

VOLUNTARIADO DE DIFUSIÓN DE TERAPIA FLORAL:

IV JORNADA DE VIDA SALUDABLE EN MIRAFLORES DE LA SIERRA



Por Elena Crespo Iznola

El sábado 28 de mayo del 2011 se completó el primer ciclo de “**Jornadas de Vida Saludable**” organizadas por **ADEA (Asociación Discapacitados en Acción)**. El encuentro se desarrolló nuevamente en Miraflores de la Sierra, provincia de Madrid.

ADEA ha cubierto de nuevo su objetivo de hacer posible que varios colectivos de discapacitados participen y entren en contacto con la medicina complementaria.

La **Sección de Voluntariado de SEFLOR** estuvo representada por Francisca Arrom y Elena Crespo, Terapeutas Florales Integrativas. A continuación comparten tanto su experiencia en esta jornada, como información detallada de las consultas realizadas.

En esta ocasión la organización contó con el apoyo de 64 voluntarios, 49 de ellos terapeutas, y se logró alcanzar la suma de 102 participantes. Estábamos convocados todos los colaboradores que el año pasado acudimos a la primera jornada, además de algunas

nuevas incorporaciones. Nos vamos convirtiendo en un grupo activo cada vez más concienciado de nuestra labor.

Como ya hemos comentado en anteriores artículos, ADEA tiene especial interés en llevar a cabo

bajo el nombre de **Talleres de Paz**, la enseñanza de técnicas que ayuden a los individuos a obtener salud física, mental y emocional. Para ello está creando grupos de gimnasia, respiración y relajación, nutrición, meditación, Yoga, Tai Chi y Reiki entre otros.

Otras acciones interesantes llevadas a cabo por este colectivo son: asesoramiento sobre las posibles ofertas laborales en el sector discapacitado, servicio de acompañamiento cuando las barreras arquitectónicas lo hagan necesario, así como información sobre tramitación de documentación y colaboración con los organismos municipales en la consecución de mejoras en la seguridad vial.

IV JORNADA DE VIDA SALUDABLE
 DEDICADA A LA INCLUSIÓN Y ABIERTA A TODOS LOS PÚBLICOS
 Organiza: ADEA por una comunidad claramente integrada
 www.muycapaces.com

SÁBADO 28 de MAYO
 HORARIO 10:00 a 19:00
 Polideportivo Juan Carlos I
 Avd. Constitución s/n
 Miraflores de la Sierra

AUTOBUSES desde MADRID
 Intercomunicador Plaza Castilla
 91.845.00.51

725 Valdemorano - Bustarviejo -
 Miraflores - Madrid (Plaza de Castilla)

TERAPIAS Quiropraxia - Shiatsu - SacroCraneal -
 Masaje Holístico - QuiroReiki - Terapia Floral -
 Masaje Metamórfico - Kinesiología - Reflexoterapia
 Liberación Emocional - Reiki Múltiple - Diapasas
 Sonido y Reiki - Limpieza Áurica - Sana. Reconectiva

CONSULTAS
 Psych-K - Acupuntura - Naturopatía - Homeopatía

TALLERES
 RisoTerapia - Danza Terapéutica -
 Constelaciones familiares - Meditación y respiración

TALLERES INFANTILES
 RisoTerapia - Cuentos creativos
 Despertar al REIKI con YOGA

Actividades Complementarias
 Exhibición de terapia asistida
 con animales
 Simulación de concienciación
 sobre la discapacidad visual

PRECIO
 12 € Jornada Completa
 10 € Socios
 5 € Niños con padres

En esta jornada se impartieron numerosas terapias, de las cuales cada asistente tenía la opción de acceder a tres, así como varios talleres. Por primera vez se organizó también una sección infantil con múltiples actividades para los más pequeños.

Durante la mañana hubo muy poca afluencia de público. Tardamos un tiempo en darnos cuenta de que los asistentes no sabían en qué consistía la Terapia Floral y cambiamos nuestra denominación a Flores de Bach. Localizado, comprendido y subsanado el malentendido pudimos realizar unas 13 consultas en total.



Aproximadamente el 70% fueron mujeres, de edades y profesiones diversas. Sólo dos de las personas que hablaron conmigo habían tenido contacto con las esencias, usando el remedio de rescate. Como ya ha sucedido en otras ocasiones varios de los consultantes estaban emparentados entre sí. Esto me resultó muy interesante al hacer la puesta en común del evento con las compañeras, ya que es posible ver cómo cada integrante del núcleo familiar narra su historia común de manera sensiblemente diferente.

Algunas de las problemáticas tratadas fueron: dificultades para hablar en público, insomnio, sensación de aislamiento, pesar por duelo reciente, relaciones conflictivas con los progenitores, resentimiento, nostalgia por la salud perdida

debido a la enfermedad, dificultad para decir no y miedo a la muerte.



Utilizamos prácticamente la totalidad de las Esencias de Bach, siendo las más usadas: Star of Bethlehem, Walnut, Larch, Willow, Sweet Chestnut, Agrimony, Mimulus, Scleranthus y White Chestnut.

Tanto el mencionado malentendido, como el proceso de escritura de este artículo nos ha servido como motor para abrir un espacio a la reflexión sobre cómo modificar la actuación en próximos talleres.

Uno de los objetivos sería saber la repercusión que ha tenido la fórmula floral en un mayor número de personas atendidas, con esto sería más fácil evaluar tanto nuestras intervenciones como las ventajas e inconvenientes que se encuentran a la Terapia Floral.

Hasta la fecha el grupo de SEFLOR ha conseguido tres comentarios de participantes que han dado detalles sobre su experiencia. Dos de ellos comentan que sus dificultades para hablar en público han mejorado sustancialmente y uno que su problema de insomnio crónico pareció haberse resuelto, pero que volvió a aparecer al

estar a punto de terminar el frasco que le había sido prescrito el día 28. Esto me dejó pensando, ya que también me ha sucedido observar esta disminución de efecto con el paso del tiempo. Aunque es algo que por muy bien que queramos conservar la fórmula siempre termina siendo afectada por el tiempo u otros agentes externos. Me parece un tema interesante a investigar en un futuro.

El segundo objetivo que nos gustaría conseguir sería realizar una labor voluntaria continuada, que incluiría un seguimiento floral de casos concretos a medio o largo plazo. Se ofrecerá a ADEA y a alguna de sus organizaciones colaboradoras esta posibilidad. En esta línea fue posible contactar con la organización Vivir Desenfocados, asociación que promueve y potencia la investigación médico científica de la Miopía y sus patologías asociadas, con la que espero podamos colaborar en un futuro.

Nuevamente nos sentimos encantadas con la experiencia y quedamos a la espera de un próximo encuentro.

Gracias a la asociación, a los demás voluntarios y a SEFLOR por hacerlo posible.

Más información sobre la jornada y la asociación ADEA en:

www.muycapaces.com

Elena Crespo Iznaola

Voluntaria de Seflor

www.elenacrespo.com

INFORMACIÓN DETALLADA DE LAS CONSULTAS REALIZADAS: "IV JORNADA DE VIDA SALUDABLE"

Por Francisca Arrom



En esta IV Jornada de Vida saludable, atendí a ocho personas, muchas se acercaron sin saber qué eran las esencias, simplemente se presentaron porque fueron derivadas al momento de su ingreso en el recinto.

Hice una breve introducción a la terapia floral, destacando a E.Bach como iniciador de la misma y con cuyo sistema iba a elaborar una fórmula.

Como no venían preparados para enfrentar una dificultad y/o situación que estuvieran atravesando resultó bastante arduo ir decodificando la necesidad a partir de preguntas abiertas que me permitían relacionar con las esencias.

Todos se mostraron muy agradecidos por la atención y la fórmula elaborada, también sorprendidos por la elección de las esencias que hacían resonancia con su discurso.

Les entregué folletos informativos sobre los objetivos posibles para facilitar un proceso curativo o preventivo. Tomé nota de sus teléfonos

y mails, pues me comprometí en enviarles por mail la descripción de la fórmula. Al día siguiente envié lo prometido.

Esperé 10 días sin recibir respuesta y opté por comunicarme por teléfono. Sólo dos no respondieron.



A continuación resumo las consultas realizadas:

ANA : Profesora de "infantil", desde hace 12 años , está a punto de jubilarse. Está soltera y sin hijos, tiene 13 sobrinos y 13 sobrinos nietos. Tiene un hermano que enviudó hace poco y otro que

falleció hace 20 años. Practica Chi Kung. Es hipertensa. Al día siguiente debe hacer un discurso de cierre de año y teme no poder hacerlo, dice que si no lo hace no pasa nada.

Fórmula: **SBE WAL LAR MIM OAK SCL**

Hablé con ella y me agradeció pues había ofrecido su discurso sin miedo y con mucho reconocimiento de sus pares.

- MANU: Estudia instalación de placas solares. Es voluntario de Reiki. Tiene conflictos con sus amistades, se siente incomprendido, se aísla. Vive con la familia, son tres hermanos y él es el mayor. Hace 3 años fue internado por un tema de pulmón. Ahora está bien. Fuma.

Fórmula: **IMP WAL WVI SBE**

No pude comunicarme después.



- PHILIP - Es alemán, hijo de padre chino y madre alemana. Vivió tres años en Costa Rica con su pareja. Hace cuatro meses que están en

Madrid. Trabaja de cocinero y su objetivo es poner un restaurante de comida "fusión". Su próximo destino será Nueva Zelanda. Es graduado en Bellas Artes, en Alemania. Su padre, director de orquesta internacional se fue cuando él era muy pequeño y en la actualidad tampoco percibe ningún reconocimiento de su parte, por lo que la figura del abuelo materno fue muy nutritiva y ejemplar así como la de su madre. Hace un par de semanas que falleció el abuelo, lloró mucho pues para él era muy significativo.

Fórmula: **SBE WIL WAL HOL ASP HON AGR SCH**

Me comuniqué y confirmó haber recibido el mail y que lo leería.

- ANA del M: Es veterinaria desde hace 10 años, le gusta su profesión. Se ha formado en Acupuntura y la aplica desde que comenzó a trabajar por cuenta propia. Está casada hace 7 años y se siente satisfecha. Tuvo cáncer de mama, con extirpación de un ganglio, por lo que esperará dos años para embarazarse.

Perdió a su madre a los 17 años, es hija única. El padre se fue siendo pequeña. La madre volvió a casarse y el padrastro fue significativo para ella.

Fórmula: **MIM SBE HON PIN OLI SCH LAR**

No he podido comunicarme.

- **NATALIA:** Jubilada de 67 años, fue profesora de “infantil”. Toma clases de Yoga e Historia del Arte. Se separó hace 17 años y perdió la custodia de sus hijos. Ahora quiere recuperarlos, tiene 3 nietos. Su ex marido es un hombre de mucho poder. Dice que ha aprendido. Padece de artrosis y tiroides, le quitaron el útero.

Fórmula: **CEN SBE WIL SCH HOL MIM PIN LAR**

No tuve respuesta.

- **PRESEN:** Es modista, casada, con dos hijas y satisfecha con su vida. Resentida con la aseguradora de coches porque pusieron problemas para una denuncia. Practica yoga. Está atravesando la menopausia.

Fórmula: **HOL WIL SCL IMP CHI**

Me comuniqué y me agradeció la fórmula, dice que continúa con incertidumbre, la invité a continuar tratamiento.

- **FELICIDAD:** Ha estudiado Reiki y Flores de Bach aunque no las utiliza. Desde hace 7 años trabaja como administrativa. Se siente bien con sus compañeros. Está casada y tiene 2 hijos. Tiene una hija en Londres, siendo su relación conflictiva. Padece de bocio y tiene un pinzamiento. Acaban de operar a su madre de la vejiga, anteriormente de corazón y cadera.

Sueña con la muerte, tiene mucho miedo.

Fórmula: **ELM VER SBE OAK GEN RCH RRO**

Me contacté y me dijo que no había recibido mail, se lo reenvié.

- **FELI:** es la madre de Felicidad que está internada por reciente operación.

Fórmula: **SBE OLI SCH ASP RRO GEN CHI**



Habíamos planeado ofrecer una Charla de media hora a modo de introducción sintética sobre la Terapia Floral y sobre todo abrimos a todas las preguntas que desearan formular los participantes a fin de promover luego un encuentro con el terapeuta y “degustar” la experiencia. Lamentablemente por razones de fuerza mayor no fue posible realizarla.

Francisca Arrom