



## Jornadas para una vida saludable en ADEA

Sábado, 23 de Noviembre de 2013

Nos volvemos a encontrar con Sefflor, en apoyo de las terapias complementarias a través de Adea y sus programas en los Polideportivos de los pueblos de la Sierra Madrileña, son en estos casos los Ayuntamientos que, cada vez en mayor apertura, dan espacio, y facilitan la promoción y prácticas de los apoyos energéticos y naturales para la mejora personal y social.



Recordemos que Adea, es una Asociación de Discapacitados Físicos y Psíquicos que sólo tiene apoyos económicos de sus asociados y de algún alma caritativa que se asoma de vez en cuando. Estas Jornadas, de unas 10 horas de duración para una vida saludable, potencian su economía, habilitando la entrada al recinto de cada Polideportivo con un coste de 12 euros por persona (excepto discapacitados y/o sus socios), ofreciendo terapias, masajes, Reiki y demás, mientras que los profesionales de la salud lo hacemos gratuito, al tiempo que nos sirve de publicidad personal-profesional. Hacemos un buen tándem.

Fuimos terapeutas, reikistas, masajes terapéuticos, campana energética, música creativa y curativa, tarotistas constelaciones familiares, talleres....



Antes de comenzar el trabajo, nos tomamos unos minutos para hacer una rueda de energía, agarrados de las manos todas y todos, dirigido el momento por Amelia, directora y presidente de Adea. Se crea un clímax único y favorecedor de calor, respeto y un cariño inmenso hacia nosotros y nosotras, así como hacia todo nuestro alrededor. También, hicimos peticiones de ayuda hacia las personas ausentes por causas de malestar en su salud física y anímica, echamos y mucho de menos a Amparito, tenía un contratiempo, que sin duda salvará con fortaleza de espíritu y con su característico buen humor. Todas y todos estamos preparados para el trabajo en armonía y bienestar, receptivos a lo que a cada quien nos corresponda experimentar.

En esta ocasión, la Terapia Floral no tuvo mucha afluencia de público, tal vez el Universo hizo que se correspondiese a que me encontraba sola desempeñando mi labor, pues mis compañeras directas de Sefflor se encontraban ausentes a causa de fuerzas mayores, y la compañera suplente se encontraba indispuesta, con lo que tampoco acudió; quiero pensar que la situación se vio así naturalmente compensada. Tuve poquitas visitas, aunque no por ello poco interesantes.

De todos modos, la presidente de Adea, también, se había tomado la molestia de localizar a otros terapeutas florales para dar solidez al encuentro y que yo no me encontrara desbordada. ¡¡Gracias, Amelia!!

Paso ahora a una breve exposición de algunos casos:

### **M.P. mujer de 38 años, soltera, trabajadora y amenaza de despido.**

Motivo de la visita: cansancio exhaustivo, muy, muy desmotivada, lo posterga todo, muy triste. Desde el verano está así. Su madre falleció en Julio, tras muchos meses de enfermedad y presiones hospitalarias. Vive en casa de su madre. Más tarde la avisaron de su trabajo, que tendría un traslado de oficina, que a ella ni la beneficia ni la satisface; y, además, el chico, del que se encuentra “enganchada”, no la hace ni caso.

Hablamos unos 55 minutos sobre su estado, la refiero que me parece que está atravesando un duelo (o varios) por su madre fallecida, por sus cambios en el empleo y por que el chico, que en tiempos la acompañaba, ahora la apetecería tener de él otro trato muy diferente; **le echa de menos, se siente sola, defraudada y sin sentido**. Ante esto, ella dice que para nada está en duelo, que no puede ser, que su madre ya lleva muerta desde el verano, que eso no tiene que ver con lo de ahora. Ahora se siente muy mal, definiendo mal: lo descrito al principio de la conversación. **No comprende lo que ocurre, la vida está confabulando contra ella: Willow-Sauce y Wild Oat-Avena Silvestre. Ella era muy activa y vivaz, y ahora no quiere, ni se puede levantar de la cama o de un sofá.**

La propongo que me visite una vez por semana bajo el auspicio de Seflor y con bajos honorarios (todo cliente, que venga a través de estos encuentros ADEA, estarán atendidos tanto en nuestra Sede en Madrid, los martes por la tarde de 17 a 21 horas, o en nuestras consultas particulares, las de las Voluntarias en Madrid o en Galapagar).

Ha de establecer nuevos encuentros terapéuticos, ella sola con ella misma se lleva a un estado que lamenta y, además, no atiende sus necesidades básicas, parece como si no supiera cuidarse desde el verano, que curiosamente falleció su madre y etc. Continúa negándolo y en una gran cerrazón.

M.P. no desea hacer ninguna terapia, quiere sólo tomar florales o que alguien la de algo que la haga cambiar de actitud y de estado. Pone todo el hincapié curativo fuera de ella misma, no admite que ella desde su 50% estaría poniendo parte activa en el asunto que la ocupa y la preocupa. Deduzco que ella, aún no es ELLA.

Nos despedimos cordialmente y con su preparado floral, en el que incorporo:

**Star of Bethlehem-Estrella de Belén**, por su posible dolor ante la muerte de su madre y los demás desajustes de su vida actual. Aun ella no se encuentra “entera”.



**Hornbeam-Hojaranzo**, por su pereza ante las cosas. No se cree que pueda hacerlas.

**Wild Rose-Rosa Canina**, para su apatía. No se cree que sea ella, la que ha de responsabilizarse y tomar partido.

**Mustard-Mostaza**, por su profundo 'hundilón' del que la resulta dificultoso salir. Está en exceso metida en sí misma.

**Olive-Olivo**, para su agotamiento exhaustivo tras un buen tiempo de desgaste energético. Tal vez, ella no ha podido o no ha sabido estar muy presente en sus experiencias, con lo que no ha sido consciente de sus valiosos desgastes energéticos.

**Willow-Sauce**, porque responsabiliza a la vida de lo que la sucede. Ella aún no existe en esto que la ocurre.

## **N.U. Mujer de 34 años, divorciada y con dos hijas a su cargo.**

Motivo de la visita: refiere que ha tenido una separación conyugal muy traumática. Ella ya no quiere a su ex marido, y **a sus hijas las está costando sufrir esta separación, se siente culpable, Pine-Pino**. La preocupa, y mucho, la escasez económica. Tenían un negocio en común, que ahora ya no existe como tal. Es funcionaria y trabaja mucho con escasa gratificación económica y creativa. También, desarrolla una labor que la encanta, elaborando colgantes y péndulos con distintas formas y tamaños, de cuarzos y cristales de colores, preciosos y con mucha pasión y alegría. La gusta mucho estar inmersa en el “mundo ecológico y alternativo-natural”, es diferente, nada aburrido y aprende de todo y de todos y todas; está muy abierta a cambiar y a mejorar, como persona y como madre. La preocupa que ha conocido a un hombre, con el que vive un apasionado y alegre romance, pero tiene 10 años menos que ella. **Tiene mucho miedo a que este idilio se termine, y se termine mal. Se quedará muy triste (expectativas catastróficas) White Chestnut-Castaño Blanco y Mustard-Mostaza. No sabe que hacer para que él no se aleje... Chicory-Achicoria.**

Charlamos animadamente y en cordialidad durante 55 minutos. La pregunto sobre cuántas ganas tiene de conseguir su “libertad”. Dice ser libre ya. La insto a reflexionar sobre si ya se siente libre, para que tendría que preocuparse tanto de sus expectativas? Es más, tal vez ya no tendría expectativas ante los resultados de las cosas, de las experiencias de la vida, de las vivencias de sus hijas. Se da cuenta de que ella se siente muy involucrada y muy responsable de sus hijas, y que se olvida sistemáticamente de ella, no disfruta plenamente de nada, ni de su relación con este chico a causa de sus pensamientos, que la traicionan una y otra vez. Se pone muy contenta, es como si algo dentro de ella ha dado un pequeño o gran giro, se torna entusiasmada y feliz, antes tenía un aspecto sombrío y falta de expresividad.

Igualmente la animo a dar continuidad terapéutica, es salud a muchos niveles, a la par de apasionante ante la visión de cambio o cambios. Ser consciente al estar mejor presente.

Nos despedimos con calor y alegría, se lleva su preparado floral, en el que incluyo:

**White chestnut-Castaño blanco**, para re-ordenar y elegir sus pensamientos.

**Chicory-Achicoria**, para re-organizar sus sentimientos al hacerse cargo de éstos, para no utilizar la burda manipulación de los otros en su beneficio.

**Pine-Pino**, para sentirse liberada de culpas y separaciones costosas y gravosas, que se pueda hacer cargo de sí misma, sin sentirse sometida a juicios y presiones internas al no experimentarse en inferioridad de condiciones.

**Chestnut Bud-Brote de Castaño**, para sacar fruto de sus experiencias, en lugar de sacar conclusiones anticipadas. Con lo que podrá re-encontrarse con su niña interna y disfrutar mientras tanto, en lugar de dejarse llevar de pensamientos obsoletos y contradictorios que la hacen sufrir sin estar en la realidad inmediata y sus disfrutes.



## **A.B. Mujer de 60 años, divorciada, hijos y, nietos**

Se encuentra en exceso agitada, tensa y en conflicto, en cuanto al control sobre los demás y las circunstancias que la rodean. Dolores, tensiones. Parece como si todo y todos la “fallan”. Centrada en exceso en los resultados, necesidad de “soltar”. Disfruta de diversas sesiones de varios terapeutas que, entre unos y otros y su gran disponibilidad y aceptación, le va aligerando su mochila de estrés, tornándose serena y entregada al disfrute. Hablamos unos minutos y con premura, la situación no daba para mucho más, ni mejor.

Su preparado floral lleva:

**Holly-Acebo**, rabia y contrariedades varias.

**Impatiens-Impaciencia**, para la crueldad con la que se siente tratada. Se trata a sí misma y tal vez trate a otros. Las contracturas musculares anidaron en su organismo, hasta que se fueron suavizando...

**Oak-Roble**, para ir abandonando la resistencia que ofrece su personalidad, frente a las posibilidades en apertura de su alma.



**Chestnut Bud-Brote de Castaño**, para llevarse la experiencia vivida desde lo más profundo de su alma.

**Chicory-Achicoria**, para soltar, en la medida de lo posible, el patrón que la lleva a intentar tener todo bajo control.

**Rescue Remedy-Remedio Rescate**, para su centramiento y realineamiento energético en brevedad.

Por ahora esto fue y esto continuará.

Muchas gracias a todas y todos por sus apoyos, haciendo posible que los unos nos sintamos apoyados y apoyemos a los otros.

**Carmen Risueño Izquierdo**  
**Coordinadora del Voluntariado de SEFLOR**

