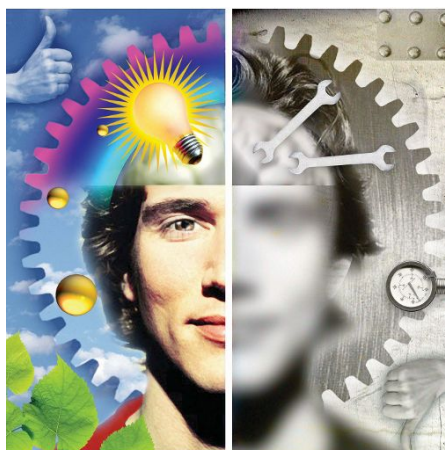




Las esencias florales y el potencial creativo o el arte de crear con flores

por Manuela María Menéndez



Creatividad: Una aproximación

La creatividad, es una de esas palabras atrayentes que nombra algo deseado por casi todos.

En su comprensión más sencilla, la creatividad es la capacidad de crear. Desde un punto de vista **más trascendente**, esta capacidad es un don de la divinidad que puede, por tanto, expresarse en toda manifestación de vida. Así la creatividad de la Naturaleza, de la Tierra, como organismo vivo, produce obras grandiosas, como la que vemos en la imagen, a la que pertenecen las flores, cuyos brillantes colores, formas y tamaños, abarcan una gama casi infinita de creaciones, que conforman la esencia de la terapia que como terapeutas florales practicamos.

La palabra creatividad está emparentada con la **voz latina crescere**, que significa crecer, porque la creatividad forma parte del proceso evolutivo de todo ser vivo y muy especialmente del ser humano.

Así se dice que lo propio del ser humano es la creación y quien no se permite crear no se permite ser humano.

La creatividad se manifiesta en todos los aspectos de nuestra existencia, desde los más cotidianos a los más trascendentes.



Creatividad para sobrevivir, es la que desarrollamos para la consecución de metas y objetivos relacionados con la supervivencia y la que nos permite encontrar soluciones a los conflictos o a los retos y desafíos que surgen en la vida cotidiana.

Creatividad para el progreso, es la que desarrollamos para la consecución de objetivos y metas relacionados con nuestros proyectos personales, así como en la realización de ideas y proyectos para el desarrollo, para el progreso de la Humanidad.

Creatividad para la evolución, es la que nos conecta con nuestros deseos más importantes, con nuestra propia esencia, con nuestro sentido de trascendencia.

La creatividad ha comenzado a ser objeto de estudio a partir de los años 50 principalmente por las disciplinas de la Educación y la Psicología.

En base a estos estudios, las **tres dimensiones teóricas de la creatividad** más comúnmente aceptadas son las que la conciben como:

- **Un rasgo de la personalidad:** la personalidad creativa
- **Un proceso:** las fases por las que discurre el proceso de crear.
- **Un producto:** la creación artística, literaria, científica y muy especialmente la creación trascendente.

La Terapia Floral, de la mano de las esencias florales de Bach y de las nuevas esencias florales o esencias de nueva generación, puede contribuir de manera relevante al desarrollo armónico del potencial creativo en cualquiera de las dimensiones concebidas de la creatividad y con ello al incremento de la capacidad de imaginar, intuir, visualizar y en definitiva, desarrollar el Arte de Crear con Flores.

Creatividad: La personalidad creativa

La creatividad ha sido entendida por largo tiempo como un don o un talento especial, patrimonio exclusivo de la denominada personalidad creativa.

Algunos ejemplos de personalidad creativa a lo largo de la historia los tenemos en personas como:

Mozart, Van Gogh, Einstein, Chaplin, Gandhi, García Márquez y desde luego Edward Bach.



Edward Bach, cuyo talento creativo ha aportado a la sociedad contemporánea un sistema absolutamente innovador de curación por las flores.



Una personalidad capaz de enfrentarse a la ciencia médica de su época e introducir el concepto de alma en el estudio de la enfermedad, cuando sería tan inapropiado como hablar de sexo en la época victoriana. Una personalidad capaz de romper con todo y marcharse a los campos para encontrarse con el secreto que la Naturaleza tenía reservado para él. Una personalidad con una intuición capaz de captar la acción terapéutica de una flor por el simple procedimiento de poner un pétalo bajo la lengua, o predecir tormentas, según nos cuenta Nora Weeks en “Los Descubrimientos del Dr. Edward Bach.”

Factores del Pensamiento divergente

Este concepto del talento creativo innato ha ido evolucionando hacia un concepto más abierto que **reconoce la posibilidad de que toda persona es capaz de desenvolverse creativamente y que ser creativo no es solamente una posibilidad, si no que efectivamente forma parte de la naturaleza humana.**

No es por tanto como decíamos, sólo cuestión de genios o artistas reconocidos si no del genio o artista que habita en cada ser.

Así se estima posible poder potenciar el pensamiento creativo a partir de un enfoque en factores determinados. Factores que teóricos del estudio de la creatividad como **Guildford, Lowenfeld y Alencar**, entre otros, identifican como las variables más frecuentes para medir la creatividad del ser humano y que son los siguientes:



- **La Fluidez:** Posibilidad de la persona de presentar muchas ideas.
- **La Flexibilidad:** Posibilidad de la persona de presentar variabilidad o cambio en las ideas y la capacidad de adaptarse fácilmente a situaciones nuevas
- **La Originalidad:** Posibilidad de la persona de presentar ideas singulares, diferentes, discrepantes.

Estos factores son los denominados **factores de pensamiento divergente**, que actúan en contraposición al denominado pensamiento convergente que tiende a utilizar predominantemente la forma lógico analítica y a establecer relaciones convencionales.

Esencias Florales para potenciar los factores de pensamiento divergente

¿Con que esencias florales podemos contribuir a potenciar estos rasgos de la personalidad creativa?

LA FLUIDEZ

Una característica de la fluidez es el dejarse llevar, tener la capacidad para presentar muchas ideas sin censurarse, poder provocar una verdadera tormenta de ideas o brainstorming. Así que un desafío importante para permitirse la fluidez es el enfrentarse con el miedo al descontrol.

Cherry Plum. Cerasífera. Prunus cerasífera.



Flores blancas de estambres dorados que contrastan con la oscuridad de la corteza. Unas de las primeras flores en brotar después del invierno y que son como una señal de que la vida renace y que la luz sigue siempre a la oscuridad.

Cerasífera para permitir que fluyan las ideas y emociones, para superar el temor a dejarse ir y crear.



Jasminus. Jazmín. Jasminus officinalis

Un arbusto plagado de flores blancas de intenso y delicioso aroma, que perfuman las cálidas noches de verano.



Remedio excelente para poder fluir en la corriente de la vida, especialmente cuando se vive desde una posición excesivamente materialista.

Esencia generalmente infrutilizada, relegada al ámbito del síntoma físico por sus excelentes resultados en la fluidificación de las mucosidades en los procesos catarrales, frigidez y otros

Rock Water. Agua de Roca. Aqua Pétre

Una de las dos esencias del sistema Bach que no es una esencia floral, si no que se trata de una esencia que recoge el espíritu del fluir, del discurrir del agua y su capacidad para suavizar la dureza de las rocas.



Una esencia que tal vez debería hacernos recapacitar algo más sobre el hecho de que con ella Bach captó la esencia de un elemento de la Naturaleza y lo conservó, lo cual abre toda una línea de múltiples posibilidades creativas de elaboración de esencias en la Naturaleza, como está demostrando el elaborador y botánico alemán **Andreas Korte**.



Agua de Roca para aceptar los grandes ideales, los grandes proyectos creativos con fluidez, para romper con lo duro, lo quieto, lo inmutable y trascender el peligro de la muerte psíquica por falta de cambio, aprendiendo que la verdadera fortaleza está en la fluidez y la ductilidad.

LA FLEXIBILIDAD

Para trabajar la flexibilidad con flores existe una gran variedad de posibilidades pero vamos a centrarnos en las siguientes:

Oak. Roble. Quercus Robur

Árbol sagrado para los pueblos de la antigüedad y especialmente para los celtas, bajo el cual se celebraban los acontecimientos principales y bajo el cual hoy en día siguen jurando sus cargos los lehendakaris.

Roble para poder aceptar el flujo de la existencia y comprender que mientras se concibe la vida como una dura lucha, se está inhibiendo más que facilitando la propia evolución y con ello la capacidad de crear.

Verbain. Verbena. Verbena officinalis

Planta también conocida como hierba para todos los males cuya recolecta forma parte de las mágicas tradiciones de la noche de San Juan.

Verbena para las personas de ideas y principios fijos, para poder tener puntos de vista flexibles y permitirse crear algo nuevo, moviéndose entre los humanos con la misma ligereza, en palabras de Bach, con que lo hacen el aire de la respiración o el rayo de sol.

Zinnia. Zinnia. Zinnia elegans

Una flor compuesta, cuya corona interior recuerda la imagen de niños jugando al corro.





Zinnia para la seriedad excesiva. Para conectar con la espontaneidad y el buen humor, con el juego, con el niño interior, para que se exprese en toda su libertad y en toda su plenitud creativa.

LA ORIGINALIDAD



Este rasgo de la personalidad creativa es el que más supone enfrentarse con los valores establecidos y por tanto con las barreras sociales, culturales y educacionales a la creatividad y al pensamiento divergente.

Las normas sociales nos entrenan para pensar de forma convergente y una parte importante de nuestra sociedad refleja cada vez más la imagen del hombre unidimensional de que nos hablara Herbert Marcuse, del integrante de la democracia del espectador, de las multitudes silenciosas.

En el sistema educativo del mundo occidental se detecta la ausencia de un clima que favorezca la práctica creativa. El modelo educativo predominante en las Escuelas, presenta unos rasgos que no se caracterizan por la valoración de la imaginación y la fantasía, el afecto y el juego como dimensiones importantes del desarrollo.

Estas rígidas tendencias educativas suelen estar dirigidas hacia el conocimiento del mundo externo, contribuyendo poco al autoconocimiento, al desarrollo de la inteligencia emocional, a la búsqueda espiritual...con el consiguiente lastre para la evolución integral de la persona.

Estas barreras culturales, sociales y educacionales originan bloqueos mentales y emocionales en la persona para el desarrollo de su potencial creativo.

Barreras a la Creatividad

Entre las más reseñables podemos destacar las siguientes:

Falta de confianza en las ideas y capacidades. Sentimiento de inferioridad.



Este bloqueo o barrera, habríamos de tratarlo con las esencias que trabajan con la autoestima, correspondientes a la autovaloración y la autoconfianza.

Larch. Alerce. Larix Decidúa

Árbol poderoso. Una conífera que se arriesga a ser diferente, perdiendo la hoja, en lugar de ser de hoja perenne.

Alerce, para no infravalorarse ni sentirse por debajo de los demás, para asumir riesgos y acometer proyectos creativos sin miedo al fracaso, al error. Para poder convertirse en el verbo puedo.

Buttercup. Botón de Oro. Ranunculus acris

Se trata de flores pequeñas, llenas de una radiante luz dorada que vive con pocas exigencias en campos abiertos.



Botón de Oro para elevar la autovaloración y no tener miedo a brillar, pudiendo así aportar su contribución creativa en el terreno personal y social.

Miedo a ser criticado, rechazado, a hacer el ridículo, a exponerse. Miedo a perder la aprobación social

Muchos son los miedos que hay que afrontar, porque el Miedo, es el Asesino de la Creatividad.

Mímulus. Mímulo. Mimulus Gutatus

Una flor que se arriesga creciendo muchas veces entre la tierra y los embates del agua. Una flor que enseña valor.

Mímulo para enfrentarse al miedo a la vida misma, a la agresividad, a los conflictos, a ser diferente, para aportar su coraje, su fuerza y su confianza en todos los procesos de la vida y muy especialmente en el proceso creativo.



Garlic. Ajo. *Alium Sativum*

Planta muy utilizada por todas las civilizaciones de la antigüedad como estimulante y protectora, tanto de enfermedades como de “malos espíritus”

Ajo para el miedo y la inseguridad que impiden actuar, para la ansiedad y la angustia que se manifiesta como dolor en el plexo solar, inhibiendo la potencialidad creativa.

Walnut. Nogal. *Juglans Regia*

Otro árbol notable por su altura y fortaleza, cuyo fruto es un arquetipo de la protección.

Nogal para mantenerse firme en los propios proyectos e ideas creativas y no dejarse influenciar por otros.

Desvalorización de la función de la intuición

Resistencia a fiarse de la intuición antes que de la lógica o la razón.

Cerato. Cerato. *Ceratostigma Willmotiana*

Arbusto nativo de los montes del Himalaya, en el Tíbet, hasta hace poco la región de la Tierra más espiritualizada.

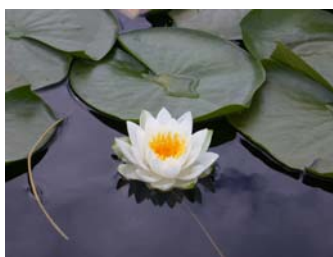
Una flor que Bach no logró sustituir por otra planta autóctona, que precisara de menos cuidados y que cubriera la misma acción terapéutica y que dudó incluso en incluir en su repertorio.

Cerato, para en palabras de Bach, utilizar el gran don de la sabiduría que todo ser posee, para crear, para el bien de la Humanidad.

Lotus. Loto. *Nelumbo nucifera*

Planta considerada sagrada por los egipcios y los hindúes, símbolo universal de la iluminación espiritual. La más evolucionada probablemente de las esencias de nueva generación, orquídeas aparte, naturalmente.

Flor de Loto para favorecer la visualización creativa. Para conectar con el conocimiento espiritual superior, con el poder creativo del alma.





Podemos afirmar que el desarrollo del potencial creativo no es un suave paseo, es un camino en el que hay que correr riesgos, hay que atreverse a romper, pues exige siempre, de alguna manera, un salto al vacío.

Creatividad: El Proceso Creativo

La Creatividad entendida como el proceso creativo, ha implicado el interés de estudiosos e investigadores, entre los que cabe citar a **Abraham Maslow**, **James Webb Young** o **Graham Wallas**. En base a estos estudios podemos identificar las siguientes fases en el proceso creativo:

- 1. Preparación**
- 2. Incubación**
- 3. Inspiración**
- 4. Elaboración**

Analicemos someramente cada una de dichas fases.

- **Preparación**

Es la fase de reunión de información para suscitar la creatividad. Es una fase estimulante, porque es cuando se empieza a investigar buscando las ideas, posibilidades, y alternativas.

Se trata de una fase lógico analítica, una fase que implica una adecuada **organización del trabajo**.

Para una óptima organización del trabajo y una buena concentración, las esencias florales ofrecen diversas posibilidades terapéuticas. Contamos así con las esencias de:

Rabbitbrush. Cola de conejo. Chrysotamnus Nauseosus

La planta forma un conjunto de flores amarillas que recuerdan a la cola de conejo.

Cola de conejo para poder coordinar las distintas partes de la tarea creativa con perspectiva y sin agobios, para poder ver el proyecto total y el valor de cada parte. Para poder simultanear distintas cuestiones.



Shasta Daisy. Margarita. Chrysantemun máximum

Flor compuesta por una miríada de flores que conforman un todo unitario y compacto ofreciendo una imagen de sencillez, dentro de su complejidad.



Margarita para desarrollar la capacidad de integrar todos los datos, las informaciones, haciendo una buena síntesis de las ideas. Proporciona una estupenda capacidad de orden y de organización del conjunto.

- **Incubación**

Es la fase siguiente a la de Preparación. Una vez terminada la recogida de material, de información, la fase de investigación, se entra en un tiempo de espera, por eso se llama de incubación, en que las ideas se agitan por debajo del umbral de la conciencia, buscando tomar forma.

Es un tiempo necesario para que los distintos elementos puedan amalgamarse. Es como una fase de cocción o de alquimia. **Este es un periodo que puede durar horas, semanas, meses o años.** Es un periodo en el que por tanto, puede surgir impaciencia e incluso angustia y en el que mucha gente abandona el proceso creativo por no poder soportar esa espera en la oscuridad.

Impatiens. Impaciencia. Impatiens Glandulífera

Esta planta que es también nativa del Himalaya elige bordes de agua para crecer y sus semillas que salen disparadas de la vaina cuando están listas, se trasladan por la corriente.

Impatiens, para fomentar la paciencia, la ciencia de la paz, la relajación, la cualidad de la espera en los tiempos de maduración de las ideas y proyectos creativos.

Gorse. Aulaga. Ulex Europeans.

Un arbusto espinoso, con flores de un amarillo luminoso que crece en cualquier parte por dura o rocosa que sea, que trae luz a los corazones abatidos.



Aulaga para enfrentarse a la tentación de la renuncia y captar el valor de la esperanza y el espíritu de lucha.

- **Inspiración**

Esta fase se conoce también como fase de Iluminación, porque es cuando a esa oscuridad de la fase de incubación llega la luz.

Esta es la fase en que la acción terapéutica de las esencias florales marcará una especial diferencia entre un proceso creativo acompañado con esencias florales y otro que no cuente con este apoyo terapéutico, aunque hemos de tener en cuenta que este apoyo puede ser requerido en cualquier momento del proceso creativo o para poder comenzar, desarrollando como decíamos los rasgos distintivos de la personalidad creativa.

En esta fase entrarían en escena las esencias florales más convencionalmente relacionadas con la creatividad, como son:

Iris. Lirio. Iris germánica



Planta asociada con Iris, la mensajera de los dioses, la portadora de buenas e inspiradas noticias. Hay otras especies como la Iris Douglasiana, la Iris Versicolor o la flor de Lys, de acción terapéutica muy similar.

Lirio para incentivar la inspiración y combatir la depresión creativa. Para la aridez en la creación y muy especialmente enfocada al mundo de lo artístico y literario. También para cuando la autoexigencia es tan alta que paraliza el fluir de la creatividad.

Turkey Bush. Calytrix extipulata

Remedio elaborado por Ian White en una región que contiene los trabajos artísticos más antiguos del mundo, se trata de pinturas rupestres de los aborígenes australianos, una región por lo tanto muy relacionada con la creatividad.



Para desarrollar la fe en la propia capacidad creativa, aportando el deseo de expresarse artísticamente, creativamente.

- **Elaboración**

Es la fase en la que una vez encontrada la inspiración, se elabora la idea, que finalmente dará como resultado el producto.

Para que el acto creativo se complete, la idea habrá de ser materializada, habrá de convertirse en realidad, porque **el acto creativo siempre se cumple bajo el principio de la doble génesis: primero se crea en la mente, para después, mediante un proceso mediador, pasar a aflorar al territorio de la realidad.**

Para hacer esto posible, las siguientes esencias resultarán de capital importancia:

Clematis. Clemátide. Clematis Vitalba

Un arbusto conocido en Gran Bretaña como la alegría del viajero, precisamente uno de los primeros remedios encontrados por Bach, probablemente para conseguir materializar su creativo método de curación por las flores.

Clemátide para traer a la persona a la tierra y que pueda así materializar sus ideas creativas, para que pueda pasar de la ideación a la acción.

Blackberry. Zarzamora. Rubus Ursinus

Un arbusto de gran vitalidad y capacidad para dar fruto, una gran colonizadora. Una esencia que está dando buenos resultados, combinada con otras de nueva generación como calabacín y granado, en tratamientos de fertilidad.

Zarzamora para armonizar el producto de las llamadas por **Claudia Stern** las seis íes: inercia, inmovilidad, indecisión, improductividad, ineficacia, inutilidad.



Creatividad: El Producto Creativo

La realización de la última fase del proceso creativo se concreta como resultado final en el producto creativo.

Atendiendo al tipo de creatividad que estemos desarrollando, el producto podrá estar relacionado con la: **Creatividad para la Supervivencia, Creatividad para el Progreso o Creatividad para la Evolución.**

Por último, el producto de la Creatividad para la evolución, será el producto trascendente, y este producto trascendente consiste en nuestra gran Obra:

Creamos nuestra propia realidad partiendo del mismo principio de la doble génesis por el que toman forma todas las cosas.

Principio ya consagrado por la filosofía hermética y hoy en día corroborado por la física cuántica, que plantea una auténtica revolución cultural en su manera de describir el mundo y más concretamente la naturaleza de la realidad.

La tesis consiste básicamente en que **la realidad se reduce a la percepción y que esta se forma por el efecto combinado de pensamientos, emociones y creencias.**

De aquí por tanto se desprende que la persona es el artífice de su propia realidad. La realidad a nivel cuántico es un conjunto de posibilidades y depende del observador cuál de ellas se manifiesta en un momento dado ante él.

El proceso creativo de la propia realidad es por tanto el mismo que para la creación del producto creativo para la supervivencia o el desarrollo.

Creatividad: Epílogo

Crear soluciones a oportunidades para nuestra vida cotidiana, crear productos artísticos, literarios, científicos o tecnológicos para el progreso de la Humanidad o crear la propia realidad y con ello la realidad social en la que se participa, son diferentes grados para ejercer un único don: el don divino de la creatividad.





Somos humanos cuando creamos, evolucionamos creando, y practicando y practicando, podremos, con la ayuda de la Creatividad de la Naturaleza manifestada en las flores y los remedios florales, irnos acercando a la Maestría, en el inspirado Arte de crear con Flores.

Manuela María Menéndez. Terapeuta Floral. Presidenta de Seflor.

Contactar a la autora: manuela.menendez@meh.es