

BOLETÍN DEL PRACTITIONER

Edición 66

The Bach Centre
Mount Vernon
Sotwell
Oxon
OX10 0PZ
England

Tel: 01491 834678, Fax: 01491 825022
www.bachcentre.com



Bach Foundation

INTERNATIONAL REGISTER

El Boletín cambia a versión email... ↙

Hemos cambiado el formato del boletín varias veces en el pasado para tratar de mejorarlo y hacerlo más útil. Ahora, como parte de una revisión de todas las actividades del Centro Bach y de sus servicios, hemos decidido cambiar el formato de los boletines a correo electrónico y como Boletín de Noticias descargado en la Web a partir de la primera edición del 2008.

Este cambio nos permitirá hacer un mejor uso del color y actualizarlo para hacerlo más atractivo. Se eliminarán las limitaciones de espacio del formato actual, y por último, y no menos importante, nos libraremos de los costes y la falta de fiabilidad de los servicios postales tradicionales. Así que en primavera revise su bandeja de entrada de correo electrónico. También publicaremos el Boletín online empleando enlaces en del nuevo foro exclusivo de practitioners.

Les rogamos ponerse en contacto con nosotros si no está seguro de que tenemos su dirección de correo electrónico actual en nuestros registros.

... la actividad en los foros continua! ↙

Los foros del Centro Bach se encuentran ahora bajo <http://bachcentre.phpbb24.com>. Alternativamente puede utilizar el enlace que aparece en www.bachcentre.com. Estos foros se mantendrán actualizados con cualquier cambio de dirección que surja a futuro.

Si todavía no se ha unido a los foros recuerde que se trata de un buen medio para aclarar dudas sobre el Sistema del Dr. Bach y para recibir respuestas de los consumidores de flores de Bach de todo el mundo.

El foro es muy fácil de usar y no cuesta nada unirse y participar. Simplemente diríjase a www.bachcentre.com y pulse sobre el enlace 'Forum' y después sobre el enlace de 'Register' y siga las instrucciones para crear un nombre de usuario y contraseña.

Bach y el control de dolor ↙

La Directora del Centro Bach, Judy Howard, ha escrito un estudio sobre el papel que desempeñan los remedios para paliar los dolores. El documento, publicado por la revista "*Complementary Therapies in Clinical Practice*" (volumen 13, ejemplar 3, pag. 174-183), ofrece los resultados de un análisis retrospectivo llevado a cabo para establecer la forma de como los clientes que padecen de dolores respondieron a la terapia.



De los 384 casos examinados, 41 se correspondían a casos de clientes con dolor. De ellos, el diagnóstico físico no se conocía en el 49% de los casos, pero el 46% mencionó, específicamente, una reducción del dolor como uno de los resultados del tratamiento. Además, el 88% de todos los participantes reportaron una mejoría de su estado emocional.

En el documento Judy hace hincapié a los beneficios que reportan los clientes cuando se cambia el enfoque hacia el dolor físico y se dirige meramente al estado emocional, y de su importancia en la relación cliente – profesional, independientemente de la terapia. Su conclusión es, que los recursos tienen un potencial real como agente terapéutico en el alivio del dolor, y que otros estudios deberían ayudar a progresar en este sentido.

Para mayores informes diríjase a www.sciencedirect.com.

Bach y la epilepsia ↙

Por Sue Rigg BFRP, Reino Unido

La epilepsia toma muchas formas diferentes y la experiencia de cada uno es diferente. Uno de mis hijos empezó a tener crisis epilépticas cuando estaba en su adolescencia. Ahora tiene 32 años. El patrón para él ha sido similar durante todo este tiempo y las observaciones presentes se basan en su experiencia.

La condición en si misma se trata alopáticamente utilizando una gama de medicamentos. Adicionalmente considero que los remedios Bach resultan muy

beneficiosos para tratar los efectos emocionales después de un episodio de epilepsia.

Como control general se recomienda mantener una rutina diaria, incluyendo los horarios de comidas. Si es posible evitar la fatiga. Por la noche, la epilepsia puede mantener la mente ocupada, y eso impide la relajación en el sueño. Para ello podemos llegar a considerar White Chestnut, Vervain, Walnut y quizás Honeysuckle, dependiendo de cada persona. Mimulus es recomendable durante periodos de ataque de epilepsia nocturnos; si la persona tiene miedo de que vuelva a sufrir otro ataque.

Los ataques también pueden tener lugar durante el sueño. Algunas personas pueden morir a causa de ellos. El que lo padece puede despertarse sintiéndose extrañamente enfermo, entonces se da cuenta de la rigidez muscular, a veces acompañada de golpes y cortes. Rescue Remedy sirve de ayuda inmediata.

Los ataques de mi hijo durante el día llegan sin previo aviso. De repente cae al suelo inconsciente. Su cabeza y el tronco se convulsionan con mucha fuerza. Cuando esto ocurre en el entorno familiar se pueden prevenir cuidadosamente las lesiones. Pero cuando ocurre afuera, las lesiones pueden ser considerables, presentando zonas grandes de hematomas, hinchazón y cortes profundos que dejan cicatrices. Hace dos años tuvo un ataque en una acera de Londres y le robaron todo lo que llevaba encima, sin dejarle un céntimo. Como pueden imaginarse esto añade otras secuelas a las capas emocionales.

Tras un ataque el regreso a la consciencia no es lo que parece al principio. El habla se recupera sugiriendo que todo está en orden, pero se trata de una consciencia parcial. En el peor de los casos mi hijo se levanta en un estado de miedo y huida, que lo puede llevar a grandes velocidades sin estar propiamente consciente de dónde se encuentra o de los peligros del tráfico en una calle concurrida. Si no se le para puede correr hacia el tráfico.

Al volverse consciente les resulta tranquilizador escuchar palabras que le brinden seguridad como 'se encuentra bien, está en su habitación y acaba de tener un episodio de epilepsia'. Muchas veces necesitamos repetir estas palabras, ya que a veces no es capaz de entenderlas. La temperatura corporal baja. Cuando se encuentra en condiciones de levantarse condúzcale a la cama y prepárele algo de beber, ya que su boca y garganta se encuentran secas debido a la falta de aire. Después necesita descansar y dormir. Cuando despierte le vendrá bien comer algo.

Es habitual que no haya recuerdo del ataque. La información para ayudar a un diagnóstico y una comprensión clínica debe de venir de aquellos que son testigos de los ataques y no del que los sufre.

La recuperación toma algo de tiempo, entre uno y tres meses antes de que el cerebro quede recuperado y utilizable para algo más que trivialidades

diarias. Durante este tiempo la temperatura corporal es irregular, cayendo a menudo, hay temblores en las manos y otros problemas de coordinación.

Rescue Remedy es la primera ayuda inmediatamente después de un ataque, seguido quizás por el remedio tipo. A veces ha necesitado Sweet Chestnut y White Chestnut para sus sentimientos de preocupación confusa y sin salida. A veces le ayuda Elm a restablecer la confianza en si mismo. Después tenemos a Mimulus, si siente miedo a que se repita otro ataque. Clematis para ayudarlo a re-conectarse con el presente. A veces necesita Oak para darle fuerzas para empezar de nuevo en lo que parece ser el pie de una gran montaña por subir. En el caso de mi hijo la epilepsia puede llegar a afectar las amígdalas provocando fuertes emociones sin control, que Cherry Plum puede llegar a balancear.

El estado entre un ataque y otro puede provocar episodios de depresión. Por una parte, la depresión puede ser debida a los cambios en el cerebro – una depresión Mustard al no haber una causa externa. Pero la depresión también puede aparecer cuando no se cumplen las expectativas, o cuando se alteran las relaciones interpersonales, o las dificultades que se presentan al no poder conducir y así sucesivamente. Aquí Gentian o Sweet Chestnut, Gorse o Elm o a veces Larch pueden ser necesarios para restablecer la confianza en sí mismo, la energía y la voluntad de empezar de nuevo.

Como padre uno escucha sabiendo que cada golpe puede ser la señal de la aparición de un ataque. Se vive el shock de ver a su propio hijo sufriendo un ataque, de quedarse sereno para ayudarlo a prevenir heridas y el apoyo posterior. Siempre tengo a mano mi remedio tipo junto con Rescue Remedy.

La Co-creación de redes de foros ↙

Por Lynn Macwhinnie BFRP, Reino Unido

En cada curso de Remedios Bach o conferencia – ya sea para practitioners, maestros o formadores, siempre hay un zumbido en el aire, una anticipación de lo que queda por delante, una gran cantidad de conversación.

El encantador descubrimiento de conocer espíritus entrelazados crea un animado y comprometedor ambiente. Hace que se encienda la fuerza de vida de ese grupo y potencializa la experiencia de aprendizaje durante los días del curso. Como facilitador creo que es un verdadero privilegio ser testigo de la dinámica, de los intercambios y del crecimiento. Cada uno se siente animado a mantener vivo el contacto de esta nueva micro red. Se distribuyen los datos de contacto y con frecuencia alguien del grupo sugiere la idea de crear una comunidad online. De hecho, algunas redes, siguen adelante en su totalidad, mientras que en otros grupos de contacto es menos frecuente – aunque no sorprendente, ya que todos tenemos vidas muy ocupadas.

Me pregunto si otra de las razones por la que los grupos no mantienen el contacto, se debe a la dificultad de mantener y nutrir una experiencia colectiva sin la figura física del ambiente en las aulas – en particular cuando la mayoría de los practitioners están trabajando de forma aislada. Puede resultar muy fácil verse atrapado en la inercia de la dinámica de uno-para-uno (y frecuentemente cara a cara); y empezar a adoptar ese modelo en nuestra formación profesional permanente. Perdemos de vista la diversidad y vitalidad de un grupo y de los beneficios que podemos obtener mediante el análisis de conocimientos y experiencias.

Sin embargo, gracias a Internet, lo tenemos al alcance con sólo pulsar una tecla. El acceso a la información y discusión es inmediato y barato –y esa es la razón por la cual los foros de practitioners Bach son una gran idea.

Los foros están disponibles en diferentes idiomas – inglés, alemán, español, francés, italiano, portugués, holandés – y todos son únicamente BFRP. ¿No es increíble? Imagínese cuántas miles de vidas podemos tocar cada uno de nosotros como un proceso multiplicador desde este foro, sin hablar nuestro propio desarrollo.

Recibí a través de mi mail el enlace a un periódico en línea - *Cuban Daily News* – que contenía un artículo sobre los Remedios Bach, indicando que se habían incorporado al Sistema Sanitario Cubano desde el año 1999. Resulta muy emocionante y sin embargo -¿en qué otros lugares se está dando? Ciertamente no en el Reino Unido, ni en el Servicio Nacional de Sanidad. ¿Qué podemos aprender de la experiencia en Cuba – hay algo diferente que podamos hacer en nuestros propios países? Esto podría ser un tema de debate en cualquier foro Bach, en cualquier idioma.

Las posibilidades de discusiones Bach son tan diversas, como las posibles combinaciones en una botella de tratamiento. Simplemente tenemos que estar dispuestos a hacer una pregunta (y por favor, ninguna pregunta es una pregunta tonta), o de ofrecer un comentario, y dejar que empiece a rodar la pelota. Al responder tenemos que ser conscientes de que nos estamos comunicando con semejantes, y de mantener una meta clara para favorecer nuestro mutuo aprendizaje personal y profesional – y recuerde que las contribuciones breves y sucintas son siempre las mejores.

Me encanta saber cómo las personas de la comunidad Bach crecen en su trabajo, qué avances se están haciendo y celebrar sus éxitos – y estoy segura de que otros piensan lo mismo. Sería magnífico leer más sobre ustedes; sus pensamientos, sus inquietudes, sus ideas, sus preguntas, sus respuestas – porque éstas incrementarán la energía; le reconectarán con la experiencia compartida durante el curso – y ampliará su red de contactos en todo el mundo, además de potenciar nuestro esfuerzo colectivo. Cuando nos comprometemos con una comunidad tan amplia, nos sentimos con energía y elevados – y con la confianza de que no estamos arando un surco en solitario, sino ayudando a crear un mundo muy diferente, donde las flores de Bach son ampliamente conocidas y a nuestro alcance.

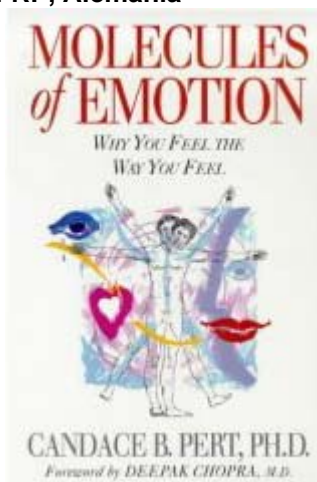
Por lo tanto, es imperante que se registren y se comprometan a acrecentar la red en los foros, participando por lo menos una vez por semana – con ello contribuirá a mejorar su propia formación profesional y se dará cuenta de lo bien que se siente salir y conectarse con espíritus tan similares. Únase a la fiesta!

Moléculas emocionales ⚡

Reseña del libro por Katja Bähr BFRP, Alemania

En 1997 se publicó un libro con un prometedor título: *“Molecules of Emotion: Why You Feel the Way You Feel”* (Moléculas emocionales y porqué se siente como se siente) por Candace B. Pert. Muchos de ustedes ya se han topado con él y algunos de ustedes ya lo habrán leído. Si es así, vale la pena volverlo a leer.

Candace es una científica con formación académica, pero es capaz de presentar un tema tan complejo en un idioma fácil de entender. Entrelazado con su historia personal describe nuevos descubrimientos acerca de las células humanas.



Inicialmente Candace estaba estudiando ciertos receptores en las células de nuestro cuerpo. Encontró una especie de clave en la parte superior de ciertas células, que encaja con las mismas claves de opiáceos. Este descubrimiento dio lugar a otras preguntas, en particular: ¿Por qué las células humanas tienen esta clave?

Su conclusión fue, que si una clave de opiáceos estaba allí, debería de significar que el cuerpo humano es capaz de producir sus propios opiáceos. Se obtuvieron sorprendentes resultados a raíz de este descubrimiento. Lo más importante para los BFRP's es la verificación científica, de que definitivamente se trata de un camino de dos vías en la relación entre el cuerpo, la mente y las emociones. Cada una influye sobre la otra. Por esta razón, algunos medicamentos pueden tener un efecto negativo en las emociones, y las emociones positivas influyen al proceso curativo. En este libro comenzamos a vislumbrar el puente entre nuestro cuerpo físico y nuestras invisibles emociones.

Los resultados del trabajo de Candace muestran que nuestras células y, por tanto, todas las partes de nuestro cuerpo son un sistema inteligente. Diez años después del lanzamiento de este libro, millones de personas en todo el mundo utilizan otro sistema –el Internet- sin saber cómo y por qué funciona. ¿Dónde está el pequeño eslabón perdido que retiene a la gente de hacer su vida más fácil con la ayuda de los recursos?

Muchas gracias a Patricia de Italia que recomendó este libro, y que puede persuadir a algunos escépticos de llevar a juicio los remedios.

Cartas ↙

Queremos que se utilice este boletín para mantenerse en contacto entre ustedes. Si algo maravilloso, gracioso, interesante o sencillo le ha ocurrido en su trabajo con los remedios, o si tiene preguntas que le acechan desde hace algún tiempo, o si simplemente quiere decir hola, por favor escribanos y cuéntenos.

Envíe su contribución a la Fundación, **marcando claramente que su carta es 'PARA PUBLICARSE'**.

No podemos prometer imprimir cada carta en el boletín, pero inclusive si no se llegara a utilizar, siempre nos encanta saber de usted.



Quizás le interese mi nuevo libro, que es una guía práctica y basada en pruebas evidenciadas de que el uso de las terapias complementarias ayudan en el tratamiento contra del cáncer.

Puede encontrar más detalles bajo
www.oup.com/uk/catalogue/?ci=9780199297559.

Espero que el libro sea una valiosa contribución para el cuidado de pacientes, así que por favor pase esta información a todos aquellos que podrían beneficiarse profesionalmente o personalmente.

Jennifer Barraclough BFRP, Nueva Zelanda
Enhorabuena por el nuevo libro Jennifer, y esperamos que resulte un gran éxito. – Ed.

Sin duda apoyaría la idea de Lynn MacWhinnie de responder a las historias y artículos de los medios de comunicación (*Boletín no. 65*), donde es evidente que la gente se beneficiaría de los remedios.

He hecho esto en varias ocasiones a través de los años, en su mayoría sin reconocimiento – pero ocasionalmente se recibe una respuesta. Yo juzgo si una carta o correo electrónico se envía como practitioner o a título personal, y estoy de acuerdo que evangelizar debe de evitarse a toda costa. Hay innumerables oportunidades para difundir la palabra de Bach de esta manera, así que a empezar a escribir!

Jill Woods BFRP, Reino Unido

Hace poco tomé el Nivel 1 y había una mujer de 76 años. ¿Se trata quizás de un record? No cabe duda que “nunca se termina de aprender”...

Nicola Hanefeld BFRP, Germany
Es la prueba de que nunca es demasiado tarde para aprender los remedios! – Ed.

Recuerde de decirnos si se muda o cambian sus datos de contacto.

Ahora que el número de practitioners está aumentando en nuestro rincón del mundo, los practitioners de Derry se sentirían encantados de ser los anfitriones de una de las reuniones de BFRP's de Irlanda del Norte y Donegal, o de cualquier otra parte del mundo, para cualquiera que esté interesado.

Quizás en el próximo boletín podría pedirle a los practitioners que me contacten a través de nancy.hynes@remedybottle.co.uk o 02871 266047 y podríamos fijar una fecha conveniente.

Nancy Hynes BFRP, Reino Unido

Considérello hecho. - Ed.

Era el día de vacunación en el Colegio. Una pesadilla para cualquier padre y maestro.

Sabemos que se tiene que hacer, pero nos dan lástima los niños. Mi hija de 5 años fue una de las afortunadas, ya que hoy era su turno.

El día antes hablamos un poco acerca de ser valiente y que a veces en la vida tenemos que hacer cosas que no nos gustan. Le di una dosis de Mimulus, que también es su remedio tipo. Durmió durante 12 horas y tomó un buen desayuno junto con una taza de leche con un poco más de Mimulus.

En el camino a la escuela me dice: 'Quiero ser tan valiente, que sencillamente no lo creerías mami.'

Yo todavía me encontraba en un estado Red Chestnut, pero olvidé traerlo conmigo. En cambio me ayudó Rescue Remedy.

En fin, Michele se vacunó sin alboroto: ni una lágrima, ni queja, a pesar de haber recibido dos inyecciones en cada uno de los brazos. La enfermera y el médico se deshacían en elogios y no podían creer lo bien que se comportó.

La observación que les hizo Michelle fue: 'tomé Mimulus en el desayuno que te hace ser muy valiente!' Después de recogerla del colegio habló con su abuelita por teléfono y le dijo: 'He tomado Mimulus abuelita y con Mimulus puedes hacer lo que quieras, es mágico. Deberías de probarlo, entonces serías igual de valiente que yo.'

Toda la tarde estuvo jugando a inyectar sus juguetes y muñecas y de pronto se detiene en medio del juego y me dice: 'mamá necesito algo de Mimulus para mis muñecas, ya que todas lloriquean'.

Toda la tarde estuvo jugando a inyectar sus juguetes y muñecas y de pronto se detiene en medio del juego y me dice: 'mamá necesito algo de Mimulus para mis muñecas, ya que todas lloriquean'.

Una pequeña flor con un grandioso efecto – gracias Dr. Bach.

Michaela Bertsch, Irlanda



Enlaces web a revisar:
www.floresbach.com/found/bulletin.htm
www.floresbach.com/found/guide.htm

De todo un poco ↙

- El Programa para Maestros de la Fundación Bach "**Bach Foundation Teachers Programme**" está dirigido a los BFRP's que viven en el Reino Unido y que buscan mejorar su capacidad docente para eventualmente impartir cursos aprobados de la Fundación Bach del nivel 1. El programa incluye un curso de dos días en el Centro Bach seguido de un periodo de enseñanza supervisada. El próximo curso se llevará a cabo el 25 y 26 de junio del 2008. Contacte con nosotros para mayores informes y el formato de inscripción.
- **Se habla español** – La versión en español de la página web del Centro se encuentra bajo www.floresbach.com, o bien pulse sobre el enlace en la página principal del Centro Bach www.bachcentre.com. Las traducciones al español del Boletín están en www.floresbach.com/found/bulletin.htm.
- **Parlamos italiano** – un grupo de practitioners italianos han puesto una versión en italiano de la página web del Centro Bach. Una vez más, busque el enlace en la web del Centro Bach o bien ir directamente a www.bachcentre.it.
- **Aquí se habla alemán** – y gracias al esfuerzo de la BFRP Nicola Hanefeld ya se pueden apreciar las primeras páginas de lo que se planea será el sitio Web espejo en alemán. Simplemente pulse sobre la bandera alemana bajo www.bachcentre.com.
- El **Curso de Practitioner especializado en el tratamiento de animales** se lleva a cabo cada año en el Natural Animal Centre de Gales. El curso consta de tres partes: Fase 1, de dos días de introducción; Fase 2 de 3 días de curso y Fase 3, de 4 días de curso seguido de un periodo de estudio en casa y estudios de caso supervisados. Para mayores informes póngase en contacto con el Natural Animal Centre, Penhill, Trawmawr, Carmarthen, SA33 6ND, Wales: Email natural@globalnet.co.uk o teléfono 0870 991 3334.
- El grupo de Tessa Jordan en Suffolk "**Suffolk-based Bach friendly group**" engloba a BFRP's y entusiastas de las flores. Si desea unirse al grupo contacte con Tessa a través de su página Web www.tessajordan.co.uk. o bien por teléfono al 01473 728498. Ir a la página Web para más información sobre las sesiones de supervisión de Tessa.
- También hay un grupo de amigos de Bach en Dorset – para mayores informes contacte a Mary Marsh al teléfono 01202 842601.
- El grupo del Reino Unido **Bach Practitioner Network North West** se reúne periódicamente y está abierto a cualquier persona en condiciones de asistir a reuniones en el noroeste de Inglaterra. Para mayores informes llame al 01253 885512.

- Dos eventos a tomar en cuenta si está cerca de Edimburgo. En primer lugar el grupo 'hablemos Bach "Let's-talk-Bach" está abierto a cualquier persona que cuente con el Nivel 2 o superior. Este grupo se reúne cuatro veces al año y eligen dos diferentes remedios para discutir en cada reunión. Para mayores informes contacte a Linsey al teléfono 07949433344 o bien Teresa al 0131 622 5101.
- También en **Edinburgh's** Gillis Centre, se cuenta con un día "Volver a Bach" "Back to Bach" para todos aquellos interesados en el trabajo del Dr. Bach. El horario será probablemente de 10-4pm. Coste y programa por confirmarse. Para mayores detalles llame a Teresa al 0131 622 5101

Estamos siempre en busca de contribuciones para el boletín. Esta es su oportunidad de compartir experiencias, preguntas e ideas con otros BFRP's. Las contribuciones pueden enviarlas por mail a: stefan@bachcentre.com

Se alquilan instalaciones: utilice el Bach Centre! ↙

Las salas de formación construidas en el Bach Centre tienen capacidad para 16 personas cómodamente. Cuenta también con un aula para seminarios equipada con televisión, video, pantalla, proyector y una pizarra de papel grande. También cuenta con una cocina equipada, integrada a una salita con asientos, donde los estudiantes pueden relajarse y preparar su propia comida.



Té y café están disponibles, y se cuenta con aseos separados. Todo esto, además de la oportunidad de disfrutar de la casa y el jardín en los descansos.

¿Por qué le decimos esto?

Por el momento, las salas de formación no se encuentran aprovechadas al 100% por lo que estamos dispuestos a ponerlas a disposición de las personas que las puedan apreciar.

Si está planeando algún evento – quizás una clase, o una reunión, o incluso un viaje al Reino Unido para un grupo de clientes o alumnos y desee hacer uso de nuestras salas de formación, háganoslo saber.

Las aulas están disponibles para alquiler durante todo el año. Para mayores informes contacte con kathy@bachcentre.com.

Y si no tiene la necesidad de contratar las aulas de capacitación, sino sólo desea venir a visitarnos, ver el jardín y visitar la tienda diríjase al enlace

http://www.floresbach.com/centro_dr_edward_bach/visitas.htm, para información sobre horarios de apertura y ayudas de localización.

Los visitantes casuales no necesitan concertar una cita, siempre estamos felices de dar la bienvenida a los BFRP's a su segundo hogar.

Damos la bienvenida a... ↙

Desde el ultimo boletín se han unido 156 nuevos practitioners al registro:

- Argentina, Viviana Edith Bergmann, Miriam Pérez Bali, María Alejandra Dabos, Susana Ucha, Bordenave Patricia Esperanza, Mercedes Beatriz Neto, Cristina M Suarez, Marcela Alejandra Montes Vásquez, Carlos Francisco Angeleri, Néstor Norberto Bau, María Haydee Perata, Anahí María Relmú Carro Isasi, and Lidia Noemi Montes;
- Australia, Vivienne Catherine Hill, Natasha Brake, Angela Antoniou, Penny Cockle, and Yi Lin;
- Austria, Martina Burzin y Barbara Heine;
- Bélgica, Vinciane Raiglot, and Christel Opgenhaffen;
- Brasil, Denise Lima Paiva, Angela Maria Furtado da Rocha Paranhos, Denise Dos Santos Miranda, Vania Kipriadis Ferro, Neusa Maria Oro, Marcia Martins Couto, Regina Máris, Morgana Elizabete De Melo Battipaglia, Marina Picazzio Perez, Margareth Gruba Silva, Maria Luiza Honorato de O. Freitas, José Everardo Suliano Monteiro, Suely Aparecida Lazarck Venturini, and Rosa Macedo Barroso;
- Canada, Barbara L Klassen, Nella Cribbie, and Carol Higeli;
- Chile, María Liliana Suazo Santelices, Virginia De La Fuente, Erika Scarlett Holtheuer Del Pino, Jorge Antonio Ferrada Cubillos, Patricio Chavez Herrera, y Paz Lizana;
- China, Vernee Lo Pui Chun, y Jimmison Cheung Wai-Sing;
- Dinamarca, Elsebeth Krogh, Sussie P Jørgensen, and Ulla Fischlein Madsen;
- Inglaterra, Ann Walker, Christine Leach, Diana Gatrill, Clare Helen Phillips, Katherine Shields, Heather Pinfeld, Filomena Cristallino, Sarah Charlotte Dixon, Abigail Fox, Nina Thorstensson, Tracey Irene Owens, Erica Sheppard-Aldecoa, Jemma Reason, Annette Feyereisel, Sally Diana Stokes, Klaire Higgins, Sarah Stephenson, Gráinne Warner, Lynne Perry, Elisa Rowley, and Elizabeth Budden;
- Francia, Karine Derrac, Chrystel Hourdou, Annie Attal, Dominique Sautarel Romiguere, Monique Estenaves, Christine Cescon, Christine Chautemps, Marie-Noëlle Fetiveau, Mireille Liborel, Isabelle Jaillot, Amandine Sellès, Jeane Freer, Ludovic Guy, Judith Ann Grainger, Pascale Cochez, Carole Bontemps, Benedicte Gosselin, Agnès Coste, Marie Teil, Philippe Moine, Anne Blampain Schroeter, and Brigitte Blondaux;
- Alemania, Doris Loewecke, Heidi Dick, and Anja Fallgatter;
- Irlanda, Mary Whelan, Gráinne O'Reilly, Patricia Reynolds, and Lyn Hagin Meade Halton;
- Italia, Silvana Tosi, y Elena Toraldo;
- Japón, Masako Matsumoto, Miki Yoneshiro, Takeshi Fujimori, Etsuko Masuda, Susume Tomomi, Atsuko Yasuda, Kaoru Nakamura, Yurie

Yamazaki, Masako Uchiyama, Akemi Matsutani, Kimiko Hanawa, Miyuki Jimma, Michiyo Nemori, Yuka Ito, Rie Saito, Junko Wakatsuki, Masumi Ogawa, Mayumi Aoki, Yukihiro Nishinouchi, Ritsuko Horie, Keiko Sakamoto, Chika Tanikawa, Nanase Aikawa, and Yoshimi Azegami;

- Luxemburgo, Elisa Greoli;
- México, Ma. Susana Finck Pastrana, Marcela Edith Leyva Lira, Maria Liliana Tello de Meneses Teufer, and Marcela Teresita Esparza Marquez;
- Holanda, F. T. van Bruggen-van Steenbergen, Brenda Ruijg, Berdy Reynebeau-Wubben, and Marjonne Claryntje Westercappel;
- Nueva Zelanda, Rachel Maguire;
- Noruega, Kari Roisgard;
- Perú, Odette Velez, y Cecilia Ferreyros De Nash;
- Escocia, Irene Smith, y Roushan Martens;
- España, David Alcalde Montserrat, Sonia Sanchis Tasa y Sofia Armada Alcantarilla;
- Suiza, Anne Sechaud;
- U.S.A., Marina Sarai Valenzuela-Serrano, Annita Stansbury, Rev. Esther L. M. Vitale, Amy Shaffer Crawley, Amy D Cohen, Paulette M, Louis, Joan Regalbuto and Kathleen Furze-Spencer;
- Venezuela, Jacqueline Blasco, Zeus Alejandro Machado y Lydia Ortiz Princz.

Ahora ya contamos con 1.946 practitioners en el Registro.

Publicidad con el Centro Bach ↙

A partir del próximo año se ofrece espacio publicitario de pago en el sitio Web del Centro Bach. Si está interesado en utilizar www.bachcentre.com para llegar a los más de 13,000 visitantes que nos visitan cada mes, envíe un mail a stefan@bachcentre.com para mayores informes.

Tenga en cuenta que no vamos a aceptar anuncios pagados para servicios relacionados a los BFRP, ya que cualquier trabajo que usted hace en ese sentido puede ser enumerado de forma gratuita como parte de nuestro apoyo a su labor como practitioner.

Un propósito de año nuevo ↙

Siempre es más fácil de empezar a ser mejores mañana. Es por eso que los propósitos de Año Nuevo suelen hacerse antes de que el nuevo año comience. Cualquier tipo de autocontrol parece posible cuando se tiene un cigarrillo en la mano y después de un par de copas

Lamentablemente el año nuevo llega con demasiada rapidez. Las festividades pasan muy deprisa y pronto se convierten en recuerdos. Si vamos a mejorar este año nuevo, hemos de dejar a un lado los encendedores y las cervezas bien frías. La excusa de 'por última vez' se aprecia más débil en enero que como lo hizo en diciembre.

Para empeorar las cosas, enero es un mal momento para la abnegación. Hay demasiadas obligaciones y no tantas fiestas. No es de extrañar que muchos de nosotros nos retractemos después de unas horas de habernos

hecho un propósito y regresemos al bar, con el argumento que nunca nos hacemos propósitos porque nunca los cumplimos, no es así?

¿Pero qué pasa si realmente ha tomado la determinación de cumplir el propósito – dejar el cigarro, por ejemplo? ¿Pueden las flores de Bach ayudarle a mantenerse firme en su propósito?

Existen algunos remedios que automáticamente llegan a la mente para este tipo de situaciones. Uno sería Walnut, para romper el hábito. Walnut se utiliza para ayudarnos a avanzar en nuestro progreso a través de la vida y de protegernos de las injerencias de algunas influencias externas, tales como un viejo hábito, o la opinión de alguien más. También se utiliza en cualquier momento del cambio, cuando éste ya se ha hecho (por ej. los que han dejado de fumar), pero que no se sienten a gusto con la nueva situación (cuando llegamos al límite).

La capacidad de Crab Apple para liberar nuestra mente de la sensación de sentirnos contaminados y sucios podría ser de gran utilidad en esta situación, ya que podría ayudar a los sentimientos frenéticos, agitados e inquietos que pueden presentarse en un ex fumador.

Para aquellos que se debilitan y cogen el cigarrillo después de jurar ante Dios que nunca volverían a fumar, Chestnut Bud podría ser apropiado, especialmente si la recaída se repite igual que en el pasado –sentado en nuestro lugar habitual en el bar. Para aquellos que se rinden a renunciar porque no pueden negarse cuando se les ofrece un cigarrillo, la respuesta podría radicar en Centaury, para ayudarle a decir que no de manera consciente.

Dejar de fumar es algo que incluso los fumadores tienden a ver como un valioso objetivo. Es algo positivo, y una afirmación de su cuerpo a la libertad de disfrutar la vida un poco más.

¿Qué es lo que pensamos, sin embargo, de las personas cuyos propósitos toman un giro en extremo? ¿Existe un remedio para ayudar a una persona sana que decide dejar de tomar té por principio? ¿O la mujer delgada que bajo ninguna circunstancia come una sola tableta de chocolate que tanto anhela?

A menudo la gente en este estado buscará el mismo tipo de remedios que eligen los que sufren para romper el hábito. Toman Walnut para eliminar la diabólica influencia del placer; Centaury para ayudarse a decirle no al placer; Crab Apple para purificar los deseos de placer del cuerpo; Chestnut Bud para acabar con la costumbre de pecar consumiendo placer...

Esto es lamentable porque estamos buscando la respuesta en la dirección equivocada. Al igual que el hombre que entra en la oficina del practitioner y dice que necesita sin lugar a duda los 38 remedios excepto Vine, el último remedio que selecciona esta gente es precisamente el que necesitan: Rock Water.

Rock Water se utiliza para devolver el balance a la gente que es muy estricta e implacable consigo mismos. Se complacen en negarse a si mismos deseos. No se permiten tomar un trozo de chocolate o una taza de té porque significaría caer de su gracia. En lugar de ello quiere renunciar a más y más cosas (sin expresarlo) esperanzados en alcanzarán la perfección seguida de la

última renunciación. Hoy chocolate, mañana el mundo mortal del pecado y muerte.

Este es un estado de orgullo espiritual, y el Dr. Bach tiene algunas cosas interesantes que decir a este respecto: 'Principalmente', escribió, 'la culpa en la tierra es por el deseo de cosas mundanas, pero el mayor peligro es la codicia y el deseo excesivo de cosas espirituales. El deseo de ser bueno, el deseo de ser Dios, puede ser un obstáculo tan grande en la vida espiritual, como lo es el deseo por el oro o por el poder en la vida terrenal.'

En otras palabras, la mayoría de las veces estamos demasiado apegados a las posesiones y a la ambición terrenal, y es precisamente ahí donde nos equivocamos. Pero también podemos equivocarnos al esforzarnos demasiado a ser perfectos.

'Mientras más avancemos, más grande debe de ser la humildad, la paciencia y el deseo de servir,' dijo el Dr. Bach. 'Es el estado de ser y no el de aspirar el que trae su propia recompensa. No debe de haber un deseo para alcanzar rápidamente la superación o la perfección, sino saber esperar con alegre humildad en cualquier etapa o servicio en el que nos encontremos, hasta que seamos llamados para algo más grande. El camino es entregarse al servicio sin esperar recompensa espiritual, sencillamente por el simple deseo de servir'.

Como no somos perfectos, así también será imperfecta nuestra percepción de la perfección. Rock Water nos puede ayudar si queremos avanzar demasiado rápido y nos precipitamos hacia lo que actualmente pensamos que es la perfección. Nos puede ayudar a ser nosotros mismos y a aprender de nuestras vidas ahora, de tal manera que podamos evolucionar, respetando el ritmo que es adecuado para nosotros.



El mejor propósito de Año Nuevo, podría ser entonces: Tengo el propósito y la voluntad de ser yo mismo. Éste es un propósito que los remedios Bach seguramente nos pueden ayudar a mantener y lograr.