

Un diccionario de las emociones

Porque el cuerpo también nos habla



A veces de manera repentina sentimos malestares o dolencias físicas y no sabemos la razón, incluso después de continuas consultas médicas no se logra determinar qué es lo que nos sucede, la bioneuroemoción se ha dado a la tarea de buscar más allá de lo físico, y se ha encontrado con lo sicosomático; mal físico originado por una causa emocional o mental. Según Lisa Bourbeau *“Las causas más comunes de la enfermedad son las actitudes y las emociones negativas, la culpabilidad, la búsqueda de*

atención y la utilización de la enfermedad para evitar una situación desagradable o para huir de ella”.

Estamos constantemente contaminando nuestro cuerpo con algunos alimentos y con nuestras actitudes negativas, dada la lógica de un mundo cada vez más acelerado, pero también lo dañamos porque no estamos en armonía con nosotros mismos desde lo mental siendo incapaces de amarnos cuando *“Amarnos significa concedernos el derecho de vivir nuestras experiencias. Esto es darte el derecho de ser humano, con miedos, creencias, límites, fuerzas, debilidades, deseos y aspiraciones; en fin, darte el derecho de ser como eres ahora. Y todo esto se debe hacer sin juicios morales de bueno o malo, correcto o incorrecto, viviéndolo solamente como una experiencia, con el conocimiento de que siempre habrá consecuencias, agradables o no, resultantes de las decisiones tomadas”.*

A continuación se presentan algunos males recurrentes y causas:

ABURRIMIENTO No saber ocuparse de uno mismo.

ACHAQUES Ansia de amor. Deseos de ser abrazado.

ÁCIDEZ ESTOMACAL (Algo reciente). Contrariedad familiar.

ASMA Conflicto de mucha gente viviendo en la misma casa. Amenaza en el territorio, disputas, peleas en la familia. Peleas con uno mismo. Miedo a la muerte, a la falta de aire.

BRONQUIOS Disputas en el territorio, discusiones en la atmosfera familiar. Defensa de su espacio de libertad frente a la sociedad.

BULIMIA Mamá tóxica. “Quiero seguridad de mamá y lo que me da es angustia e inseguridad.”

CANAL CARPIANO Negación de lo que tengo en mente, negación de mis conflictos. Control del orden en el trabajo. Indecisión en la acción.

CÁNCER Todos los canceres tienen un conflicto de identidad. ¿Qué es lo que no quiero ver morir?

CANSANCIO relacionado con el hecho que disperso mis energías y que me dejo fácilmente controlar por mis miedos, mis inseguridades y por mis inquietudes.

COLESTEROL Gente a la que le cuesta construirse. "No recibo el apoyo de mi familia".

DEPRESIÓN Y MANÍA Conflicto frente al territorio. La pérdida de espacio o la imposibilidad de reproducirme, esto representa la muerte. Conflicto con la identidad, delirios de grandeza.

DOLOR Angustia mental o emocional. Desarrollar la sensibilidad, (depende de la parte afectada).

GASTRITIS Conflicto de digerir la situación.

Está claro que no se debe descartar la consulta al médico ante una dolencia, se trata de mirar primero en su interior y saber que a veces las enfermedades no pasan de ser más que un simple problema no resuelto de nuestra cotidianidad y recuerde que *“Cuando descubre la actitud mental que le bloquea hasta el punto de crearle un problema físico, debe pasar rápidamente a la etapa de la aceptación incondicional de lo que es, antes de que tenga lugar en usted alguna transformación mental. Su cuerpo físico se adaptará con gusto a esta transformación. Recuerde que él es sólo un reflejo de lo que sucede en su interior”*.

Más información

DICCIONARIO DE BIODECODIFICACIÓN, de Joan Marc Vilanova i Pujo.

Dale clic y escucha tu emisora virtual



Síguenos en las redes sociales



Este medio es apoyado parcialmente con dineros públicos priorizados por habitantes de la Comuna 1 Popular, en el programa de Planeación Local y Presupuesto Participativo de la Alcaldía de Medellín



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

Comunicación para la movilización social