al menos en la misma medida que el castigo, por lo que el futuro obsesivo crece con una especie de sensación de indignidad moral e infracción permanente (otra vez Crab Apple y Pine). La creencia en la inadecuación e ineptitud, que puede traducirse como Larch, también juega un papel importante.

La conclusión es que los tres obsesivos de este capítulo están muy reprimidos en los ámbitos emocional y sexual, son demasiado rígidos y envarados. También son muy serios y moralistas. Y, sobre todo, hiperracionales. Asimismo, son demasiado detallistas y perfeccionistas, puesto que una de las características del obsesivo es su fascinación por el microdetalle y su pretensión de gestionarlo todo mediante él. El problema es que entonces los árboles impiden ver el bosque, perdiéndose de vista el tema de fondo en el que se ubican dichos detalles. En realidad, los obsesivos pretenden controlar su vida (la vida) mediante la vigilancia de los microprocesos mecánicos que según su entender la conforman. Por eso no delegan y, si se ven forzados a ello, intentan que todo se haga de la misma manera como ellos lo harían, por anticuada y rígida que sea. Si no pueden controlar el detalle, experimentan una gran inseguridad, con lo que la ansiedad y la angustia no hacen sino aumentar. Por eso son tan metódicos y ordenados: porque su interior es caótico y desordenado, con procesos mentales Scleranthus y White Chestnut.<sup>2</sup> Pero conviene puntualizar que esta reticencia a delegar

también proviene de su desconfianza hacia los demás y del temor a que descubran algún fallo o defecto en ellos que pudiera ser objeto de reprobación. Como vemos aquí, el hecho de no delegar no vendría dado tanto por una exigencia de perfeccionismo a la hora de hacer las cosas, como muchos terapeutas creíamos antes, ni por la creencia de que nadie es tan perfecto como ellos, sino por la inseguridad y la baja autoestima, al menos en Oak y Rock Water.

Como habrá deducido el lector, de estos tres obsesivos no se puede esperar una respuesta emocional sofisticada y adulta, puesto que, aunque sean mayores, siguen creyendo que emocionalidad equivale a *vulnerabilidad* y sensibilidad a *sensiblería*. El trabajo les sirve como coartada para no afrontar este terreno inquietante. Muchos de ellos se descompensan totalmente cuando se jubilan o son retirados de sus trabajos o, aún peor, despedidos, puesto que eso significa una especie de juicio final condenatorio: una suerte de diploma público de inutilidad e indeseabilidad. De hecho, no pocos caen en depresión, desarrollan enfermedades graves o directamente mueren.

Los obsesivos nunca hacen lo que quieren sino “lo que deben”, puesto que se trata de ser ejemplares e íntegros para evitar la reprobación paterna, en un principio, y la propia más adelante; porque, aunque los padres hayan muerto hace tiempo, se ha instaurado un implacable juez interior que censurará cualquier pensamiento o actitud “reprochable”.

La batalla entre el desafío del niño rebelde y la obediencia del adulto intachable genera una contradicción inevitable y, por consiguiente, una tensión interna causada por la obligatoria represión que todo ello conlleva. La consecuencia inmediata de este estado de cosas es una gran propensión a estresarse cuando no se puede mantener la perfección deseada o cuando la obligatoria intachabilidad moral puede ser puesta en tela de juicio, tanto por las figuras de autoridad exteriores como por el implacable juez interno del que puesto se ha hecho mención.

Queda así patente que los obsesivos son muy vulnerables al estrés. La consecuencia inmediata de ello es la ansiedad, mantenida por el

potente motor mental de *la preocupación*, cuya traducción floral es White Chestnut, y que se expresa mediante rumiaciones mentales del tipo: «¿Estás seguro de...? ¿Y si...? ¿No deberías estar repasando...?».

Por otra parte, creer que pueden y *deben* tener control sobre todos los acontecimientos de la vida que los rodean constituye de antemano una guerra perdida. Debido a ello, más pronto que tarde, estos obsesivos se verán asaltados y sobrepasados por circunstancias y variables imposibles de prever. El desbordamiento queda así prácticamente garantizado, lo que alimenta las dudas permanentes que tienen con respecto a su propia valía y honradez.

En los obsesivos la autoestima no puede ser elevada, al menos en sus creencias más íntimas. Su profundo sentido de la culpabilidad y su inseguridad interna lo dificulta enormemente. Esto se compensará, hasta cierto punto, representando un papel de ciudadano ejemplar y decente, alguien responsable y de palabra, lo que puede hacer pensar a un observador externo que se trata de personas seguras de sí mismas. Pero su excesiva meticulosidad, su sometimiento a las reglas y su gran dogmatismo revelan una gran inseguridad. El dogma siempre constituye el salvavidas de los inseguros. Una persona segura de sí misma es básicamente flexible y adaptable: no necesita demostrar nada a nadie.

Una característica importante de los obsesivos es que no son emocionalmente planos, cosa que veremos en la comparativa de Clematis y Water Violet, sino que sus sentimientos están demasiado reprimidos y asoman en forma de ansiedad, angustia, ira contenida (frecuente Willow), tristeza y, en ocasiones, depresión, pasando por somatizaciones diversas.

Otro tema a tener en cuenta es la frecuente tacañería, solo a veces matizada por el concepto de *obligación*. Este mecanismo es muy visible, sobre todo en Oak.

## 2. Aspectos diferenciales

### 2.1. Como rasgo de personalidad

Entre Elm y Oak existen más elementos comunes que diferencias. Sin embargo, se trata de dos esencias distintas. Casi todos los autores han incidido siempre en la sutileza de Elm y en la tosquedad de Oak. De hecho, si comparamos los árboles que dan origen a los remedios, el olmo y el roble, respectivamente, el primero es más estilizado que el segundo. Y, seguramente, más vulnerable, como da a entender la grafiosis.<sup>3</sup> Pero esto no nos debe hacer pensar que Elm sea una persona sensible y sutil.

Hasta hace poco creía que Elm se correspondía con el estilo obsesivo de la personalidad y Oak con el trastorno obsesivo de la personalidad, lo cual implicaría que el segundo se trata de un Elm que ha empeorado. Sin embargo, Boris Rodríguez, amigo y tutor en la visión psicológica de las Flores de Bach, me hizo ver que no era así. Que, probablemente, el ambiente donde se criaron Oak y Elm fue sustancialmente diferente. En el primero, seguramente, prevaleció una educación más cerrada y rígida, en la que lo único importante era el trabajo puro y duro. Algo así como una mentalidad y disciplina de escasez y supervivencia que puede estar alentada tanto por una situación dura como, por ejemplo, una crisis de posguerra, o por un patrón familiar transgeneracional sin aparente justificación externa en la actualidad. En cualquier caso, el trabajo siempre ha sido la religión con la que todos y cada uno de los Oak debían comulgar. Posiblemente, el ocio era una extraña y peligrosa enfermedad de la que debían protegerse.

En cambio, es muy posible que los Elm hayan tenido otros modelos culturalmente algo más abiertos en los que reflejarse. Si bien dichos modelos priorizaban la profesión y el esfuerzo personal sobre todo lo demás, también consideraban que existían otras cosas dignas de ser vividas, siempre y cuando uno se las hubiera ganado y se estuviese al día con las responsabilidades contraídas. Por eso Oak suele sentir alivio

cuando algo le sale bien; en cambio, Elm experimenta orgullo y bienestar.

Es muy probable encontrar Oak en operarios y trabajadores rurales, o en pequeños empresarios casi sin formación que se han “hecho a sí mismos” gracias a su tenacidad. Son rudos y tienen graves carencias en lo que se refiere a habilidades sociales como, por ejemplo, la capacidad de empatía o de sintonizar con los demás. Es muy frecuente encontrar médicos u otros profesionales Elm con un excelente currículum; pero de trato frío y distante, con las mismas carencias interpersonales que los sujetos de los ejemplos anteriores.

Aunque Elm y Oak han conseguido sus logros sobre la base del esfuerzo personal, es muy probable que los primeros hayan tenido un entorno familiar algo más cómodo que los segundos.

En Elm hay más facilidad que en Oak para reconocer que se está cansado, puesto que este último tiene más miedo a mostrarse vulnerable. Por otra parte, el primero es más individualista que el segundo y no tiene problema para aislarse en sus ocupaciones, descuidando la vida familiar. Aunque Oak tiene idéntica tendencia, debemos considerar que en su caso el concepto de *obligación* puede expresarse de esta manera: «El buen padre de familia debe dedicar tiempo a su esposa e hijos».

En cualquier caso, Oak parece, como mínimo, más gregario que Elm o es más probable que sea el patriarca de una especie de clan familiar. De hecho, los robles crean más bosques que los olmos, cobijando una cantidad sorprendente de flora y fauna.

Los Oak parecen decididamente más tacaños que los Elm, como si siempre estuvieran esperando una gran crisis económica o preparándose para una serie de catástrofes en las que es necesario estar respaldado con unos buenos ahorros. En Elm se considera importante el ahorro, pero sin descuidar algunos placeres como justo premio a los logros conseguidos.

A ambos les cuesta desprenderse de los objetos obsoletos, por lo que una de las primeras señales de que el tratamiento está funcionando puede ser que empiecen a tirar cosas que habían acumulado durante años.

A mi modo de ver, es un poco exagerado afirmar que Oak trabaja

por “obligación” y Elm por “vocación”. O que el primero ve la vida como una “lucha” y el segundo como una “misión”. Para ambos el concepto de *obligación* es nuclear. En cuanto a la supuesta “vocación” de muchos Elm, habría que preguntarse si realmente han elegido lo que querían o, simplemente, lo que *debían*, o lo que deseaban sus padres.

Elm y Oak son perfeccionistas, pero hay que entender que aquí este concepto supone una fascinación por el microdetalle material, como se anticipaba en las páginas anteriores, con la falsa creencia de que controlando los pequeños procesos se conseguirá seguridad. Sin embargo, las cosas no siempre salen perfectamente, pudiéndose caer en una dinámica Scleranthus de duda paralizante, que Millon llama “parálisis del análisis”.<sup>4</sup>

Además, el perfeccionismo jamás se extiende hacia la excelencia en las relaciones interpersonales, puesto que ni Oak ni Elm se manejan bien en temas como el lenguaje no verbal, los mensajes implícitos en la comunicación y la sutileza que manejan las personas algo más permeables a sus sentimientos o, como mínimo, menos reprimidas.

En este último terreno, la represión suele ser algo mayor en Oak. La sexualidad es bastante mecánica en ambos, sobre todo si se trata de hombres.

Rock Water es otra cosa. Aún partiendo de una base bastante compartida con los anteriores, en él la obsesión se concreta en un puritanismo a menudo extremo.

La autorrepresión es mayor que en Elm y Oak, lo que significa que también lo son los sentimientos de culpabilidad y de suciedad moral. En Rock Water, una serie de impulsos “repugnantes”, a menudo sexuales (Pine y Crab Apple) deben ser sublimados<sup>5</sup> en una vida ascética y ejemplar, donde uno tiene que estar en guardia permanente para no sucumbir a la tentación y hacer cosas “horribles” y prohibidas. El miedo a perder el control (Cherry Plum) resulta aquí mayor que en Oak y Elm. Por eso la vida de un Rock Water es, aunque parezca imposible, todavía más metódica y controlada que la de los anteriores, de ahí los adjetivos con los que ha sido definido tradicionalmente: “el mártir”, “el asceta”, “el que lleva puesto el cilicio”.



Las metas de Elm y Oak son algo más difusas que las de Rock Water, puesto que tratan del trabajo o la obligación en un sentido amplio. A su vez, el hecho de querer convertirse en sujetos impecables tiene diversas lecturas e interpretaciones. En cambio, en Rock Water casi siempre existen objetivos más específicos y una búsqueda de perfección demasiado estereotipada y desviada, lo que confirma que se trata de una inmensa tapadera, un enorme mecanismo de defensa para huir de sí mismo. Las metas a alcanzar suelen ser religiosas, deportivas, pseudoespirituales, dietéticas, políticas, etcétera. A ellas dedicarán su tiempo y energía, perdiendo de vista todo lo demás. Por eso, en Rock Water, el nivel de aislamiento es siempre superior a Elm y Oak, ya que los demás se convierten en meros obstáculos para sus objetivos de perfección. Si acaso, se vincularán siempre desde el intelecto, no desde los sentimientos, con otras personas tan sectarias como ellos.

La infancia en Rock Water puede haber estado regida por modelos especialmente culpabilizantes y castrantes, muchos de ellos producto de un integrismo religioso trasnochado o de una mojigatería moral patológica. La represión sexual suele ser máxima.

La mayor la represión que experimentan los Rock Water, en relación a los otros dos obsesivos, hace que haya más tensión interna. Una verdadera olla a presión con la válvula de seguridad casi obstruida. Esto determina que el nivel de ansiedad aumente, existiendo mucha ira contenida y resentimiento (Willow). Como se han tenido que adaptar tan rígidamente a las normas, no toleran que otros se las salten alegremente. Su tendencia es hacer con los demás lo que sus padres hicieron con ellos: castigarlos. En cualquier caso, el castigo debe ejecutarse dentro de las normas, lo que por cierto no resulta del todo tranquilizador si pensamos en los antiguos inquisidores, los cuales torturaban y quemaban a los herejes...; aunque siempre dentro de la ley.

El ejemplo anterior demuestra que los Rock Water pueden ser moralistas sin que esto quiera decir que sean éticos, al menos si tenemos en cuenta las caprichosas variaciones que la moral ha sufrido a lo largo de la historia y las diferencias existentes en las diversas culturas.

Todo lo anterior ayuda a entender por qué los Rock Water, a diferencia de los Elm y Oak, pueden llegar a ser “sádicos” (Vine), en un desplazamiento de su rabia interna (Willow) hacia los demás. Algunos se contentan con ser *burócratas de la letra pequeña*,<sup>6</sup> cuya misión parece consistir en complicar la vida a los demás.

## 2.2. Como estado

Se pueden padecer estados temporales de Oak, Elm y Rock Water sin tener estas características como rasgo de personalidad. Los dos primeros están dados por una sobrecarga de trabajo temporal que nos desborda, durante la cual no se puede descansar lo necesario y se debe realizar un auténtico sobreesfuerzo. Esto no tiene por qué ser el producto de una forma de entender la vida, como en los obsesivos. Generalmente, estas circunstancias que producen estrés, con su consiguiente cuota de ansiedad y agotamiento, vienen dadas por sobrecargas o inestabilidades laborales, tener que cuidar a familiares enfermos, y por la multitud de compromisos y vicisitudes de la vida moderna.

Oak y Elm, en su utilización transpersonal, son dos esencias muy adecuadas para tratar el estrés en cualquier persona. Es conveniente darlas juntas.

El estrés se produce tanto por el peso de las responsabilidades en sí como por nuestra capacidad de afrontarlas. No me estoy, pues, refiriendo aquí a un tratamiento de fondo que, obviamente, incluiría las flores correspondientes a cada uno, sino a intervenciones terapéuticas más limitadas o circunstanciales.

A mi modo de ver, no tiene sentido hacer una distinción clara entre la prescripción de Oak y Elm como estado, puesto que vuelve a producirse un solapamiento de territorios.

En cambio, existen estados Rock Water que se desencadenan como un intento temporal de huir de la dispersión y de la incertidumbre (por ejemplo, en jóvenes con rasgos Cerato o Scleranthus) o de compensar carencias o determinados complejos. Por ejemplo, un muchacho virgen de cierta edad que ha ingresado en una orden religiosa que le exige castidad, pero que la abandona al enamorarse de una mujer.

## Notas:

1 Millon (2006) para la personalidad obsesiva.

2 Al producto de la suma de Scleranthus y White Chestnut se lo puede llamar directamente Cherry Plum.

3 La grafiosis es una enfermedad fúngica (hongos) que ataca y destruye los olmos. Se cree que llegó a Europa durante la Primera Guerra Mundial, por lo que ya existía en la época de Bach. En la actualidad, la mayoría de olmos están enfermos.

4 Millon, op.cit.

5 En la sublimación se rehuyen las emociones inaceptables mediante su canalización hacia conductas socialmente aceptables.

6 Ver descripción de Millon (2006) para los obsesivos puritanos.