

9. Hornbeam (Hojarazo)

VITALIDAD – ALEGRÍA



El Hojarazo crece en bosques y prados, preferiblemente en suelos fértiles, y puede alcanzar hasta 20 metros de altura. Pertenece a la familia de las coriáceas. Las flores, de color verde y amarillo brotan entre abril y mayo. En algún aspecto puede confundirse con el Haya. Las flores son con frecuencia muy numerosas y aparentes; en el mismo árbol pueden aparecer flores masculinas y femeninas, aunque tienden a predominar unas u otras. Las masculinas son amarillas, las femeninas, más pequeñas, pueden crecer hasta desarrollar una especie de ala de tres puntas, de forma que el viento pueda hacer volar las semillas llevándolas lejos del árbol.

Es tan resistente y vital, que cuando es talado, vuelve a crecer.

Indicación

Para restablecer la fuerza y la vitalidad. Ayuda a remontar el cansancio y la pérdida de interés provocada por la falta de energía.

Para el agotamiento debido a la rutina. Para aquellos que sienten que no tienen fuerza suficiente, mental o física, para llevar la carga de la vida sobre sus hombros; Los asuntos cotidianos les parecen demasiado, si bien suelen cumplir con su tarea de manera satisfactoria.

Para quienes creen que una parte de la mente o del cuerpo necesita fortalecerse antes de que puedan hacer bien su trabajo.

Tienen dificultad en arrancar, desmotivación, con el típico humor de lunes por la mañana, les cuesta levantarse, cansancio psíquico que se traslada al físico. Tienden a posponer. Aunque les cueste arrancar, pueden cumplir bien con lo que se proponen una vez lo han iniciado. Tendencia

a dormir o descansar más de lo necesario, sensación de debilidad, tanto mental como física. Sienten una enorme pereza para empezar las actividades. Dudan de si podrán enfrentarse a las tareas cotidianas. Necesitan estimulantes.

Su cansancio es selectivo, pues a las personas en este estado, si se les propone una actividad que les parezca más interesante, recuperan la vitalidad. El cansancio aparece como un discurso mental que dice en tono de queja o lamentación: “otra vez lo mismo”, o “¿y ahora tengo que hacer esto?”.

Según Patricia Kaminsky: El alma provee al cuerpo de inagotables reservas de energía; desafortunadamente, rara vez son aprovechadas al máximo de sus posibilidades. A nivel del alma, la energía no es producida por calorías o combustible sino por la atención plena y la conexión positiva con la propia labor y con la misión en la vida. Cuando el individuo se somete a una rutina monótona o cuando carece de un interés y compromiso genuinos con su labor, puede sentir un cansancio o fatiga extremos que no guardan proporción alguna con la verdadera capacidad del cuerpo físico. La esencia Hornbeam reorienta al alma para que pueda percibir y experimentar de un modo renovado el trabajo o los hábitos que han pasado a ser extremadamente rutinarios o grises. Hornbeam aporta a menudo la percepción interna de la necesidad de adoptar una nueva perspectiva o un nuevo estilo de vida para que el alma pueda recuperar plenamente toda su energía. Sobre todo, Hornbeam nutre el alma con fuerza y vitalidad renovadas para que podamos vivir de manera más efectiva y alegremente en el mundo.

Trata fases de cansancio por falta de estímulo o poco estímulo.

Para personas a las que no les gusta lo que hacen.

Puede darse en amas de casa.

Sirve para rehabilitaciones físicas (fracturas, operaciones o mucho tiempo en cama).

Para chicos que les cuesta terminar el año escolar.

Una **frase típica de un estado Hornbeam** es: *“Que pereza, no tengo ganas de levantarme. Cinco minutos más”*.

Concepto clave: Vitalidad versus Rutina.

Manifestación

Cansancio físico en piernas y brazos.

Estados de somnolencia.

Los que sienten que han perdido vitalidad para poder llevar a cabo las tareas rutinarias de su vida cotidiana.

Aburrimiento y desencanto ante los patrones repetitivos del quehacer diario.

Pereza, lasitud y postergación.

Pérdida de tono muscular o debilitamiento de alguna de las funciones del cuerpo.

Embotamiento y pesadez mental.

Convalecencias y rehabilitaciones.

Cualidades positivas que aporta

Sensación de tener capacidad para afrontar todas las obligaciones y responsabilidades con alegría y ánimos.

Aumenta la resistencia física.

Ayuda a despejar la mente y romper la rutina.

Aporta vitalidad y fuerza mental y corporal, además de energía y dinamismo para enfrentar situaciones.

Da frescura y fuerza de voluntad.

Funciona muy bien Junto a Gentian como psicodinamizante.

Es desinflamatorio.

Ayuda con el cansancio debido a prolongadas exposiciones a aparatos electromagnéticos: ordenadores, móviles, videoconsolas, etc.

Es uno de los últimos 19 remedios encontrados por Bach, y pertenece al grupo II, el de los remedios para los que sufren de incertidumbre.

“Así pues, cada momento de nuestro trabajo y nuestra labor traerá consigo un celo por aprender, un deseo por experimentar cosas, aventuras y acciones reales que tienen auténtico valor...”. (*Obras Completas*. Dr. Bach)

Afirmación positiva

Siento la mente fresca y despierta.

