

Concepto de Alma en la filosofía de Bach y su relación con el concepto de Niño Interior

Artur Jose Lopes
artur@arturjoselopes.com

Las cualidades innatas del alma

Comprender los conceptos de Alma en la filosofía del Dr. Bach implica conocer cuáles son las cualidades innatas que le definen. Son estas: Amor, Compasión, Paz, Constancia, Gentileza, Fuerza, Comprensión, Tolerancia, Sabiduría, Perdón, Valor, Alegría.

Estas cualidades guardan cierto paralelismo con las características naturales del Niño Interno sano, también definido como el Niño Maravilloso, y son estas: Amor, Unicidad, Optimismo, Resistencia, Adhesión, Libertad, Emocionalidad, Alegría.

¿Qué significa estar en conexión con nuestra alma?

Según la filosofía del Dr. Bach, estar en conexión con nuestra alma significa escuchar la voz de nuestra intuición, de nuestros instintos, a través de nuestros deseos, ideales, nuestros gustos, para así poder interpretar las órdenes espirituales del alma a través de nuestras limitadas percepciones físicas. Escuchar la voz de nuestra alma no es un objetivo difícil o inalcanzable, es muy sencillo para nosotros, no obstante hemos de saber reconocerla.

Estar en conexión con nuestro Niño Interno significa por definición exactamente lo mismo que estar en contacto con nuestra alma. El Niño Interno se comunica con nuestra parte adulta, también denominado Adulto Amoroso (nuestra mente o nuestra parte racional), a través de la intuición, instintos, de nuestros deseos y nuestros gustos. Por otro lado hemos de considerar que los niños tienen una muy buena conexión espiritual. De la misma forma a través de la conexión con nuestro Niño Interno podemos lograr una buena comunicación con nuestra parte más espiritual o con nuestro Ser Superior.

Conceptos sobre el Niño Interior

El Niño Interno o Niño Interior, es un concepto metafórico, un símbolo, utilizado en la Psicología, la Psicoterapia, y en el método de Louise L. Hay, para explicar nuestra parte emocional más profunda, la cuál fue forjada durante la primera infancia. De hecho, Carl Jung ya nos hablaba de "su majestad el bebé" y del "Niño Maravilloso". Este concepto tiene muchísimas similitudes y analogías con el concepto de Alma en la filosofía del Dr. Bach. En realidad, estamos hablando de lo mismo, puesto que en ambas filosofías la felicidad, la salud y la alegría residen en seguir la voz

de esa "entidad" o "ser" que se manifiesta a través de la intuición, de los instintos y de las emociones. De aquello que verdadera y profundamente deseamos y queremos. De alguna manera, es una forma de disociar nuestra componente emocional para, con su distancia y perspectiva, poder observarla y, a través de varias técnicas, aportarnos a nosotros mismos el Amor, la atención, la valoración que cada uno de nosotros necesita. Es el más profundo respeto que podemos tener por nosotros mismos, que sería, desde una perspectiva, respetar y obedecer a los dictados de nuestra alma, y por el otro escuchar las necesidades y carencias de nuestro Niño Interno.

El desarrollo natural del niño obedece a la siguiente cronología: cuando nace es un alma pura, es pura Conciencia. No obstante este Ser aún no tiene la Consciencia de que es pura Conciencia, lo es pero no lo sabe porque no tiene todavía desarrollado su intelecto. Por lo tanto necesita del reflejo de los adultos de referencia para saber quién es. Desafortunadamente la forma en que sus adultos hacen de eco o de espejo de este Ser, no es la más adecuada, causándole involuntariamente heridas emocionales. Estas heridas que empiezan a formarse desde su nacimiento hasta los 7 u 8 años de edad, generan formas de conducta y de comportamiento que el niño utiliza para no volver a sentir el dolor emocional provocado por esas heridas, creando así el carácter o personalidad.

La personalidad

La naturaleza, la Vida, nos ha dado una individualidad, una personalidad propia para mantener en nuestro propio ser. Esa personalidad o carácter que hemos desarrollado nos otorga nuestra singularidad y nos hace distinguir de los demás. Nuestra personalidad representa nuestro falso "Yo Conciencial". De hecho, la palabra personalidad, proviene del griego "*persona*", que significa "máscara", de ahí ser una buena representación el "Falso Yo Conciencial". De acuerdo a nuestra personalidad podemos desarrollar formas de ser y de actuar que nos ayudan a llevar a cabo la misión de nuestra alma. Es también en la personalidad o en el carácter que residen todas las heridas emocionales vividas en la infancia, representando en la edad adulta las heridas del Niño Interno. En el concepto del Niño Interno podemos considerar la personalidad como nuestra parte racional, nuestra parte adulta, también llamada del Adulto Amoroso. Haciendo uso de la asertividad y de nuestras capacidades de comunicación interpersonal, podemos lograr una buena negociación entre nuestra mente y nuestro Niño Interno.

Conflicto entre Alma y Personalidad

Cuando nos hacemos "sordos" a la voz de nuestra intuición e ignoramos a nuestras emociones e instintos, olvidando así nuestra propia divinidad, haciendo simplemente caso al razonamiento, a nuestra mente o a las ideas externas e impuestas por los demás, permitiendo que sus sugerencias, creencias, pensamientos y órdenes nos influyan, es cuando se produce un conflicto entre nuestro Ser Interior y nuestra

personalidad. Una forma de evitar ese conflicto sería aprender a obedecer a los dictados de nuestra alma, mantener a raya a nuestro intelecto, sus razonamientos, sus pros y contras, sus miedos, las falsas creencias provenientes del "falso yo" o, lo que sería lo mismo decir, de nuestro ego. En el fondo sería actuar como niños pequeños confiados.

Una de las formas en las que podemos identificar este conflicto en su origen, es precisamente atendiendo a nuestro estado de ánimo o emociones, como pueden ser: la impaciencia, irritabilidad, la indecisión, la intolerancia, etc. Este conflicto es precisamente la raíz de la enfermedad y de la infelicidad. Por eso se afirma que la enfermedad es en sí benéfica, pues viene a demostrar que existe una manera de pensar errónea, una idea o creencia falsa en la conciencia que hemos de corregir y cambiar.

Utilizando el concepto del Niño Interior, el conflicto entre alma y personalidad o, la desconexión con el Niño Interno herido, se puede revelar cuando el niño al llegar a la edad adulta usa el pensamiento para evitar los sentimientos dolorosos, "separando" así la mente del corazón. El abandono del yo equivale a tener un vacío en el interior al cual se le puede definir como la oquedad en el alma. Cuando una persona pierde su auténtico yo, ha perdido contacto con sus verdaderos sentimientos, necesidades y deseos, experimentando en su lugar sentimientos del falso yo (del ego o de la mente). Este fenómeno no es más que, analizado desde la perspectiva del Dr. Bach, el conflicto entre alma y personalidad. Este estado puede llevar a un vacío existencial profundo, a una especie de depresión crónica, al estar de luto perpetuo por el yo verdadero. Este estado puede ser recuperado a través de algunas esencias de Bach, entre ellas Sweet Chestnut, Wild Rose o Wild Oat.

El sentido más profundo de la espiritualidad humana es este yo, que incorpora la cualidades de ser valioso,preciado y especial. La herida espiritual es, más que ninguna otra cosa, la que establece que nos volvamos niños adultos co-dependientes y avergonzados. La historia del fracaso de cada hombre se debe a que el Niño Maravilloso, valioso, especial ypreciado, perdió su sentido del "soy el que soy".

Las heridas emocionales – La desconexión con el Niño Interno

Las heridas emocionales normalmente se forman en la primera etapa del desarrollo. Cuando se forman estas heridas, a la vez se desarrolla una característica del carácter, de la personalidad, que sirve para paliar este dolor y evitarlo en el futuro. Como ejemplo una de las primeras heridas es la del Rechazo. Para paliar esta herida el comportamiento que el niño adopta para no afrontar es el conducta de la Fuga. Para no ser rechazado recorre a la huída. Por eso posiblemente no crea vínculos afectivos muy profundos por el miedo que tiene a ser rechazado, pues crece con la creencia falsa de que no se merece la vida. Las personas con la herida del Rechazo tienen muchos miedos, temen a los demás, al mundo, y el pánico más grande es que vuelvan a sentirse rechazados.

Para esta herida disponemos en el sistema de Bach de algunas esencias como Mimulus.

Otra de las heridas emocionales que se forjan en esta etapa es la del Abandono. Para evitarla, el niño adopta comportamientos de dependencia. Actuando con sumisión para no volver a ser abandonado, ser aceptado y querido. Para esta herida disponemos de la esencia de Centaury que ayudará a tomar conciencia de la misma y volver a conectar con el Niño Interno herido permitiéndole así sanar esta heridas.

A continuación se presenta un cuadro con algunas de las heridas emocionales, su conducta y la esencia que podrá ayudar a sanarla.

Herida	Comportamiento	Esencia
Rechazo	Huída, fuga, evitación	Mímulus
Abandono	Dependencia, sumisión	Centaury
Humillación/ofensas	Masquismo, auto-castigo	Pine
Traición	Control	Vine, Chicory
Injusticia	Rigidez	Vervain, Water Violet

Ante estas heridas el niño empieza a tener comportamientos que mantiene hasta la edad adulta, transformándose en "Niños Adultos" que siguen los mismos patrones de conducta aprendidos en la infancia, y que pueden ser muy limitadores.

Estos comportamientos pueden originar:

- Las relaciones de co-dependencia
- Las críticas y las autocríticas
- Comportamientos narcisistas
- Falta de confianza
- No disciplina o exceso de entusiasmo
- Adicciones y actitudes compulsivas
- Distorsiones mentales
- Apatía y angustia existencial

Esencias relacionadas:

- Centaury, Chicory
- Beech, Pine
- Heather
- Mimulus, Larch, Pine
- Vervain
- Agrimony, Cherry Plum
- Mimulus, White Chestnut
- Wild Rose, Sweet Chestnut, Wild Oat

Conclusión

Podemos concluir que el conflicto o desconexión entre alma y personalidad y la desconexión del Niño Interno con sus heridas emocionales, derivadas de la desconexión entre mente y corazón, son muy similares. Las pautas de comportamiento que derivan de ambas desconexiones o, tal vez debería decirse de la misma desconexión, tienen relación directa con algunas tipologías de personalidad determinadas de la filosofía del Dr. Bach; por lo tanto encuentran su sanación en la utilización de las esencias florales de Bach, pudiéndose considerar este sistema como primordial y de vital importancia en la sanación del Niño Interior.

Bibliografía:

- Bach, Edward (2004) *Obras Completas del doctor Edward Bach presentadas por Julian Barnard*, Barcelona, editorial Océano Ambar.
- Bradshaw, John (1994) *Volver a Casa - Recuperación y Reivindicación del Niño Interno*, Madrid, Los Libros del Comienzo.
- Chopich, Erika J. y Paul, Margaret (1999) *Cura tu Soledad - Cómo encontrar el amor y la plenitud a través de Tu Niño Interior*, Madrid, Editorial EDAF/Psicología y Autoayuda.
- Hay, Louise L. (1989) *Usted Puede Sanar su Vida*, Barcelona, Ediciones Urano.
- Hay, Louise L. (1991) *El Poder Está Dentro de Ti*, Barcelona, Ediciones Urano.