

# **FLORES DE BACH**

RECURSOS Y ESTRATEGIAS TERAPÉUTICAS



# FLORES DE BACH

RECURSOS Y ESTRATEGIAS TERAPÉUTICAS

Ricardo Orozco  
Carmen Hernández Rosety



*Flores de Bach*  
*Recursos y estrategias terapéuticas*

*Autor*

*Dr. Ricardo Orozco*

*Carmen Hernández Rosety*

*Diseño del libro*

*Félix Lascas*

*Primera edición en España*

*Noviembre 2013*

*© 2013 para la edición en España*

*El Grano de Mostaza*

*Impreso en España*

*Depósito legal*

*B.24276-2013*

*ISBN*

*978-84-941873-0-8*

*EDICIONES EL GRANO DE MOSTAZA, S. L.*

*Carrer de Balmes, 394 Ppal. 1a*

*08022 Barcelona, SPAIN*

«Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra ([www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com); 91 702 19 70 / 93 272 04 45)».

«La Terapia Floral de Bach no es un suceso, es un proceso».  
Artur José Lopes

*Con sincero agradecimiento dedico este libro a mi madre y a mi padre, que lo hicieron lo mejor que pudieron, con sus propias dificultades, para convertirme en la mujer que soy hoy. A mis hermanos, que los llevo en mi corazón siempre. Les deseo lo mejor.*

*A mis maestros, especialmente al Dr. Bach, Ricardo Orozco, Pepa del Olmo, Marcelo Antoni, Paco Sánchez, Mercè Traveset y Bert Hellinger.*

*A mis compañeros y compañeras de camino. A mi pareja, Enrique, con el que comparto el viaje de la conciencia.*

*A mi hijo, el ser que más ha abierto mi corazón en esta vida y más me muestra lo que es la autenticidad.*

*A todas las personas que han confiado en mí y han querido trabajar sus asuntos conmigo. Sus historias, sus amores y sus dolores me han enseñado muchísimo y me ayudan, cada día, a ser más humana.*

*Al padre Cielo y a la madre Tierra.*

*A mis guías.*

Carmen Hernández Rosety

## Agradecimientos

A Pilar, mi esposa, por su apoyo incondicional.

A mi hija Marina, por las ilustraciones.

A Jordi del Rey, por su amistad y empatía.

A Félix Lascas, por su disponibilidad.

Ricardo Orozco

# ÍNDICE

<b>PRÓLOGO</b>	13
<b>INTRODUCCIÓN</b>	17
<b>I. LA TERAPIA FLORAL</b>	
<b>Capítulo 1.</b> Dar y tomar Flores de Bach. Niveles de intervención: sitúese en el que más le guste y convenga	21
<b>Capítulo 2.</b> ¿En qué consiste un proceso de Terapia Floral?	26
<b>II. EL TERAPEUTA</b>	
<b>Capítulo 3.</b> Quiero comenzar a dar Terapia Floral, pero... no sé por dónde empezar y ¡tengo miedo!	37
<b>Capítulo 4.</b> ¿El terapeuta nace o se hace?	40
<b>Capítulo 5.</b> ¿Es el Terapeuta Floral un sanador? ¿Cuál es su función?	42
<b>III. LA RELACIÓN TERAPEUTA/CLIENTE</b>	
<b>Capítulo 6.</b> ¿Pacientes o clientes?	47
<b>Capítulo 7.</b> ¿Cuál es la mejor manera de prescribir las Flores de Bach?	49
<b>Capítulo 8.</b> La empatía: un elemento indispensable para una buena relación terapeuta/cliente	52
<b>Capítulo 9.</b> Sintonía y confianza: las otras claves fundamentales de la relación terapeuta/cliente	53
<b>Capítulo 10.</b> Lenguaje verbal y no verbal	55
<b>Capítulo 11.</b> Favorezca que su cliente sea auténtico al hablar	57



<b>Capítulo 12.</b> Actitudes del terapeuta que facilitan una relación empática. Errores más frecuentes	59
<b>Capítulo 13.</b> «¿Cómo lo ves?». Una pequeña anécdota	66
<b>Capítulo 14.</b> Estilos de pensamiento o sistemas de representación	67
<b>Capítulo 15.</b> Escuchar, hablar, escribir	71
<b>Capítulo 16.</b> La escucha activa	74
<b>Capítulo 17.</b> La clarificación	75
<b>Capítulo 18.</b> Paráfrasis y reflejo	78
<b>Capítulo 19.</b> La síntesis	80
<b>Capítulo 20.</b> Por qué no es conveniente preguntar ¿por qué?	81
<b>Capítulo 21.</b> No piense en las flores hasta el final de la visita	83

#### **IV. EL PROCESO TERAPÉUTICO**

<b>Capítulo 22.</b> ¿Solo o acompañado?	87
<b>Capítulo 23.</b> El encuadre terapéutico	89
<b>Capítulo 24.</b> Saber qué le pasa al cliente	90
<b>Capítulo 25.</b> Saber lo que quiere el cliente del proceso terapéutico floral	93
<b>Capítulo 26.</b> Sobre los objetivos	97
<b>Capítulo 27.</b> Estrategia de objetivos	100
<b>Capítulo 28.</b> Sobre las expectativas	102
<b>Capítulo 29.</b> ¿Cómo funcionan las Flores de Bach? Lo que explicamos al cliente	104
<b>Capítulo 30.</b> La responsabilidad del cliente en el proceso terapéutico	109
<b>Capítulo 31.</b> El protocolo de trabajo	112
<b>Capítulo 32.</b> ¿Cómo funciona respecto al tema de las anulaciones?	113
<b>Capítulo 33.</b> Cuánto cobrar por sesión	116
<b>Capítulo 34.</b> Más tiempo de consulta no significa mejor asistencia	120
<b>Capítulo 35.</b> Frecuencia de visitas	122

<b>Capítulo 36.</b> Duración orientativa del proceso terapéutico floral	123
<b>Capítulo 37.</b> Metodología de las sesiones. La entrevista	127
<b>Capítulo 38.</b> Transferencia y contratransferencia	130
<b>Capítulo 39.</b> La influencia de los asuntos familiares	137
<b>Capítulo 40.</b> La perspectiva sistémica	140
<b>Capítulo 41.</b> Los Órdenes que permiten fluir el amor en las familias	143
<b>Capítulo 42.</b> El genograma	147
<b>Capítulo 43.</b> Sobre las emociones y su gestión	152
<b>Capítulo 44.</b> Cómo acompañar las emociones	160
<b>Capítulo 45.</b> Sobre el sufrimiento emocional	163
<b>Capítulo 46.</b> ¿Existen realmente las urgencias florales?	165
<b>Capítulo 47.</b> Resolución de conflictos	167
<b>Capítulo 48.</b> A veces conviene “descuartizar” al cliente	170
<b>Capítulo 49.</b> La evaluación del proceso terapéutico	172
<b>Capítulo 50.</b> La supervisión	175
<b>Capítulo 51.</b> El cierre del proceso terapéutico	178
<b>Capítulo 52.</b> Cierres peliagudos	180
<b>Capítulo 53.</b> Escenas temidas	184
<b>Capítulo 54.</b> Cuando un tratamiento no funciona	189

## V. LAS FLORES DE BACH

<b>Capítulo 55.</b> ¿Son las flores un placebo?	199
<b>Capítulo 56.</b> Método de preparación de las esencias. Lo que nos venden los elaboradores	202
<b>Capítulo 57.</b> Preparando la prescripción. Higiene. Reutilización del frasco	206
<b>Capítulo 58.</b> Conservantes. ¿Alcohol o no alcohol?... Esa es la cuestión. Causas por las que el agua se estropea	208

<b>Capítulo 59.</b> ¿Dónde guardo el frasco? ¿Puede perder efecto si se expone a determinadas fuentes? ¿Cuánto tiempo se conservan los botellines de <i>stock</i> ?	212
<b>Capítulo 60.</b> ¿Cuántas gotas? ¿Cuántas veces al día? ¿Solos o acompañadas? ¿Debajo de la lengua?	214
<b>Capítulo 61.</b> A menos flores, ¿más efecto? ¿Existe un número máximo de esencias por prescripción?	220
<b>Capítulo 62.</b> Estrategia prescriptiva	222
<b>Capítulo 63.</b> ¿Es posible el autotratamiento?	227
<b>Capítulo 64.</b> Cuando salen muchas flores	228
<b>Capítulo 65.</b> Consejo importante: No cargue la responsabilidad del proceso terapéutico en la fórmula floral	231
<b>Capítulo 66.</b> ¿Es conveniente que el cliente conozca las flores que está tomando?	234
<b>Capítulo 67.</b> ¿Hay que tener cuidado con las flores? ¿Está preparado el cliente para según qué información?	235
<b>Capítulo 68.</b> Entonces, ¿no existen flores peligrosas o incompatibles?	238
<b>Capítulo 69.</b> Otras flores, otros sistemas	240
<b>VI. APÉNDICE</b>	
<b>Capítulo 70.</b> Ética profesional	245
<b>Capítulo 71.</b> Cómo conseguir clientes	258
<b>Capítulo 72.</b> Cuide el entorno de trabajo	260
<b>Capítulo 73.</b> Remedios florales de Bach y efecto placebo. Lic. Boris C. Rodríguez Martín y Dra. Saira Rivas Suárez	263
<b>Capítulo 74.</b> El sistema floral del Dr. Bach a través de la física cuántica. Dra. Silvia González Arika.	269
<b>Capítulo 75.</b> Tipologías. Defectos a superar. Lecciones a aprender. (Tabla).	281
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	283
<b>DIRECCIONES DE INTERÉS</b>	286



## PRÓLOGO

Conocí las Flores de Bach en 1982. Diez años después, me di cuenta de que quería dedicarme a trabajar con ellas. Y la terapia, tanto hacerla como recibirla, me llevó a una vocación de la que no era consciente: la docencia. Así fue como, en 1994, empecé a impartir las primeras formaciones florales.

Cuando miro atrás, veo que las enseñanzas que ofrecía entonces poco tienen que ver con las de ahora; y creo que a eso se le llama evolución, al menos cuando se ha ganado en profundidad y se ha sumado en lugar de restar.

Hace años, también pensaba que la Terapia Floral debía mantenerse al margen de otras disciplinas, ya que era en realidad otra cosa. Y en parte sigo pensándolo, sobre todo cuando se habla de regulaciones legales. Creo que el Terapeuta Floral debe ser precisamente eso: Terapeuta Floral, un profesional que maneja las flores como base de su terapia.

Sin embargo, con el tiempo me di cuenta de que el conocimiento técnico de las esencias no lo era todo, ya que para obtener los mejores resultados con las flores faltaban otras herramientas.

Fueron los propios alumnos los que me llevaron a la necesidad de implementar recursos a fin de construir un marco terapéutico donde las Flores de Bach dieran lo mejor de sí. Pero lo más interesante de todo esto era que esos recursos ya existían, estaban ahí esperando a ser utilizados y, además, muchos eran de fácil aprendizaje. Ese fue el

motivo por el que, poco a poco, comencé a destinar varias horas de los cursos de formación para que algunos colaboradores del campo de la psicoterapia y/o de la PNL hicieran sus aportaciones, al tiempo que introducía esas novedades en los tratamientos florales que efectuaba. Ni que decir tiene que esas intervenciones mejoraron tanto la calidad de los cursos como los resultados de mis terapias.

Si hago una comparación entre el terapeuta que era en los inicios y el que ahora creo que soy —aunque ciertamente en los últimos años estoy plenamente dedicado a la enseñanza—, creo que en esa época *no sabía* que *no sabía*... , es decir, estaba honesta y sinceramente equivocado. El paso siguiente fue *saber que no sabía*, requisito importante para empezar a buscarme la vida en lo que a aprendizaje se refiere.

Las Flores de Bach funcionan y actúan más allá de toda duda. Sin embargo, se obtienen mejores beneficios cuando más que un «suceso», la toma de las flores se transforma en un «proceso», como muy sabiamente dice mi colega Artur Lopes, de quien tomo la cita que encabeza este libro. Un proceso en el que un Terapeuta Floral profesional acompaña al cliente en un recorrido, en un viaje que parte de un lugar (estado actual) y se dirige hacia una meta (estado deseado). Para que ese acompañamiento sea fructífero para terapeuta y cliente, el primero debe conocer la función que le corresponde, además del efecto de las flores, claro está. Pero al mismo tiempo necesita tener herramientas y recursos para poder acompañar a su cliente por el camino que probablemente le dicta su alma, como bien dice el Dr. Bach.

Estas ideas me llevaron a proponer a mi amiga y colaboradora Carmen Hernández Rosety embarcarnos en este reto literario. De ella he aprendido muchísimo y sus conocimientos han contribuido considerablemente a mejorar la calidad práctica de mis formaciones.

Este libro está destinado a todos aquellos que entendemos que no es lo mismo «dar y tomar» Flores de Bach que una terapia con Flores de Bach. En él ofrecemos estrategias, ideas, consejos, técnicas de comunicación y recursos de psicoterapia.

El presente trabajo es producto de nuestra experiencia terapéutica, así como de las formaciones recibidas, y surge de esa necesidad de crecer y mejorar que muchos profesionales tenemos. Es el resultado último de un trabajo en equipo y de una colaboración fructífera entre Carmen y yo, de la que tanto he aprendido. Ambos estamos acostumbrados a tratar con clientes y alumnos y, naturalmente, hemos caído en los mismos errores y tópicos que ahora pretendemos evitar o disminuir en nuestros lectores.

Ya sé que son muchos los que creen en el refrán aquél que dice: «El diablo sabe más por viejo que por diablo», pero yo pienso que a veces el tiempo te lleva a alejarte más y más del lugar al que ibas, y que uno puede estar equivocado, sinceramente equivocado, durante años y años.

Nuestros clientes acuden a consulta con dificultades y defectos que les impiden ver y gestionar su propia «sombra». Del mismo modo, a menudo el terapeuta se encuentra con las mismas limitaciones personales, así como con diversas carencias profesionales. Tanto unos como otros deben esforzarse por mejorar. Por eso prefiero un nuevo terapeuta con recursos y en relación permanente con otros colegas, a un viejo terapeuta «hecho a sí mismo» y estancado en las distorsiones del aislamiento.

Entiendo perfectamente lo que le pasa a mucha gente que al haber tomado y estudiado las Flores de Bach, se siente llamada a compartir los beneficios que las esencias ofrecen. Pero, al mismo tiempo, creo que no basta con el deseo de ayudar; generalmente, no alcanza el corazón ni las buenas intenciones... Más que «ayudar», Carmen y yo preferimos el término «acompañar», porque nos parece más igualitario y respetuoso. En este sentido, tenemos que saber acompañar, y para ello necesitamos recursos, muchos de los cuales se ofrecen en estas páginas. Probablemente faltan cosas, pero pensamos que lo fundamental está aquí, o al menos es lo que podemos ofrecer en este momento de nuestras vidas.

Ni Carmen ni yo pretendemos aquí fundar la base de lo que sería el futuro Terapeuta Floral, ni sentar cátedra sobre ello: no somos tan pretenciosos. Si da esa impresión en algún capítulo, seguramente se trate de entusiasmo... Tampoco nos creemos los herederos del Dr. Bach. Simplemente nos encanta la profesión y sentimos lo que escribimos.

Nuestra ilusión es que este libro aporte a quien lo lea algunas herramientas o reflexiones que contribuyan a mejorar sus terapias y, con ello, la vida de las personas y de ellos mismos. En contraposición a la vieja metáfora, no se trata de un granito de arena, sino de una gotita de esencia en el maravilloso y prometedor océano floral.

Quiero, por último, agradecer a mis queridos amigos cubanos, el psicólogo Boris Rodríguez y la Dra. Saira Rivas, la redacción del capítulo 73 sobre el placebo. Ellos son unos grandes científicos e investigadores de las flores, y están contribuyendo —mucho más de lo que creen— a situar la Terapia Floral en el lugar que merece. También es una gran aportación, desde el terreno científico, el estupendo artículo sobre la física cuántica y las Flores de Bach cedido por la Dra. Silvia González Arika, que aparece en el capítulo 74. Un apéndice verdaderamente de lujo para completar nuestro libro.

Ricardo Orozco  
Otoño de 2013



# INTRODUCCIÓN

Este libro es un manual práctico de consulta. Por este motivo, lo hemos dividido en setenta y cinco capítulos relativamente independientes entre sí, agrupados en seis secciones temáticas. Sin embargo, somos conscientes de que muchos capítulos también podrían incluirse en varios de estos apartados.

**La Terapia Floral.** Define y explica lo que es un proceso terapéutico floral.

**El terapeuta.** Contiene algunas consideraciones sobre el profesional de la Terapia Floral.

**La relación terapeuta/cliente.** En este apartado hemos reunido los capítulos correspondientes al área de comunicación: sintonía, empatía, recursos de la PNL y escucha activa. Todo lo que conviene conocer antes de situarse frente un cliente.

**El proceso terapéutico.** Agrupa una serie de recursos terapéuticos y consideraciones sobre el desarrollo práctico de la Terapia Floral: el encuadre terapéutico, la metodología de las sesiones, gestión de emociones, resolución de conflictos, evaluación del proceso, etc. Evidentemente, esta sección guarda mucha relación con la anterior.

**Las Flores de Bach.** Este cuerpo se centra en las dudas tradicionales sobre la actuación de las flores, su preparación y dosificación, conservación, supuestos peligros, estrategias prescriptivas, autotratamiento...

**Apéndice.** Esta sección engloba una miscelánea sobre algunas consideraciones de la ética profesional, el placebo, la física cuántica y otros temas de interés.

Como este libro contiene mucho de la experiencia personal de los autores, en bastantes casos está narrado en primera persona. Por este motivo, decidimos poner en cada capítulo la inicial de su autor: Carmen Hernández Rosety (C) y Ricardo Orozco (R). Aquellos capítulos redactados de forma conjunta llevan ambas iniciales: (CR).

Si bien cada capítulo, como señalamos anteriormente, tiene cierta independencia, en ocasiones complementa a uno anterior, por lo que recomendamos su lectura en orden. Si usted es un poco anárquico puede leerlos tipo saltamontes loco (*Scleranthus*)... Pero no se preocupe, porque nosotros los hemos escrito de esa manera libre y aleatoria. El precio de ello ha sido la dificultad para organizarlos después; un trabajo que ha resultado ciertamente complicado pero que hemos asumido con deportividad.

Aunque cada capítulo haya sido creado por uno de nosotros, el otro compartía siempre su opinión, lo que determinó matizaciones y cambios en bastantes ocasiones, y aportó coherencia a la obra.

Nuestro deseo es tener también un *feedback* con los lectores, poder interactuar con ellos. Para eso hemos abierto en Facebook una página de este libro: <[www.facebook.com/floresdebach.recursosyestrategiaterapeuticas](http://www.facebook.com/floresdebach.recursosyestrategiaterapeuticas)> Ni que decir tiene que estaremos encantados y agradecidos de recibir todo tipo de comentarios y aportaciones sobre nuestro trabajo.