

## De BUTTERCUP y LARCH a COLUMBINE y ECHINACEA

Entiendo la AUTOESTIMA como autoamor y autoconfianza básica que se generan en las raíces emocionales del **METANIVEL I, (DE LA LUNA)** que se nutre de un vínculo “suficientemente bueno” con una madre “suficientemente buena”.

Continúa luego con la confirmación, o no, de esa confianza por parte del padre, “proveedor” del contacto con el mundo externo a la familia y de la CAPACIDAD de abastecimiento material, aspecto éste conectado con el **METANIVEL II (DE MARTE)** en tanto encarnación física y “lucha” por la subsistencia.

Otro aspecto de este vínculo paterno se refiere a la LEY que el padre aporta e impone a la vida familiar y en los límites al niño en particular; formadora básica del Superyo o conciencia moral que incluye también los IDEALES sociales y personales, integrando en parte aquel sentimiento de amor y confianza básicos originados en el vínculo primario con la madre.

Los aspectos paternos relativos a la Ley, el orden, los límites, el permiso y la culpa, la obediencia y las transgresiones, los premios y castigos, las consecuencias de los propios actos, se ubican en el **METANIVEL VII, (DE SATURNO)**.

Los sucesos positivos y los traumáticos acaecidos en estas etapas nutren o hieren la autoestima del niño en tanto se sienta o no, amado, aceptado, confiable, adecuado, capaz de realizar lo que se espera o se exige de él. Desde la MIRADA del Otro (madre y padre) se estimula la emocionalidad del niño que reacciona determinado a su vez por la “constitucionalidad” de su propia alma: sus arquetipos inconscientes.

Profundas heridas que podemos ubicar en el metanivel I causan una autoestima muy baja, pobre autovaloración, sentimiento de inadecuación, de no ser capaz, miedo al fracaso, dependencia del juicio ajeno. Si las experiencias que podemos ubicar en los metaniveles II y VII, lejos de reparar, hieren aún más el alma del niño con normas muy severas o arbitrarias, correcciones agresivas y hasta violentas, juicios desvalorizantes, etc.

Un intento de adaptación extremo, o de salida de la angustia que producen todas estas heridas, puede dar lugar a un nivel de autoexigencia tan elevado e idealista que convierte en inalcanzable toda meta.

Para reparar y re-tejer tales “agujeros” del alma nos pueden ayudar y mucho las esencias de **BUTTERCUP y LARCH**.

**BUTTERCUP** está expresamente indicada, junto con otras esencias, para trabajar las heridas del METANIVEL LUNAR. Relacionada con la conciencia femenina, la energía Yin, el vínculo materno, confianza, autoaceptación, autoestima, expresión de uno mismo, niño interior.

De Buttercup escribe P. Kaminski: “hay momentos muy importantes en los que el alma agrupa y lleva hacia adentro su fortaleza, y consolida su esencia. Es importante que esas almas no se juzguen a sí mismas de acuerdo con los modelos externos de logro y de éxito, ya que se afligen con ello a causa de la duda sobre sí mismas, o por una sensación de valía personal disminuida. Por el contrario, sí necesitan reconocer y honrar el valor y la valía interiores de su YO verdadero”

“La esencia floral de Buttercup ayuda al alma a tomar conciencia de su luz interior y a mantenerla, de forma que ésta se convierte en una fuente de gran sanación y de gran paz para todos aquéllos con quienes contacta.”

En cuanto a **LARCH**, ubicada en el metanivel II, de Marte, está más relacionada con la competencia y la lucha, la actividad y el “lanzarse” a la concreción del propio Deseo a través de la acción. Una energía de tipo Yang, masculina, activa. Conciencia masculina, padre y paternidad, indecisión inmovilidad, postergación, represión, vacilación, valor.

De Larch escribe P. Kaminski: “ayuda a aquellas personas que sufren a causa de una gran duda sobre sí mismas y a causa de una pobre autoestima. El alma carece de confianza y, por tanto, proyecta tanto el fracaso como una pobre actuación personal, o la idea de un juicio duro por parte de los demás, circunstancias todas ellas que van más allá de la situación objetiva y real. De este modo las capacidades del alma se estancan porque esas personas censuran y constriñen su expresión creativa de forma severa, y ahogan su espontaneidad. Temen intentar cosas nuevas o arriesgadas y, por tanto, hacen poco para crecer y para evolucionar”.

“...la esencia floral de Larch libera el potencial creativo infundiendo en la persona una confianza y una expresividad renovadas. Larch impulsa el alma desde un modo de comportamiento autolimitado hacia otro que es más trascendente.”

Una diferencia notable entre las referencias señaladas entre ambas esencias me conducen a la idea de combinar ambas en una misma fórmula por su complementariedad yin-yang, conciencia femenina, conciencia masculina, vínculo materno, vínculo paterno. Esta complementariedad ayudará a una reparación más completa de las heridas causantes de la baja autoestima, falta de confianza, alta autoexigencia, postergación y miedo al fracaso, para dar paso al amor a sí mismo, la medida equilibrada de la propia valía, la actividad motivada por el propio deseo y la propia luz interior.

Pensando en Buttercup como reparador de la capacidad de amar-se (y por ende, de amar) y en Larch como el restaurador de la capacidad de trabajar orientado por el propio deseo, recuerdo la definición de S. Freud acerca de que Salud es “la capacidad de amar y trabajar”.

Esto puede lograrse sanando las heridas emocionales tempranas con la ayuda de los remedios florales y del trabajo conciente de autoconocimiento, elevando a un nivel óptimo el “Sano egoísmo de la Autoestima”.

**COLUMBINE:** Cuando además del sentimiento de poca valía la persona se siente diferente al resto y en desventaja por esa diferencia. Por eso se suele usar cuando alguien tiene alguna discapacidad ya sea física o emocional, real o fantaseada.

**ECHINACEA** que complementa este grupo, ya que permite actuar con dignidad y no rebajarse ni permitir que el entorno lo haga, de modo que también actúa reconstituyendo la autoestima.

Excelente su uso en orden progresivo **Buttercup** (reconocimiento afectivo), **Larch** (reconocimiento en la actividad), **Columbine** (reconocimiento del valor en las diferencias), **Echinacea** (reconocimiento con la dignidad) y todas para el proceso de AUTOAFIRMACIÓN, AUTOVALORACIÓN, INDIVIDUACION

Aportes de Lic. Mirta Serio y Lic. Claudia Stern

#### **Caso clínico:**

P. es una paciente que inició su tratamiento por Ataque de Pánico, en un estado muy angustiados y padeciendo todos los síntomas propios del síndrome: despertaba en la madrugada con una sensación de opresión en el pecho, dolor abdominal agudo, angustia, desesperación, miedo, sensación de muerte inminente. Los florales de Bach y de California le ayudaron a salir rápidamente de esta situación.

Posteriormente continuó su tratamiento durante 9 meses más durante los cuales continuamos trabajando los conflictos causantes del síndrome y otros temas importantes en su vida como sus vínculos con su hijo de 12 años, su ex esposo, su familia, su trabajo y profesión.

La posibilidad de elaborar conflictos en todas las áreas mencionadas con la acción conjunta de los remedios florales y un profundo trabajo terapéutico con frecuencia semanal, P fue facilitando más espacio para el autoconocimiento y para replantearse sus deseos y proyectos.

Actualmente se siente insatisfecha y frustrada en el aspecto profesional porque siempre debió trabajar “presionada” por la necesidad de supervivencia y seguridad material. Así, nunca se “animó” a “arriesgar”, a “lanzarse” a trabajar en su verdadera vocación: la psicología social, título que obtuvo hacer varios años. Continúa trabajando como maestra. Al comenzar este

año hizo un cambio de escuela pasando a otra de jornada completa para aumentar su sueldo dejando la “escuela-hogar” 14 años, que cumplió un papel de contención y apoyo para ella, donde trabajó durante 14 años.

Quince días antes de su ingreso al nuevo trabajo agregué LARCH la fórmula floral de P. En las últimas sesiones había expresado su sentimiento de inseguridad y temor ante este gran cambio.

El tema fundamental que veníamos tratando estaba relacionado con su baja autoestima y valoración y una autoexigencia muy elevada. Las raíces de este problema están en vivencias muy traumáticas de su infancia y adolescencia cuyos recuerdos fueron surgiendo relacionados con los planteos de las últimas sesiones.

Durante los 23 días de toma de Larch fue mejorando de a poco su autoestima y a la vez buscando y elaborando el sentido de estas dificultades.

Al momento de preparar un nuevo frasco de esencias dos nuevos desafíos habían surgido en su vida laboral, por un lado recibe críticas a su manera de trabajar y ciertas agresiones verbales que le hacen reeditar conflictos no resueltos justamente en las raíces del problema que venimos tratando. Por otro lado, algo más positivo: la posibilidad de utilizar sus conocimientos y su capacidad como psicóloga social en tareas específicas y frente a una autoridad educacional importante, propuestas que se animó a aceptar espontáneamente sin dudas ni temores. Para reforzar la ayuda que las flores pueden prestarle en estas circunstancias agregué Buttercup para profundizar el tratamiento de las causas de una autoestima poco “nutrida”.

Tomando Larch P había avanzado desde el sentimiento de inadecuación, dependencia del juicio ajeno, temor al desamor y al abandono, de la no valoración frente a OTROS, hasta la lucha consigo misma, “contra mi manera de ser”, al sentimiento propio de incompetencia, a la autoexigencia extremadamente alta por sentimiento de no valor, esa falta de “confianza básica” que es secuela de la primera relación con la madre, lo que P. Kaminski ubica en el metanivel UNO o de la LUNA.

Buttercup es una de las esencias de ese nivel primero indispensable para reparar la herida en la emocionalidad más básica y fundante del ser humano, la clave para poder avanzar por la Rueda del Alma hasta armonizar los otros seis aspectos posibles de la expresión humana interna y externa.

Caso clínico de Lic. Mirta Serio