

Los miedos y las Flores de Bach

En mi opinión, no hay nada peor que el miedo.

El miedo te limita, te bloquea, te impide ser la persona que realmente eres, y así poder disfrutar plenamente de tu vida y de todo lo que te rodea.

En la gran obra del doctor Bach, uno de los pilares más importantes es la lucha contra el sufrimiento y se refiere al miedo como "ese gran carcelero".

De hecho, son pocas las esencias que no guardan una relación directa con él, aparte del primer grupo que ya conocemos:

- **ASPEN**: miedos sobrenaturales o paranormales. No hay nada que identifique el temor.
- **MÍMULUS**: miedo a situaciones cotidianas de la vida. Personas tímidas con miedo al rechazo.
- **RED CHESNUT**: temor por la seguridad y bienestar de sus seres queridos, personas o animales.
- **CHERRY PLUM**: miedo a perder el control y llegar a hacer cosas horribles. Temperamento explosivo.
- **Rock ROSE**: Miedo a la muerte, sienten terror, pánico... se sobresaltan ante cualquier estímulo.
- **SCLERANTHUS**: miedo a cometer errores o tomar decisiones equivocadas.

- **HEATHER, CHICORY y CENTAURY:** miedo a la soledad, al abandono y al rechazo. Vacío interior.
- **AGRIMONY:** miedo al conflicto, huye de él tanto si se trata de dinámicas internas, como de problemas con otras personas.
- **HOLLY y WILLOW:** miedo a la traición, en general viven en la sospecha y la desconfianza.
- **ELM, ROCK WATER y OAK:** miedo a cometer errores y que estas supuestas imperfecciones, se perciban como actos negligentes. Temen no ser impecables y se sienten en continuo juicio de un juez que está en su interior.
- **LARCH:** miedo al fracaso. Cabe señalar que los anteriores "obsesivos" tiene una parte de Larch, sentimiento de inferioridad.
- **PINE:** miedo que produce ansiedad, tristeza o preocupación, por un sentimiento de culpabilidad constante.
- **CRAB APPLE:** miedo a contraer enfermedades o desarrollar patologías consideradas "sucias". También temor a la contaminación moral.

