Sombra, polaridad y esencias florales

Por Eduardo H.Grecco

Las prohibiciones convierten al mundo en
una réplica de nuestro propio rostro desconocido
Carl G.Jung

El mito griego de Quirón describe la tarea que cada persona debe enfrentar: la herida que debe sanar, la lección de vida que debe aprender.

Desde la perspectiva de la Terapia Floral esta herida se expresa en término de los afectos sofocados que conforman la urdimbre de nuestra sombra, la fuente de la cual nace la energía formadora de la enfermedad.

La sombra, el adversario, el otro, el tentador, ese aspecto de nosotros con el cual **no nos** identificamos y que rechazamos, es esa otra parte de nosotros que desplazamos en un síntoma, la proyectamos en un vínculo o la dramatizamos en un sueño.

La sombra es lo opuesto a lo que aceptamos, reconocemos y con lo que nos identificamos: nuestra máscara. Funciona en oposición y debate permanente con la máscara o personalidad y de la tensión entre ambos aspectos, de ese conflicto estructural e inherente a la naturaleza humana, surge el movimiento de avance de la vida.

El hombre tiene anhelo de conocer lo que desconoce, recordar lo que ha olvidado y en la medida que “sabe mas de sí” crece, en la medida que conoce más de sí, se integra más y evoluciona. Después de todo, ser más es unirse más y para ello necesita dialogar con la sombra, aceptarla y descubrir que en ella puede encontrar un aliado.

De esta manera la tarea de la Terapia Floral consiste en desconstruir o disolver nuestras máscaras y ponernos en contacto, cercano e íntimo, con nuestra sombra. Las palabras del Dr. Bach acerca de que el objetivo del arte que él creara no era otro que ayudar a descubrir la causa real del enfermar, ponen blanco sobre negro que la Terapia Floral (en lenguaje moderno) es una Psicoterapia sostenida por esencias florales y que es muy distinto prescribir flores que ser Terapeuta Floral. Que la Terapia Floral no persigue la superficie transitoria sino la permanente profundidad del alma, no la búsqueda de transformar el dolor en bienestar, el fracaso en éxito, sino el contribuir al logro de la individuación personal.

Cada paciente que nos consulta, cada ser humano que transita por el mundo, necesita alcanzar un cierta coexistencia (armonía) entre los tensores polares que lo hace ser lo que es. Este antagonismo la ciencia lo expresa de muchas maneras. Por ejemplo, la Antropología estructural habla de naturaleza y cultura, el Psicoanálisis de inconsciente y conciente, la Psicología junguiana de arquetipo y símbolo, la Física de partícula y onda, la Medicina Tradicional China de Yin y Yang. Nuestra vida cotidiana, casi inadvertidamente, funciona en términos de bueno o malo, hombre mujer, Dios diablo, blanco negro, luminoso oscuro, alto bajo, propio ajeno, izquierda derecha. Nuestro cuerpo vive en diástole y sístole, tensión y relajación, inspiración y expiración y nuestros sistemas y órganos hacen antagonismos entre ellos y todo para producir el movimiento de la vida. Así el corazón y el hígado tienen una relación emocional y orgánica de necesidad dispar. El corazón, llama al sacrificio amoroso, el hígado al suicidio; el corazón, al impulso, la espontaneidad, la alegría, el riesgo, el arrojo y el hígado la receptividad, la

reflexión, la melancolía, la previsión, la premeditación; el corazón al puro presente, nada conserva, nada quiere que se retenga, el hígado es un banquero que atesora y ahorra; el corazón es extravertido y el hígado introvertido; uno es diurno, exultante, firme, el otro nocturno, triste, cauteloso, dubitativo; el corazón necesita ser fuerte para poder enfrentar las penas de amor, el hígado necesita ser fuerte para sostenerse en la amarga soledad. Sin embargo ambos guardan entre sí una estrecha solidaridad aunque vayan por caminos diferentes y opuestos. La sangre, la circulación de los afectos, es uno de los nexos que une y separa al corazón del hígado.

Del mismo modo la sombra se enfrenta a la máscara, como la resistencia de una enamorada que crea una mayor corriente de atracción con su negativa a dejarse conocer.

Integrar la sombra

Entrar en contacto con la sombra es el paso inicial del proceso terapéutico. Es aceptar que *somos dos* y que "ambos dos" somos"uno mismo". Que todo Vervain en la personalidad esconde un Water Violet en su sombra, que todo Rock Water un Cherry Plum como todo Vine un Centaury y que nuestro trabajo floral consiste, en una buena parte, en lograr que la persona reconozca lo que proyecta fuera de sí y considere sus síntomas, sus vínculos y sus sueños como espejos que le devuelven la madera de que esta hecha su alma.

Esta es una actividad bien difícil porque nos cuesta ver en nosotros lo que rechazamos en otros, así como el descontrol, desorden y desborde del Cherry Plum le resulta intolerable aceptar al Rock Water o como el Vervain se enoja con la actitud de desdén y superioridad de un Water Violet. La intolerancia y el enojo denuncian la presencia en la propia sombra de lo que se rechaza en el otro. Dicho sea de paso, estas consideraciones implican una estrategia prescriptiva a la hora de seleccionar los remedios florales.

Pero volviendo a la sombra, la primera labor terapéutica es que el consultante entre en comunicación con ella, que la sienta como parte propia y concretamente que incorpore los afectos que por ausentes vuelven como síntomas ya que el síntoma es el resto conmemorativo de una emoción suprimida.

Veamos a un Vervain. Un dato característico es la dificultad que tiene para conectarse con su odio y su rencor. Robin Hood regresa de Tierra Santa y se encuentra con su padre asesinado, su novia con otro, sus tierras quemadas mancillada su dignidad y en vez de explotar de ira se convierte en un justiciero y redentor de pobres y desvalidos.

El afán de justicia es el modo Vervain de canalizar su odio inconsciente. La iracundia se disfraza de afán justiciero y los excesos de venganza reciben el nombre de actos reparadores. No importa si tras sus ideales la gente muere. Lo importante es la *causa* que defiende. Todo se va componer salvando al Rey Ricardo Corazón de León, figura de una autoridad paterna idealizada y en la cual se niega el abandono y falta de cuidado que ese rey somete a su pueblo. Este hecho es típico de las historias de vida de las personalidades Vervain: tuvieron padres ausentes pero que son vividos como idealizados y el odio sofocado se transforma en síntoma.

Una esencia eficazmente importante para tomar contacto con la sombra es el *Cherry Plum* (siempre ciñéndonos a las Flores de Bach) que trabaja sobre el mecanismo central de desconexión entre máscara y sombra. El **Star of Bethlhem** cura la rajadura natural del ser humano, esa doble existencia entre lo conocido y lo desconocido, esa fractura que parece no soldar y nos condena a un eterno

desconsuelo, mientras que el **Agrimony** al ayudarnos a vivir sin máscaras hace al Yo más permeable a aceptar lo inaceptable.

Aceptar lo inaceptable

Lo que para cada cual es inaceptable es una cuestión de historia. No me refiero sólo a la experiencia biográfica sino también a la prepersonal y transpersonal y al hecho que lo importante no es lo que nos ocurre sino lo que hacemos con lo que nos pasa.

Esa es la historia a la cual me refiero, a esa trama de creencias, mitos y argumentos inconscientes que son los que escriben el sentido de los hechos de nuestra vida. De manera que siempre hay algo que rechazamos lo que no significa que sea algo en si "rechazable".

El Vervain, para citar un caso, vive con disgusto el triunfo personal y con alegría los logros colectivos o grupales. Tiene una creencia anclada en su psiquismo que logros personales son sinónimo de egoísmo e inclusive puede generar sentimientos de culpa inconscientes que lo llevan a "fracasar al triunfan". Lo "inaceptable" no es nunca objetivo sino pura gestación subjetiva. De modo tal que, aceptar lo inaceptable, poder decir "esto es mío" y lo quiero porque es una parte de mí significa desarrollar una conducta activa de integrar todos lo que soy en una misma totalidad. No importa si esa parte la vivo como oscura o luminosa. Importa por que es mía. Y cuando acepto "todo de mí" me transformo y comienzo a sanar la herida de mi alma.

Hace muchos años leí un libro, una novela de ciencia-ficción llamada El Mago de Terramar, de Ursula Leguin. Es sin duda uno de los mejores tratados sobre la sombra y en ella el personaje central del relato, luego de muchas vicisitudes propias de todo camino iniciático, se abraza con la sombra que lo perseguía. Allí en ese espacio casi mágico de encuentro, se da cuenta que la sombra que lo perseguía tenía su mismo nombre, que era una parte suya, que había estado huyendo de sí mismo.

Hay en los muchos sistemas florales esencias para acercarnos a la sombra pero, ocurre que se suele pensar a la sombra como si fuera un síntoma al cual hay que tratarlo alopáticamente: para ponerse en contacto con la sombra ingerir tal esencia. En realidad, lo que no hay que perder de vista, es la mirada estructural y tener presente que cada quien tiene una flor en su sombra, exactamente opuesta a lo que es el escudo identificatorio manifiesto que llamamos personalidad.

Esa flor que mora en el abismo al que nos cuesta asomarnos, es la que hay que descubrir y la que hay que prescribir cuando hablamos de prescripción caracterológica. Alli es donde mora la fuente de donde mana la "causa real de la enfermedad".

Tres posiciones

En un libro, producto de la desgrabacion de un seminario, *El hechizo del Water Violet,* comentaba que mientras se cubre la ausencia de un modelo de personalidad aplicable a la teoría y la clínica floral es necesario tener en cuenta tres lugares desde el cual diagnosticar en términos caracterológicos a una persona: máscara, sombra y posición emocional. La máscara y la sombra guardan relaciones estables entre si que nos permiten predecir, conociendo lo manifiesto, que hay en lo latente. En cambio la posición emocional, en cambio, funciona de otro modo.

La personalidad es la ventana por medio de la cual miramos el mundo y el mundo nos mira. La sombra es lo que ignoramos y rechazamos de nosotros mismos. La posición emocional es la modalidad afectiva que marca nuestra vida y tiñe el modo de mirar y ver la realidad propia y ajena.

Un modo gráfico de ejemplificar este tema es decir, robando un modismo astrológico, que no es lo mismo tener un Agrimony en el ascendente (mascara) que un Crab Apple. Que cuando una persona es Vervain en su personalidad pero su modalidad afectiva es muy Agrimony va a ser un Vervain bien diferente si sus afectos son Crab Apple.

Final

Lo que he querido trasmitir es un texto abierto. Refleja el modo en como pienso un aspecto de la realidad de la clínica floral e intenta ser consecuente con el legado del Dr. Edward Bach. Un legado contenido no en la letra congelada de un texto sino en el sentido de una enseñanza.

Siempre he sentido los escritos de Bach como una incitación a pensar y creo, con toda la convicción de mi alma, que más que remedios, mas que información, la Terapia Floral es un modo de pensar, un modo de ser, un modo de curar.

Esto es lo que me parece que esta olvidado o postergado en el *campo floral* detrás de una máscara rígida y autosuficiente y la sombra que tenemos que abrazar es el espíritu de libertad de pensamiento que envolvía a Bach por dentro y por fuera, de la cabeza a los pies.

Como señala la cita de Jung que encabeza este trabajo, expresada de otro modo, ya que no aceptamos el rostro de lo desconocido e imprevisible de la clínica y los riesgos de la transferencia, como nos angustia el tanteo y la incertidumbre que es moneda constante de la relación terapéutica, preferimos las fórmulas cerradas, limitamos nuestro pensar, buscamos la autoridad y la maestría afuera, aprendemos miles de remedios, todo esto para suplir nuestro desconocimiento del hombre a quien se los prescribimos y sosegar la angustia de enfrentar el hecho de que lo que cura es la relación, ese “sitio” donde sucede el darme cuenta de lo que no se de mí y el hecho que en este proceso los remedios florales son el soporte, el apoyo, el instrumento, pero nunca el fin. No lo dice Eduardo Grecco, lo dice el Dr. Edward Bach.