

Hacia una terapia floral empática y fiable

Por Ricardo Orozco

Pocas terapias naturales han generado tanto interés como la de las Flores de Bach. Solo en castellano, la bibliografía existente rebasa los 200 títulos.

El interés mencionado puede seguramente deberse a sus beneficiosos efectos, a lo atractivo de su filosofía subyacente, y a la creciente búsqueda por un amplio segmento de la población de terapias naturales, eficaces y respetuosas con los procesos naturales del organismo. Por otra parte, el abuso, prepotencia y desmanes de la medicina alopática (la del medicamento), hacen que muchas personas busquen ayuda en otros sistemas.

Sin embargo, si bien resulta fácil detectar ciertos abusos en el campo de la medicina alopática, otro tanto puede ocurrir del otro lado, el de las terapias naturales. Al fin y al cabo hablamos de seres humanos y, por tanto, no debería pensarse que una determinada profesión conlleve automáticamente un grado de evolución espiritual. Quien esto escribe ha conocido gente tan magnífica como canallesca tanto en las filas de la medicina alopática como de la natural.

A muchos de los que nos consideramos terapeutas florales nos interesa especialmente luchar por una terapia limpia, ética y transparente. Para ello consideramos esencial que el usuario esté bien informado y pueda dirigirse a profesionales cualificados. En este sentido, SEDIBAC (*Sociedad para el Estudio y Difusión de la Terapia Del Dr. Bach de Catalunya*) viene llevando a cabo desde su fundación, 1993, una importante tarea. También dispone de un cuadro de terapeutas florales profesionales acreditados que han superado unos mínimos formativos y han firmado una declaración de ética profesional (código deontológico).

La terapia floral de Bach es un maravilloso sistema de tratamiento y evolución personal, donde el terapeuta tiene la función de acompañar al paciente (o cliente) en un proceso que este ha elegido, en el tiempo que libremente se convenga. Es decir que ya deberíamos partir de una base desde la cual el terapeuta floral no es un sanador sino un colaborador. En este sentido cabe señalar que las Flores de Bach son catalizadores o desbloqueadores de una información que cada uno de nosotros tiene en su interior. De manera que el terapeuta no debe añadir nada al efecto de las propias esencias. En realidad sería bueno también que no sustraiga nada de ese efecto.

Existe una gran diferencia entre “dar o tomar” Flores de Bach y una terapia asistida por las Flores de Bach. Cuando hablamos de una terapia, lo estamos haciendo de un proceso que se desenvuelve en un marco terapéutico adecuado. Para muchos terapeutas, entre los que me incluyo, ese marco propicio viene dado por las siguientes características:

- Una relación terapeuta/paciente de calidad
- Terapeuta empático
- Objetivos terapéuticos definidos
- Visitas y tomas pautadas
- Actitud ética del terapeuta en todo momento

El porqué de la escucha activa como herramienta fundamental de la entrevista floral

La escucha activa es una destreza de comunicación que se da cuando el terapeuta escucha con interés al paciente, participa en la conversación empatizando con él, enviando mensajes de comprensión, clarificando los mensajes ambiguos, estableciendo sintonía mediante el lenguaje verbal y no verbal, etcétera.

A quien más le interesa mejorar es al propio paciente. Por eso debe participar activamente en el proceso terapéutico y aprender a gestionar adecuadamente sus emociones.

A menudo criticamos de la alopátia su deshumanización y el papel pasivo que se le adjudica al paciente, con frecuencia limitado a tomar unos medicamentos y a someterse a una serie de pruebas. Una relación en la que los roles están absolutamente diferenciados entre “el que sabe y el que no sabe”. El segundo debe obedecer al primero. ¿Cuál es entonces su nivel de implicación y compromiso con sus dolencias? Probablemente ninguno. ¿Para qué escuchar al paciente si hay avanzados dispositivos tecnológicos que “ya detectan” lo que le pasa?

Ahora cambiemos de escenario: estamos ante un terapeuta natural (o a veces un chamán) que a menudo sabiéndolo o no, desempeña el mismo rol que el denostado alópata y sustituye el crucial diálogo con el paciente con una batería de test o sistemas diagnósticos que no tienen en cuenta la escucha activa. El resultado puede ser muy parecido al anterior. El paciente cree que está ante un técnico que es “el que sabe y el que le va a resolver, con su fórmula floral todos los problemas”. Del mismo modo que llevamos el coche al mecánico: lo dejamos, pagamos, y a menudo podemos observar cómo el mecánico hace poco caso de lo que le contamos.

Mi impresión general es que, al igual que en la alopátia, son muchos los que buscan sustitutos que llenen la carencia de formación en técnicas de comunicación, o a menudo de habilidades interpersonales, como la empatía, con otras herramientas que las sustituyan. Los que venimos del campo de la medicina alopática sabemos perfectamente que a menudo la medicación sustituye la relación terapéutica que debería darse. Resulta como mínimo cuestionable que a un paciente que probablemente viene rebotado de esto, se le ofrezca el mismo modelo obsoleto, pero con otro tipo de producto “más sano”.

Sin duda un buen terapeuta floral, aunque no sea un psicoterapeuta, tiene que estar formado al menos en los rudimentos de la comunicación interpersonal. No temer sus propias emociones ni las de los demás, ser humilde y respetuoso, no juzgar, aceptar al paciente aunque no piense como él y tener conciencia de que su función no es “arreglar, sanar ni salvar” la vida del paciente, cosa por otra parte pretenciosa e imposible, sino acompañarlo respetuosamente en un proceso de crecimiento mutuo. Pero sobre todo, el terapeuta debe ser empático y ético. Es empático quien puede situarse en el marco de referencia del otro y comprenderlo desde ese lugar. No se trata de pensar *sobre el otro*, sino de pensar *con el otro*.

Ser ético significa una serie de cosas, como respetar la confidencialidad de la información y la autonomía del paciente, no dañarlo ni manipularlo. Respetarlo en su idiosincrasia, no sacar un beneficio de él, no crearle dependencia ni culpabilidad si decide abandonar el tratamiento, no hacerle promesas de curación y muchas otras cosas.

Pero tal vez lo que necesiten saber los posibles usuarios de la terapia floral, y hago extensivo esto a todas las terapias, naturales, alopáticas u homeopáticas, es la forma se reconocer de qué terapeutas deben protegerse. Algunos de los indicadores de alarma son los siguientes:

- El terapeuta habla mucho más que el paciente: es indiscreto y explica que ha curado a tal o cual personaje famoso.
- Recibe llamadas al móvil que interrumpen la entrevista
- Asegura que va a curar al paciente
- Propone insistentemente actividades fuera de la consulta
- Se atribuye dones especiales
- Desaprueba conductas del paciente. Emite juicios condenatorios y le dice al paciente lo que tiene que hacer.
- Maternaliza la relación.
- Lo obliga a llamarle por teléfono varias veces por semana.
- Le pide favores conociendo el trabajo del paciente: por ejemplo, si este trabaja en la banca le solicita que le averigüe los intereses de las hipotecas que ofrece su entidad.
- Si el paciente quiere abandonar la terapia lo acosa y lo culpabiliza, llamándolo por teléfono o recordándole “lo mal que está”.

Existen muchos más signos de alarma que revelan una falta de formación o una actitud no ética, pero creo que los citados son suficientes para reconocer qué terapeuta no nos conviene. Si detecta en un terapeuta al menos dos de estos indicadores, no lo dude: ¡Salga corriendo!