

FLORAIS NO ALIMENTO FAVORECEM LARES MAIS SAUDÁVEIS

Autor(res)

Tatiana Rojas Rodrigues

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA

Introdução

A Terapia Floral é uma prática muito antiga, ela remonta aos aborígenes da Austrália. A origem desse conhecimento é imprecisa, mas ele se tornou popular nos tempos modernos por um médico suíço, alquimista e filósofo, Paracelso (1493-1541). Ele observou como as qualidades das plantas muitas vezes se refletem na sua aparência, defendeu a teoria de que a natureza interna das plantas pode ser descoberta por suas formas exteriores, ou "assinaturas", segundo o estudioso: "a Natureza marca cada uma de suas criações de acordo com seu benefício curativo". Ele aplicou esse princípio à alimentação, bem como à medicina, observando que a saúde "não está na quantidade de comida, mas na qualidade em que reside o espírito da Vida" (Haven, 1973). A observação da assinatura da planta e da flor informa características, qualidades e virtudes que fazem ressonância com o campo de consciência do homem, para serem produzidas suas essências florais, como explicam Barros e Silva (2017).

Em diferentes lugares do mundo a terapia floral foi sendo conhecida, e chamada por florais de Bach, desenvolvida pelo Dr. Edward Bach, médico inglês. Essa terapia centra-se nos desequilíbrios emocionais como a causa de doenças, dessa forma devemos tratar a pessoa e não a doença - o todo e não as partes Bach, (1991).

A terapia floral é reconhecida pela OMS (Organização Mundial da Saúde) desde 1983, utiliza preparações naturais feitas de flores artesanalmente, que podem complementar tratamentos médicos e psicológicos. É uma das práticas Integrativas em Saúde reconhecida pelo Ministério da Saúde que visa prevenir doenças e promover a recuperação, destacando-se pela escuta acolhedora, vínculo terapêutico e integração do indivíduo com o ambiente e a sociedade.

As essências florais são aplicáveis em todas as fases da vida, pois transformam padrões emocionais e proporcionam harmonia a partir da promoção da autocura e de mudanças comportamentais, prevenindo reações repetidas frente às situações da vida.

Objetivo

Este trabalho tem por objetivo compartilhar a experiência de uma terapeuta floral que ao longo de 11 anos de prática terapêutica tem auxiliado diversas pessoas em suas questões familiares. E falar quais florais foram utilizados no sal para o preparo das refeições nos lares de quem buscou apoio do uso de florais para a melhor convivência.

Material e Métodos



Para o preparo do sal com os compostos florais, são utilizadas: para 1kg de sal, da marca preferida da pessoa que irá usar, 11 gotas de essência stock do Fraternidade ou do Colmeia para um frasco de 30 ml de água. A mistura de floral na água é aplicada no sal utilizando spray para facilitar o preparo. Em um refratário de vidro ou louça acrescente metade do sal e aplique metade da solução, acrescente a outra metade do sal e aplique o restante do conteúdo. Cubra com um pano de prato e deixe secar naturalmente. Após secar coloque no saleiro e utilize-o nos alimentos da família.

A seguir, o repertório dos compostos que podem ser encontrados no livro Florais no Cotidiano (Barros e Silva, 2017).

Fraternidade - Harmonização com o outro, harmonização com o grupo, sentimentos de irmandade. Podemos estar juntos. Para crianças vindas de lares disfuncionais no qual há bebida e/ou violência. Para crianças fechadas para o Amor, que se sentem separadas do grupo e respondem a estes sentimentos com revolta ou agressão. Para a harmonização de grupos de crianças e adolescentes quando há pouco Amor, sociabilidade e cooperação. Para filhos de pais violentos e agressivos que tendem a repetir estes padrões em seu comportamento. Para adolescentes e adultos que não conseguem estabelecer relacionamentos fraternos e têm dificuldades para estar junto com o outro em harmonia. Para harmonizar núcleos familiares agressivos ou violentos.

Colmeia - Harmonia e cooperação com o outro e em situações de grupo. Podemos fazer juntos. Favorece o estabelecimento de novos padrões de relacionamento entre os membros de um grupo, baseados em valores como harmonia, cooperação e generosidade. Favorece o aprendizado da cooperação, ajudando aos jovens ou adultos a superar atitudes de competição, desconfiança, controle ou autoritarismo em suas interações com o outro ou em grupo. Ajuda a lidar com a aceitação das diferenças, com maior generosidade e compaixão, maleabilidade e tolerância.

Resultados e Discussão

Com as essências florais elas é possível abordar uma variedade de desequilíbrios emocionais como dores da alma, depressões, tristezas, inseguranças em tomar decisões, dificuldade de foco e concentração, entre outros.

Destaca-se que é possível fazer uso das essências florais independente do estado de consciência da pessoa e ainda contribuir com a expansão e transformação de consciência de si mesmo, envolvendo a ampliação das percepções das relações com outros e com o universo, despertando talentos, virtudes e potenciais latentes, favorecendo a existência de pessoas mais equilibras e em paz (Silva e Vasconcelos, 2013).

No que se refere ao uso de florais nos alimentos e na água num contexto de grupos e familiar, Maria Grillo, pesquisadora do Sistema Floral Filhas de Gaia, e outras terapeutas florais formadas por ela divulgaram diversos relatos sobre experiências com esses compostos:

... agregando-se o floral no alimento da família, no filtro de água ou no suco, a ação dos florais se estende ao grupo todo, favorecendo ao indivíduo fazer seus movimentos de mudança, sem ser impedido pelo grupo, ao mesmo tempo que todo o grupo pode amorosamente integrar e acolher este indivíduo que está se modificando, em busca de seu próprio crescimento. Assim, todos saem ganhando. (Barros e Silva, p. 24, 2017).

A terapeuta observou que muitos de seus atendimentos envolvem dificuldades nos relacionamentos, o que frequentemente afetam a harmonia dentro das famílias. Entre os desafios mais recorrentes destaca-se o alcoolismo, que não só prejudica a dinâmica familiar, mas também traz sérias consequências à saúde e ao bem-estar dos indivíduos.

De acordo com a pesquisadora, os compostos florais Fraternidade e Colmeia (FG), foram os mais utilizados para a harmonização das famílias atendidas. E, entre esses, o composto floral Fraternidade é recomendado para as famílias em que haja dificuldades de relacionamentos, inclusive quando muitos deles originarem de lares



disfuncionais e em especial quando houve violência doméstica, autoritarismo e abandono no início da vida. Nesses casos muitas vezes tem-se a tendência a repetir o que se viveu e se tornar alcoólatra como uma forma de esquecer a dor que sentiu no início da vida, Luzes, 2007.

Essa escolha não é apenas prática, mas também simboliza a simplicidade e a naturalidade da terapia floral. Os resultados observados têm sido extremamente positivos, os atendidos relataram significativa diminuição do uso do álcool pelo familiar alcoólatra. Isso pode ser atribuído à capacidade dos florais de promover um estado emocional mais equilibrado, o que ajuda a pessoa a lidar com as pressões e tensões que frequentemente levam ao consumo excessivo de álcool.

Outro floral muito utilizado é o composto floral colmeia, que tem se mostrado particularmente eficaz na melhoria da rotina e na organização das tarefas domésticas entre os membros da família.

Confirmando a experiência citada no livro Florais no Cotidiano, o composto "Fraternidade", do Sistema Floral Filhas de Gaia, proporciona um o lastro de apoio no alimento da família ou de instituição, pois como seu próprio nome indica, permite a vivência de que somos todos irmãos e de que pode haver prazer, alegria e amor em estar juntos. Praticamente é a primeira indicação que se faz para a família no início de um processo de terapia floral Filhas de Gaia.

O que se observa, com o uso dos florais é que resultados são incríveis de ver, e viver pelas famílias beneficiadas, é marcante a diferença que faz na vida delas, a gratidão delas em viver momentos mais saudáveis.

Com o consumo do sal fraternidade, em famílias que têm um alcoólatra de algum nível, é possível diminuir muito o consumo do álcool, e, nos lares que fazem uso do Colmeia melhoram muito a organização dos afazeres domésticos, por tornar as pessoas mais colaborativas. Assim, os relacionamentos em algum nível sempre usufruem dos benefícios conforme os familiares enviam relatos (Figura 1). Esses resultados reforçam a importância de abordagens terapêuticas integrativas que consideram a totalidade do ser humano e suas interações no contexto familiar.

Conclusão

É possível ver que os relatos evidenciam a relevância da terapia floral como uma ferramenta valiosa para enfrentar e superar desafios familiares, promovendo não apenas a redução do uso do álcool, mas também a melhoria nas relações interpessoais e na harmonia do lar.

Referências

BACH, E., A Terapia Floral Escritos Selecionados de Edward Bach. São Paulo: Editora Ground, 1991.

Barros, M. M; Almeida e Silva, M. A; Terapia Floral no Cotidiano: Evocação às Essências Florais Filhas de Gaia, 287p. Ed. Quantum.

Haven, M. (1995). Paracelso, a Chave da Alquimia, 416p. São Paulo: Editora Pensamento.

SILVA, B. M.; VASCONCELOS, E. B.; Essências Florais de Minas - A Planta, a Beleza das Flores e a Função, 520p. Editora Florais de Minas, 2013.

LUZES, E. M. 2007. A NECESSIDADE DO ENSINO DA CIÊNCIA DO INÍCIO DA VIDA, Tese de Doutorado, 1558p. disponibilizado no link: Tese-de-Doutorado-Dra-Eleanor-Luzes-UFRJ-Completo.pdf (cienciadoiniciodavida.org)