

OAK ROBLE

Nombre científico: QUERCUS ROBAR

Es la esencia que se saca de la flor del roble. Árbol frondoso y con mucha fuerza. Pertenece a la misma familia que el sweet Chestnut y el Beech.

Generalmente la altura es entre 20 y 35 metros. Pero puede llegar a tener hasta 45 metros.

Es un árbol longevo que vive mas de 500 años. Se dice que existen en el planeta robles por de mas de 3000 años. Hojas grandes, profundamente lobuladas verdes doradas en otoño. Las flores son femeninas y masculinas y nacen en el mismo árbol Florece en el comienzo de la primavera. Se preparan las hojas femeninas solamente, escogiéndolas con la palma de la mano cubierta por una hoja verde.

El dr. Bach encontró la esencia de Oak probablemente en abril de 1933, al inicio de la primavera en la región del Cromer.

Es uno de los 7 ayudantes para la terapia de Bach. Está indicado para las personas que son rígidas, que no demuestran emocionalmente nada cuando hay dificultades y continua con sus obligaciones diarias, sin importar la lucha o el sufrimiento que exista a su alrededor.

Método a preparar: Solar

Palabra clave: LUCHA A PESAR DEL ABATIMIENTO Y LAS DIFICULTADES. SENTIDO DEL DEBER

"Para aquellos que se esfuerzan y luchan fuertemente por aliviarse o por los asuntos de la vida cotidiana. Aunque su caso parezca sin esperanza, seguirán intentando una cosa tras otra, seguirán luchando. Se mostrarán descontentos cuando la enfermedad interfiera con sus deberes o les impida ayudar a los demás. Son personas valientes que luchan contra grandes dificultades sin perder la esperanza ni abandonar el esfuerzo.

Características emocionales de la flor:

La flor de este árbol esta representada por el arquetipo "del ánimos" Este complejo psíquico, expresa la imagen colectiva del hombre, lo masculino, lo activo lo penetrante y lo convexo. Su posición es la de proteger y defender al débil. El ánimos actúa linealmente y procede de acuerdo con normas y lógica. Tiene orientación objetiva y prevalece el pensar al sentir. Jung dice al respecto: "El ánima produce estados de ánimo y el ánimos opiniones". En el roble los aspectos más destacados del ánimos son los vínculos con la fuerza

Características psicológicas:

La personalidad Oak, suele caracterizarse por personas fuertes como el roble, a menudo el pilar o sostén de la familia. Esta personalidad es llamada en la actualidad “adictos al trabajos”. El motivo de sus vidas es el trabajo, cualquiera que sea éste lo cumplen con esmero y sin queja

Tienen todas las cualidades para ser vencedores: resistencia primitiva, perseverancia casi sobrehumana, voluntad poderosa, valor, sentido del deber, esperanza inquebrantable y elevados ideales, desconocen el significado de la palabra cansancio, lo cual no quiere decir que no la experimenten, sino que no saben percibir las señales orgánicas que lo acompañan, pudiendo de esta manera caer en el colapso nervioso. Ignoran su impulso natural de descansar.

Son personas responsables y dignas de confianza, con una capacidad asombrosa de trabajo y resistencia, lo que a menudo determina que los demás descarguen sus responsabilidades sobre ellos.

Siempre tienen un hombro disponible para que los demás lloren sobre él. La gente depende de ellos de forma natural, atraídos por su fuerza.

No les gusta mostrarse débiles ante los demás, quizás por un miedo mal entendido a depender de otros. Aunque estén agotados no se quejan jamás.

Tendencias psicósomáticas:

El resultado de la sobrecarga que se impone puede desembocar en un bloqueo general o cualquier tipo de enfermedad, en la cual seguirán luchando aunque se sientan deprimidos o decepcionados por no poder reintegrarse a sus obligaciones.

Uno de los síntomas que se observa con bastante frecuencia en este estado, es la contractura de hombros y cuellos y una tez más enrojecida de lo normal. Predispone a trastornos cardiovasculares, hipertensión caída de pelo, urticaria, sarpullidos, cansancio y pérdida de peso.

Hay que recordar que la personalidad Oak actúa por obligación en el terreno laboral. No es que busque alinearse en el trabajo, sino que no sabe rechazarlo ni detenerse, ven todo con una seriedad digna de mejor empresa. El problema radica en que siguen adelante forzando la situación de desequilibrio; por el hecho de ser demasiado fuertes empujan demasiado y no saben cuando deben parar.

Características espirituales:

Este material es de propiedad exclusiva de Origen Capacitaciones Ltda., Prohibida su reproducción.

El error básico de Oak es que la personalidad, en lugar de dejarse llevar de la mano de su Yo superior a través de periodos difíciles y bellos de la vida, persiste equivocadamente en un stress de rendimiento permanente elegido por ellos mismos.

Para estas personalidades la vida es dura, continua en la que no se puede ni se debe bajar la guardia. Hay un rígido patrón mental que les lleva a creer que para crecer hace falta luchar. No se dan cuenta que en realidad la vida no es una lucha, sino mas bien un acuerdo y, cuanto mas luchan más resistencia generan.

La personalidad Oak, no comprenden que sólo los logros victorias hacen de la vida algo digno de ser vivido, y al no concederse en su ritmo de trabajo pausas creativas, su vida interior se vuelve cada vez mas pobre y espartana.

REMEDIO que permite una visión mas equilibrada y la aceptación de los límites naturales de la resistencia personal, así como el desarrollo de vías menos rígidas de expresar la voluntad.

Permite registrar el cansancio y descansar.

El aspecto positivo, permite tomar consciencia de los límites, cede la presión interior y retoma el sentimiento lúdico de la vida y se aumenta el gozo de vivir. Da capacidad para delegar, pedir y compartir.

VERBALIZACIONES FRECUENTES:

- Mi esposa piensa que trabajo demasiado
- Siempre me digo que no hay que aflojar
- Yo aprendí en casa que hay que hacer todo lo que se empieza hasta el final
- No descanso nunca, no me hace falta. Estoy bien así
- Las pocas veces que he tenido gripe, fue en un fin de semana, nunca en días de trabajo
- Siento que cargo toda la tensión sobre los hombros y la nuca
- Hago cientos de cosas y por la noche me cuesta desconectarme para poder dormir
- Hay que terminar esto, cueste lo que cueste
- ¿Vacaciones?, no me gustan nada, no sé qué hacer en las vacaciones
- por fuera parece que estoy bien, pero por dentro estoy destruido.

Reacciones:

La reacción de esta esencia puede ser la amplificación de la necesidad de luchar contra la vida, pero durará poco tiempo. Hay que entender que esta flor no elimina la capacidad de lucha, sino que enseña a que esa lucha sea positiva y equilibrada.

Persona:

Fuerte personalidad, resistente al trabajo y al sufrimiento. Estructura fuerte y generalmente se trata de personas grandes aunque pueden ser delgadas. Muy trabajadoras, son personas que no pueden descansar. No se dan tregua y pasan todo el día trabajando en forma permanente aunque estén muy cansadas.

El ser Oak da sensación de grandeza, de fortaleza así es la signatura floral, frecuentemente tiene manos grandes, son fuertes. El Oak caracterológico, no tiene medida para su esfuerzo físico. Ej: Los inmigrantes que trabajan y trabajan cuando no lo hacen se sienten culpables.

El Oak compromete demasiado, tiene mucho autosacrificio al igual que el Rock Water aunque no posee la rigidez de aquel.

Oak es un ser muy solitario y siempre está dispuesto a decir que sí al trabajo aún a costa de dejar de su campo de acción cosas personales, sobre todo distracciones o diversiones. Le cuesta muchísimo disfrutar el ocio.

En el plano laboral es el que se lleva trabajo para su casa y así trabaja los fines de semana o hasta altas horas de la noche. Debido a esto se le dificulta mucho el descanso porque no se puede aflojar.

Cuando aparece un estado Oak la persona siente grave tensión en el cuello y hombros, también en vértebras dorsales en general. Son personas que no suelen consultar por las contracturas. Son seres que se preocupan por todo el mundo, no conocen el placer del ocio, son incapaces de tirarse al sol por ejemplo durante las vacaciones.

Es el caso de personas que en las reuniones familiares toman su cargo de servir a todo el mundo, lavan los platos, entretienen a los niños, barren la cocina y pasan el día haciendo cosas como hormiguitas hasta que se van.

El resto de la familia se divierte, juega a las cartas, mira TV, descansa y disfruta de la reunión. Los Oak son excelentes amigos... son los "amigazos", son los que hacen favores y siempre dispuesto a aportar.

Se les reconoce cuando dan la mano la apretan mucho, incluso llegan a sacudir el brazo del otro.

No les importa quedarse sin dormir o posponer sus propios intereses o tareas personales. Poseen espíritu de sacrificio y trabajan mucho con la voluntad.

Son seres metódicos que se enojan si se les cambia la rutina. Son personas que tienden a encorvarse. Cuando el cuerpo no les da más igual siguen luchando. Les importa mucho la opinión del otro.

Son muy desinteresados, no hacen las cosas para ganar dinero sino porque necesitan trabajar para apagar una sed interior que no conoce descanso. Sabe perdonar y por ello no suelen tener problemas en el medio en que viven.

No son orgullosos y se destacan por su puntualidad. Planean cada hora de su vida hasta sus vacaciones. Durante ellas no saben que hacer. Es la persona que siempre se lastima en la familia. Recordemos que se les llama el pararrayos de la familia. Nunca

se enferman, pero entre semana aparecen síntomas que hacen que se sienta mal, pero, igual van a trabajar.

Se les escucha decir:

- Si se hace hay que hacerlo bien
- Si se hace hay que haerlo hasta el final
- No se estar sin hacer nada
- No te preocupes, yo te lo soluciono
- Pero Como no?... yo te doy una mano
- Lo difícil lo hago rápido, lo imposible demoro un poco mas

NIÑOS: Se esfuerzan por complacer a sus compañeros de la clase. Generalmente son obesos. (para ellos el mundo es una lucha).

Les cuesta soportar el ritmo de las actividades diarias si éstas son muchas.

Observaciones terapéuticas:

En estado negativo la gran fuerza de perseverancia degenera en una tozuda inflexibilidad, la fuerza de la rigidez, la alegría por las proezas extraordinarias en una ambicion enfermiza.

El síndrome hace su aparición caracterizado por la incapacidad de ceder o renunciar y cae en exigencias desmedidas.

La persona en este estado se parece a una flecha mal disparada, cuyo curso no puede variarse hasta que cae al suelo.

Llega al borde del desagarramiento y no puede largar la carga. A pesar del exceso de exigencias, o cede terreno y cae bajo el cúmulo de responsabilidades que al no poder cumplir lo agobian y le trastocan hasta el juicio racional, si el caso es demasiado agudo.

La persona queda atascada, se encierra, se endurece y no quiere reconocer que se ha excedido, que ha calculado mal o que se ha equivocado.

Ya no se trata de conseguir una meta, sino simplemente de ganar, de tener la sensación de haberlo conseguido pero sin tener en cuenta las pérdidas o al menos no haber cedido.

El síndrome Oak, se presenta ante la vida cotidiana cuando:

- Alguien se enfrasca tanto en su trabajo que es incapaz de relajarse.
- Alguien arruina su salud entrenando demasiado
- Alguien no distingue que determinadas responsabilidades son excesivas y las asume igual.
- Alguien no puede reprimir la necesidad de rendimiento aunque con ello caiga en un peligroso estrés.
- Alguien prefiere actividad física para esconder enormes carencias interiores y hasta la falta de amor que tiene por sus semejantes.

Acción terapéutica:

Es el remedio contra la inflexibilidad o la testadurez. Ayuda a volverse mas dúctiles, flexibles y dispuestos al compromiso, hace desaparecer la obsesión por rendir o tener responsabilidades, estimula la capacidad de responder afirmativamente al destino y provoca cierta relajación general. Actúa por lo tanto sobre el sistema vascular y del aparato locomotor.

En circunstancias favorables puede hacer disminuir la presión arterial o los valores excesivamente altos del colesterol.

Ayuda a dormir, porque permite empezar a conocer nuestros propios límites. Lo que ayuda a relajarse.

Un aspecto fuerte del carácter se convierte en un punto débil cuando pierde su medida correcta o la lógica de sus relaciones. En los tipos Oak esto se ve con claridad. Su gran fuerza de voluntad natural, su fijación en un objetivo y su perseverancia degeneran en inflexibilidad, perseverancia tozuda y sin compromisos e inmovilidad en cuanto se exageran por algún lado o se desglosan del juego armónico de todos los restantes componentes de su personalidad.

Terminan siendo grandes egoístas, obsesionados por el éxito, sin sensibilidad para ver sus propios límites y sin mostrar comprensión hacia la relatividad de las cosas. Suele suceder esto cuando se está desde muy pequeño bajo la influencia de padres muy ambiciosos y egoístas. Se acostumbran desde pequeños a imponer sus puntos de vistas con una violencia tozuda y sin miramientos. Son seres que se descalabran emocional, física y moralmente.

Admitir este descalabro les resultaría demasiado frustrante y conmocionaría su autovaloración. Tampoco pueden entender el destino como algo que se recibe, ellos sienten que deben luchar para obtenerlo todo.

La signature de la flor está dada por la altura, la fuerza y la longevidad del roble. Se mantienen así hasta que una tormenta los derriba, por su inflexibilidad.

Ver que el Oak se encuentra en estrés permanente creado por ellos mismos ya que no brinda al cuerpo posibilidad de regenerarse y depurarse.

La esencia Oak se debe trabajar de forma lenta y cuidadosa porque produce serios movimientos catárticos.

El momento más preocupante de una catarsis Oak es el de la sensación de infarto que ocasiona, ya que enfrenta a la persona a su esencia y a su desconexión con ella. Entonces se suele sentir dolores en el pecho, taquicardias, elevación de la presión arterial y angustia en general.

No en vano se habla de una seriedad moral y de una alegría de vivir.