

## Los remedios florales como ayuda para sobrevivir al pesimismo

En estas épocas, en que es tan difícil mantenerse equilibrado debido al estrés constante del que padecemos, es bueno tener en cuenta algunas cuestiones para vivir mejor y conservar la salud. Esto vale tanto para las mujeres como para los hombres.

Lo primero a tener en cuenta es armonizar las emociones. Esto permite contar con las fuerzas y el estado de ánimo indispensable para poder tomar iniciativas y vencer las dificultades que se presentan, administrar adecuadamente el tiempo del que se dispone siendo disciplinado y organizado, dar lo mejor de sí mismo, sabiendo que nadie es perfecto, permitirse el entusiasmo sin temer “el golpe que vendrá después”, identificar los propios talentos y sacarles el mayor provecho posible.

Es saludable mantenerse actualizado, informado en el área de la propia especialidad y conservar contactos o volver a establecerlos con gente afín. También es importante fijarse en tener un buen aspecto. Nadie se acerca a los “perdedores”, a los desprolijos o desalineados.

Permitirse enfrentar y aceptar desafíos, pero para eso hay que ampliar la propia visión del mundo y ejercitar la creatividad.

Use su dinamismo y no desprecie ni desaproveche su intuición y mantenga siempre sus objetivos claros y en concordancia con su accionar.

Ante todo sea honesto consigo mismo.

Para todo lo antedicho las esencias florales son perfectas. Se pueden combinar diversas en una sola fórmula y se pueden ingerir oralmente o vaporizar ambientalmente. Los resultados son excelentes, al poco tiempo ya se dará cuenta usted mismo.

Con la ayuda de estas gotitas florales muy eficaces, sin contraindicaciones de ningún tipo, tendrá un gran aliado en su intento de ser eficaz en lo que hace, en imprimir energía a su actividad y en sentirse merecedor de resultados positivos.

Para contribuir a tener éxito, protección, dinamismo, continuidad, energía, y equilibrio en los emprendimientos podremos elegir entre las siguientes esencias:

Dentro del sistema Bach, **Wild Oat** nos ayuda a poder encontrar nuevas oportunidades, orientarnos vocacionalmente, y hallar nuevos emprendimientos.

**Mimulus** para vencer la timidez, salir del “anonimato”, no tener miedo a figurar o insertarse en algún lugar nuevo.

**Gentian** para tener coraje y tener fe en que se van a superar las dificultades.

**Gorse** para no perder la esperanza ni deprimirse.

**Elm** si la situación que está viviendo lo abruma demasiado y no le permite usar su habitual capacidad.

**Larch** para tenerse confianza y alcanzar el éxito, tolerarlo y sentirse merecedor del mismo. **Pine** para no sentir que uno tiene la culpa de todo lo malo o equivocado que sucede alrededor, o en personas con tendencia a sentirse responsables por todo.

**Impatiens** es una esencia para tener en cuenta frente a situaciones que generan incertidumbre, cuando se está o se es muy impaciente, muy tenso o muy inquieto.

**Chestnut Bud** ayuda a aprender de los errores cometidos y evitar repetir los mismos. Permite darse cuenta de cosas que hacemos sin darnos cuenta y que tal vez no nos ayudan a progresar o crean situaciones de tensión con otros. Esta esencia floral permite además romper con determinados hábitos que tal vez no sean beneficiosos.

**Hornbeam** garantiza energía para quien va a iniciar un nuevo emprendimiento o necesita una inyección de fuerza para algo que ya está realizando.

Dentro del sistema California, tenemos **Larkspur** que promueve un liderazgo carismático, que ayuda a que las tareas de liderazgo o dirección no sean un peso excesivo y que permite ejercerlas magníficamente.

**Rosemary** armoniza las emociones para reducir el estrés mental.

**Scarlet Monkeyflower** expande la vitalidad que estaba reprimida por la negatividad, por la rabia y por la excesiva necesidad de cuidar la imagen o no enojarse cuando corresponde.

**Cayenne** es para las personas demasiado lentas, que no se deciden, que necesitan ser empujadas para hacer las cosas. Esta esencia libera fuerza para la acción.

**Shasta Daisy** ayuda al análisis y a la síntesis, a conceptualizar mejor, a organizarse y planificar las actividades adecuadamente, contribuye al logro de metas y objetivos claros. Es ideal para tareas intelectuales.

**Scotch Broom** para no sentirse desesperanzado a la primera oportunidad que algo no funciona tal como estaba planeado.



**Penstemon** para no dejar de luchar a pesar de las situaciones adversas que se nos puedan presentar.

**Mountain Pennyroyal** para equilibrar a aquellas personas que se sienten influenciadas por acontecimientos externos como malas noticias o situaciones de pesimismo permitiendo superarlas y continuar el camino trazado.

**Star Thistle** facilita el desapego y permite superar el miedo a la escasez.

**Fireweed** es una esencia floral para personas luchadoras, que se reconstruyen después de la vivencia de situaciones sumamente críticas, con intensa potencia vital. Con espíritu de transformación, se reorganizan, expulsando la energía negativa para dar lugar a un renacimiento positivo. Permite darse cuenta de la abundancia del amor. Para abrazar nuevas relaciones descartando las pasadas. Libera tensiones y preocupaciones causadas por eventos traumáticos. Impulsa al cambio.

Lic Claudia Stern  
Psicóloga  
Directora del Centro de Estudios Florales y Naturales