

ACEBO (Holly, *Ilex aquifolium*)

Flor de quien sufre y lo expresa con rabia, para quien siente celos, envidia, venganza o bloqueo emocional, es la esencia relacionada con el amor. Puede ser útil en dolencias cardíacas, para personas que han sufrido infartos e hipertensión producto de actitudes de miedo, y en bajadas del sistema inmunológico. Del mismo modo, si hay una tendencia a las enfermedades de tipo inflamatorio y afecciones cutáneas, y en caso de anorexia nerviosa por la desconfianza desplazada a la comida. Borra la información incluso a nivel celular.

4° Chakra - Anahata - Corazón

ACHICORIA (Chicory, *Cichorium intybus*)

Esencia relacionada con la posesión, el egoísmo posesivo, apegado y manipulador, así como con la generosidad o capacidad de desprendimiento. Puede ser útil a mujeres con trastornos de estrógenos, regularizar el período menstrual y la hipotensión, y ayudar en problemas asmáticos, amigdalitis, soriasis tras una separación dolorosa, dolencias cardíacas, arritmia y taquicardia.

2do. Chakra- Swadhistana – Ombligo

3er. Chakra – Manipura – Plexo solar

AGRIMONIA (Agrimony, *Agrimonia eupatoria*)

Esencia de quien oculta los problemas bajo un semblante alegre, así como de la aceptación y disposición a tomar conciencia de los conflictos. Puede ser beneficiosa en alteraciones cardíacas y digestivas, en alergias utilizada junto con la flor Manzano silvestre, en picores de todo origen aplicada sin diluir, alteraciones de la tensión arterial, glaucoma y tensión ocular, dolores de cabeza en general, insomnio sin causa aparente y cáncer para prevenir la metástasis.

3er. Chakra - Manipura – Plexo solar

AGUA DE ROCA (Rock water, *Aqua petra*)

Esencia de la persona exigente consigo misma y que quiere ser un ejemplo para los demás, así como de la ductilidad y flexibilidad, también puede contribuir a la mejora de dolencias anquilosantes, traumatismos y tendinitis. Flexibiliza columna vertebral y cuello, en cuyas dolencias es útil, así como en golpes y contusiones junto con la flor Estrella de Belén. Utilización en casos relacionados con la fertilidad, cataratas, callos y durezas en aplicación tópica local e ingerida, y cálculos renales: "Todo lo duro puede ir disolviéndose".

2do. Chakra- Swadhistana – Ombligo

6° chakra – Ajna - Entrecejo

ÁLAMO TEMBLÓN (Aspen, *Populus tremula*)

Esencia para el miedo a lo desconocido y la sensación de angustia sin motivo aparente, así como de la confianza y sensibilidad consciente, se aconseja su utilización en todas aquellas alteraciones físicas en las que aparecen temblores, cuando hay tensión en la primera costilla, lo cual guarda relación con la dopamina, si la hay en los hombros hacia delante y está relacionada con la hernia de hiato, así como en casos de insomnio sin saber por qué.

1er Chakra - Muladhara – Sexo
7º chakra – Sahasrara - Coronilla

ALERCE (Larch, *Larix decidua*)

Es la esencia de la persona acomplejada que se subestima y duda de su capacidad. Es la flor de la confianza en uno mismo y resulta especialmente beneficiosa junto con la planta Maca (*Lepidium meyenii*) por ejemplo, en problemas relacionados con la sexualidad de la persona, como impotencia sexual. Útil en osteoporosis y todas las degeneraciones óseas, problemas respiratorios y para potenciar el sistema inmunológico.

6º Chakra- Ajna- Entrecejo

AULAGA (Gorse, *Ulex europaeus*)

Esencia de la persona desesperanzada que ha dejado de luchar, para que recobre la esperanza y confianza, empuje, ilusión y ganas de vivir, para superar el dolor interno. Puede ayudar cuando hay aspecto pálido, amarillento, con ojeras y color ceroso, como si no se hubiese recibido la luz del sol en mucho tiempo, si se producen atascos en el progreso de un tratamiento, en enfermedades autoinmunes, cáncer y sida para elevar las defensas, en dolencias y convalecencias crónicas y para prevenir las patologías cerebrales.

1er. Chakra - Muladhara - Sexo

AVENA SILVESTRE (Wild oat, *Avena fatua*)

Esencia de la insatisfacción, la búsqueda del camino adecuado, y para los ambiciosos que no paran de buscarse, es asimismo la flor del discernimiento y las ideas definidas. Puede ayudar en problemas digestivos, en afecciones de las articulaciones de pies, tobillos, rodillas y caderas, puede ser útil a personas con tendencia a comer demasiado por insatisfacción, en algunos mareos y vértigos para afrontar la indecisión que los genera.

4º Chakra - Anahata - Corazón

BREZO (Heather, *Calluna vulgaris*)

Esencia del hipocondríaco, del egocéntrico preocupado por sí mismo en exceso, que puede resultar locuaz y no soporta estar sólo por la necesidad de afecto, es también la flor que puede aportar capacidad de comprensión. Buen remedio para la aerofagia y afecciones de boca y dentales, ayuda a perder peso a quienes comen mucho y con

avidez, tanto dulce como salado, y que pueden llegar hasta provocarse enfermedades para no quedarse nunca solos.

2do. Chakra- Swadhistana – Ombligo

BROTE DE CASTAÑO (Chestnut bud, *Aesculus hippocastanum*)

Esencia de quien no consigue aprender, tropieza una y otra vez en la misma piedra y no madura, esta flor de Bach facilita la adquisición de la capacidad de aprendizaje. Puede ser beneficiosa en afecciones repetitivas sin causa (diarrea, colitis recurrente y ulcerosa, espasmos intestinales), en retrasos de cualquier índole (mentales, en la dentición, en la adaptación a la pubertad) y a quienes se provocan accidentes a sí mismos.

2do. Chakra- Swadhistana – Ombligo

CASTAÑO BLANCO (White chestnut, *Aesculus hippocastanum*)

Esencia de los pensamientos obsesivos y no deseados, del diálogo interno torturante, aporta la tranquilidad y paz mental. Puede ser útil a quien por darle muchas vueltas a algo padece malestar general y dolor de cabeza en la frente y los ojos, le cuesta mucho conciliar el sueño por constantes preocupaciones y suele dormir con las mandíbulas tensas y rechinar de dientes.

3er. Chakra – Manipura – Plexo solar

7º chakra – Sahasrara - Coronilla

CASTAÑO DULCE (Sweet chestnut, *Castanea sativa*)

Esencia para la persona acostumbrada a sufrir y para la desolación y la angustia que por intensa llega a convertirse en inaguantable, así como de la transformación y salvación. Puede ayudar en enfermedades terminales, pues devuelve la percepción, y junto con la flor Clemátide, para mejorar la visión o el oído, los sentidos, ya sean físicos o no.

5º chakra – Vishuddha - Cuello

CASTAÑO ROJO (Red chestnut, *Aesculus carnea*)

Esencia para quien siente excesiva preocupación por los demás y sufre por ellos, para facilitar la distensión y la capacidad para conservar la personalidad. Se aconseja su utilización en el caso de obesidad y en el de tabaquismo por no poder cortar la dependencia, para la madre y el bebé en situaciones de destete emocional, mental y físico, con implicaciones de placer y afecto, así como en alteraciones de la boca y de la articulación temporomandibular.

2do. Chakra – Swadhistana – Ombligo

4º chakra – Anahata - Corazón

CENTAURA (Centaury, *Centaureum umbellatum*)

Esencia del "Amor sin sabiduría y el servilismo", de quien no sabe decir no, con voluntad débil, que hace lo que los demás quieren que haga, esta flor de Bach puede facilitar la fuerza de voluntad. Recomienda su aplicación tópica en el cuello junto con Pino en los casos de baja autoestima, y defiende su utilidad en estados de debilidad general y cuando no hay respuesta a los tratamientos, en trastornos reumáticos, del cuello y lumbares y para los trastornos óseos vinculados a la autoestima.

6° Chakra - Ajna - Entrecejo

CERASÍFERA (Cherry plum, *Prunus cerasifera*)

Esencia para afrontar el agotamiento psíquico y la pérdida de control o el miedo a perderlo, puede facilitar la serenidad y el sosiego. Ayuda en el control mental y alteraciones de motricidad que cursan con rapidez, incontinencia urinaria y enuresis, eyaculación precoz, tics nerviosos y epilepsia, lipotimia y neurosis obsesiva, crisis de rabia, caída de cabello y miedo a que se caiga más, descontrol en la tensión arterial y en el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas. Asimismo, en bulimia y en conflictos sexuales, a quien se come las uñas sin poder dejar de hacerlo junto con la flor Impaciencia. Por último, en los ronquidos, situación en la que recomienda alerta por tratarse de una frecuencia cerebral alta.

1er Chakra – Muladhara – Sexo

3er. Chakra – Manipura – Plexo solar

CERATOSTIGMA (Cerato, *Ceratostigma willmottiana*)

Esencia para la persona que duda de sí misma y casi constantemente busca consejo en los demás, puede aportar a la vez seguridad e intuición, autoconfianza y autoestima. Cabe resaltar su utilidad en osteoporosis y para el sistema inmunológico, problemas de la columna en general y del pulmón.

6° chakra – Ajna – Entrecejo

7° Chakra - Sahasrara - Coronilla

CLEMÁTIDE (Clematis, *Clematis vitalba*)

Esencia para la persona con falta de interés por el presente, soñadora e incapaz de reaccionar contra la melancolía, a quien puede posibilitar la toma de conciencia del presente, para estar aquí y ahora y hacer frente al miedo o primera emoción al nacer. Puede ayudar en afecciones circulatorias con manos y pies fríos y sensación de vacío en la cabeza, a quien es propenso a problemas de vista y oído, con aspecto pálido y necesita dormir mucho y cabecear en momentos de tensión, propenso a desmayos y que se agota fácilmente, con falta de memoria y concentración por falta de interés, también en ausencias, estados de coma y ataques epilépticos, demencias, autismo y lipotimias. Además, Clemátide, con Agua de roca, tomadas ambas por la pareja, aumenta la fertilidad cuando no hay razón orgánica que explique la esterilidad.

6° Chakra - Ajna - Entrecejo

ESCARAMUJO / ROSA SILVESTRE (Wild rose, *Rosa canina*)

Esencia de quien se resigna a sufrir, con apatía y falta de ilusión, es la flor que puede propiciar la motivación y la alegría y ganas de vivir. Puede ayudar en problemas de articulaciones y estiramientos, articulares y musculares, y prevenir Alzheimer, demencia senil y falta de memoria.

6° Chakra - Ajna - Entrecejo

ESTRELLA DE BELÉN / LECHE DE GALLINA (Star of Bethlehem, *Ornitholagum umbellatum*)

Esencia apropiada ante un choque emocional o físico, bloqueos y traumas incluso del pasado, para recobrar la calma y el consuelo íntimo. Es útil en partos e intervenciones quirúrgicas (cuando se van a tener, para su preparación y para que cicatricen mejor, también para el bebé al nacer), en problemas de tiroides, a personas con enfermedades crónicas como artritis, asma, arritmia cardíaca, menstruaciones copiosas o su falta e irregularidades, y en todos los problemas de garganta o deglución.

1er. Chakra – Muladhara – Sexo

4° chakra – Anahata – Corazón

5° chakra – Vishuddha - Cuello

GENCIANA (Gentian, *Gentiana amarella*)

Esencia para la persona a quien desanima el mínimo obstáculo, de modo que recupere la confianza en sí misma y el ánimo. Destacan sus beneficios para prevenir las recaídas en enfermedades crónicas, a quien es propenso a tenerlas, así como su utilidad en impotencia sexual.

7° Chakra - Sahasrara - Coronilla

HAYA (Beech, *Fagus silvatica*)

Esencia de la intransigencia, del cinismo y de la rabia, para quien le afecta la forma de ser de los demás y la crítica, al que aportaría tolerancia. Puede ayudar a quien rechina los dientes y tensa las mandíbulas y en la neuralgia del trigémino, cuando hay tensiones en la parte alta del cuerpo o se mantienen los puños apretados sin darse cuenta, cuando no se toleran los ruidos y hay problemas de oídos o también digestivos.

4° chakra – Anahata - Corazón

HELIANTEMO (Rock rose, *Helianthemum nummularium*)

Esencia para las situaciones de terror y bloqueo, casos de urgencia, aprensión y/o presagio y para después de un choque emocional, es la flor del coraje y el heroísmo. Ayuda en situaciones de pánico vividas como terroríficas y que dejan una secuela física del orden de ceguera, sordera o pérdida de control, cuando a nivel físico hay debilidad nerviosa, dolor en el plexo solar, palpitaciones y manos húmedas, y en miedos tan profundos que tan solo pensar en ellos la persona se pone a temblar o se produce un exceso de sudoración. Además, es útil en soriasis y drogodependencia, cuando aparece

la sensación de nudo en el estómago y en ataques de asma, así como en el comienzo de la hernia de hiato.

3er. Chakra – Manipura – Plexo solar

5° chakra – Vishuddha - Cuello

HOJARANZO (Hornbeam, *Carpinus betulus*)

Esencia para la pereza, la desgana y los sentimientos de rutina, es la flor del "lunes por la mañana", para aportar la vitalidad y la energía necesarias. Útil en casos de cansancio y fibromialgia. Cuando hay dolores al iniciar el movimiento, por intoxicación física, puede tomarse con Manzano silvestre para favorecer la desintoxicación.

4° Chakra - Anahata - Corazón

IMPACIENCIA (Impatiens, *Impatiens glandulifera*)

Esencia de la persona impaciente e irritable, incapaz de controlarse y que prefiere hacer las cosas solo, esta flor de Bach facilitará su paciencia, es remedio para la hiperactividad, beneficiosa en situaciones en las que con insomnio debido a tensión física y mental, la persona no puede quedarse en la cama. Puede utilizarse cuando hay dificultad para relajarse, por quienes suelen tener accidentes y repentinos y breves dolores espasmódicos en diferentes partes del cuerpo, si se sufre de diarrea, vómitos, cistitis, contracturas musculares y tortícolis, úlceras, espasmos o cólicos, y eccemas o irritaciones en la piel de aparición súbita. También puede ayudar a quien se come o muerde las uñas o tiene tics nerviosos como rascarse la cabeza, hacer sonar los dedos, balancear las sillas, mover excesivamente la pierna o golpetear los dedos sobre la mesa.

6° chakra – Ajna - Entrecejo

MADRESELVA (Honeysuckle, *Lonicera caprifolium*)

Esencia para la persona anclada en el pasado y que no confía ni le interesa el porvenir, para ayudarle a asumir la realidad y superar la nostalgia y el pasado. Resulta adecuada en problemas propios de la senilidad, y puede ser una ayuda en dolores intensos de la parte trasera de la espalda y en dolores y deformaciones de rodillas y pies. Aconsejable en caso de ronquidos, es útil en estreñimiento, trastornos del desarrollo y enfermedades genéticas.

5° chakra – Vishuddha - Cuello

6° chakra – Ajna – Entrecejo

MANZANO SILVESTRE (Crab apple, *Malus pumila*)

Esencia para quien experimenta desagrado consigo mismo y tiene sensación de impureza y suciedad, es la flor de la purificación orgánica, la pureza y el orden. Puede ayudar a nivel físico en infecciones cutáneas como acné, verrugas y erupciones, en el caso de pies sudorosos, obesidad y alergias, fibromialgia y a quienes a veces sienten una necesidad excesiva de evacuar. Y puede ser también útil en miopía, rinitis, tos nerviosa, resfriados, fiebres, infecciones, descomposición, sinusitis o cualquier otro tipo de

descarga del cuerpo, diabetes, anorexia nerviosa por la distorsión de la realidad, en accidentes cerebrovasculares, resacas, y al efectuar un ayuno ayuda en la eliminación de toxinas.

3er. Chakra- Manipura – Plexo solar

MÍMULO (*Mimulus*, *Mimulus guttatus*)

Esencia del miedo al mundo, a lo conocido, y para los estados latentes que se niegan a manifestarse, es la flor del coraje y la valentía. Apropia para quienes teniendo dolores de cabeza o trastornos vesiculares suelen retrasar su curación para lograr mayor atención y cuidados. Puede ayudar a las personas hipersensibles al frío, con taquicardias, transpiración excesiva, dolor en los pies, tensión, inhibición para hablar o tartamudez.

1er. Chakra – Muladhara - Sexo

2do. Chakra – Swadhistana - Ombligo

3er. Chakra – Manipura – Plexo solar

4º chakra – Anahata - Corazón

MOSTAZA (*Mustard*, *Sinapsis arvensis*)

Esencia apropiada para el desaliento y la tristeza sin causa conocida o "nube oscura" por poder ayudar en la recuperación del ánimo y la luz interior. Es útil en el tratamiento de la *cascada hormonal*, y en enfermedades de aparición súbita.

7º Chakra –Sahasrara - Coronilla

NOGAL (*Walnut*, *Juglans regia*)

Esencia de protección y adaptación a los cambios, en la ruptura de vínculos y también si hay excesiva preocupación por las opiniones de los demás, es la flor de los cambios, y de un nuevo comienzo. Son alteraciones físicas relacionadas con esta flor la dentición, el control de esfínteres y la hemiplejía, así como situaciones y estados asociados a la pubertad, el casamiento, la separación y viudez, la menopausia y la jubilación, los sofocos, el cambio de trabajo, las mudanzas, las rupturas sociales y los problemas propios de la senilidad.

7º Chakra - Sahasrara - Coronilla

OLIVO (*Olive*, *Olea europaea*)

Esencia para la falta de energía y para el agotamiento físico o moral por el peso del día a día, es la flor de la regeneración, la fortaleza y la vitalidad. Puede ayudar en convalecencias para recuperar las fuerzas, en períodos de abstinencia para la rehabilitación de alcohólicos, en estados de gran fatiga mental y física, a los estudiantes en épocas de exámenes, a los ancianos que sienten que no les quedan fuerzas y a personas con cáncer.

7º chakra – Sahasrara - Coronilla

OLMO (Elm, *Ulmus procera*)

Esencia de quien abrumado por las responsabilidades no abandona pero se agobia, es la flor de la responsabilidad. Puede ayudar en alteraciones físicas como accidentes cerebrovasculares y el comienzo de la menopausia o de la jubilación.

6° Chakra- Ajna - Entrecejo

PINO (Pine, *Pinus sylvestris*)

Esencia para la persona con sentimientos de culpabilidad y autorreproche, incluso por las faltas de los demás, es la flor de la liberación y el perdón de sí mismo. Puede ser útil en alteraciones relacionadas con el sistema genitourinario, así como aerofagia, gases y cólon irritable.

4° chakra – Anahata - Corazón

5° chakra – Vishuddha - Cuello

6° Chakra- Ajna - Entrecejo

ROBLE (Oak, *Quercus robur*)

Esencia de quien "enemigo de los días de fiesta", no sabe parar y aún agotado sigue luchando, es la flor de la fuerza y la resistencia. Es muy efectiva en contracturas musculares de hombro y cuello, en afecciones de larga duración y en uso tópico en caso de varices, también puede ser una ayuda a niños a quienes cuesta soportar el ritmo diario así como a pacientes psicósomáticos que no escuchan las señales de su cuerpo.

6° Chakra- Ajna - Entrecejo

SAUCE (Willow, *Salix vetellina*)

Esencia del resentimiento, de la persona que tiene sentimientos de injusticia y amargura y se siente víctima del destino, es la flor que propicia la paz interior y la aceptación del destino. Ayuda en afecciones del cólon, hígado y vesícula biliar así como en caso de falta de movilidad en las manos y agarrotamiento muscular, alteraciones de las mandíbulas o cansancio generalizado.

2do. Chakra – Swadhistana – Ombligo

3er. Chakra – Manipura – Plexo solar

SCLERANTHUS (Scleranthus, *Scleranthus annus*)

Esencia de la indecisión y cuando se tiene la sensación de que la vida va decidiendo por uno, es la flor estabilizadora y de la determinación. Importante papel a la hora de normalizar y equilibrar dos órganos entre sí y para todo lo que tenga que ver con periodicidad y oscilación, ayuda a personas sensibles a los cambios climáticos y en aquellos síntomas físicos que crean fluctuaciones, vértigos, mareos, eccemas recurrentes, cefaleas y fiebres periódicas, tensión descompensada, náuseas o vómitos que guardan relación con el embarazo, así como problemas del oído medio y síndromes premenstruales.

5° chakra – Vishuddha - Cuello

7° Chakra - Sahasrara - Coronilla

VERBENA (Vervain, *Verbena officinalis*)

Esencia para quien con exceso de entusiasmo y tensión quiere convencer a los demás de sus ideas, es la flor de la calma y el entusiasmo. Puede ser útil en taquicardias y afecciones cardiovasculares y circulatorias en las piernas, hipertensión arterial y fibromialgia, tensiones musculares, dolor de ojos y de cabeza, insomnio, y, especialmente, en contracturas musculares de hombros y cuello.

3er. Chakra – Manipura – Plexo solar

VID (Vine, *Vitis vinifera*)

Esencia del exceso de confianza en sí mismo, para el líder inflexible o la persona dominante que impone su criterio a los demás, es la flor del servicio y la autoridad. Puede constituir una ayuda en problemas de lumbares y del intestino, hemorroides e impotencia sexual, patologías rectales y sacras, hipertensión arterial o contracturas musculares. De utilidad también en alteraciones de la articulación temporomandibular y, junto con Violeta de agua, en caso de eccemas en las manos.

3er Chakra – Manipura – Plexo solar

VIOLETA DE AGUA (Water violet, *Hottonia palustris*)

Esencia de la altivez y el orgullo, la reserva y el sentido de dignidad y para quien sufre en soledad, es la flor de la humildad y el acercamiento a los demás. Se recomienda esta flor para aquellas personas inflexibles y tensas que terminan con problemas reumáticos y en las rodillas, dolores y rigidez de columna y articulaciones. También si hay eccemas en las manos, puede ser además muy útil en contracturas musculares de hombros y cuello.

7° chakra – Sahasrara – Coronilla

RESUMEN

Chakra 1:

Aspen
Gorse
Cherry Plum
Star of Bethlehem
Mimulus

Chakra 2:

Chicory
Rock water

Heather
Chestnut bud
Red Chesnut
Mimulus
Willow

Chacra 3:

Chicory
Agrimony
White Chesnut
Cherry Plum
Rock Rose
Crab Apple
Mimulus
Willow
Vervain
Vine

Chacra 4:

Holly
Wid oat
Red Chesnut
Star of Bethlehem
Hoenbeam
Mimulus
Pine

Chacra 5:

Sweet Chesnut
Star of Bethlehem
Rock Rose
Honeysuckle
Pine
Scleranthus

Chacra 6:

Rock Water
Larch
Centaury
Cerato
Clematis
Wild Rose

Impatiens
Honeysuckle
Elm
Pine
Oak

Chakra 7:

Aspen
White Chesnut
Gentian
Cerato
Mustard
Walnut
Olive
Scleranthus
Water Violet