

¿HAS ESCUCHADO EL TERMINO DE ENFERMEDAD PSICOSOMATICA?

Estamos acostumbrados a buscar justificación externa a todo cuanto nos acontece. Si nos duele la cabeza, puede ser por el cambio de clima, si molesta el corazón, posiblemente por el trabajo excesivo, si nos duele el estómago, quizás una comida nos ha caído pesada. Si es un trastorno respiratorio posiblemente se deba a la contaminación del aire.

Sin embargo, detrás de muchos de nuestros síntomas hay historias, emociones calladas, expresiones silenciadas que están haciéndose manifiestas a través del cuerpo. Un resentimiento por mucho tiempo cultivado, puede en un momento dado carcomer el cuerpo convirtiéndose en cáncer. El hábito de la crítica lleva a la aparición de la artritis, la culpa siempre lleva al castigo, provocando dolor. La tensión que siempre se produce frente a cualquier circunstancia, provoca afecciones como la úlcera. De allí que sea tan importante averiguar, a qué hemos sentido que tenemos que renunciar, que nos tiene asfixiados, que nos estamos comiendo sin expresar, cual o cuantas de nuestras culpas aun nos agobia.

A veces nos imponemos cosas que no queremos hacer y definitivamente nos aseguramos de encontrar todos los obstáculos necesarios para no hacerlas. Es decir, no lo hacemos, pero nos sentimos culpables de no hacerlo. Esto genera culpa y la culpa inmoviliza y crece como una bola de nieve. Es entonces cuando nos sentimos indignos de conseguir lo que queremos y nos tornamos inconstantes en la consecución de nuestras metas.

La frustración, la culpa y la inconformidad con los demás y con nosotros mismos se hace manifiesta a través de la tendencia a adquirir determinadas enfermedades. Las experiencias y las emociones pueden quedar aprisionadas en el cuerpo y necesitamos liberarlas.

Así por ejemplo en pacientes que inician procesos de Cáncer, se encuentran por lo general, rasgos tales como, culpabilidad inconsciente o consciente ligadas a experiencias pasadas de las cuales el sujeto guarda vergüenza de recordar. Se observa la presencia de autocastigo, incapacidad para personarse. Generalmente son personas que se auto exigen demasiado y son muy duros consigo mismos, se evidencian profundos resentimientos que han sido contenidos durante mucho

tiempo, hasta que literalmente va carcomiendo el cuerpo. Hay un sentimiento de desesperanza y pérdida.

Te invito a conocer la puerta de atrás de cada uno de esos síntomas comunes, a los que solemos dar otras interpretaciones.

DOLOR DE CABEZA

Consideramos la cabeza como la sede del entendimiento, el conocimiento y el pensamiento, con ella nos imponemos sobre el entorno. Los trastornos a este nivel se relacionan con el **grado en que la persona se encuentra sometida a presiones o cuando estados de crisis están por desbordarse**. Personas ambiciosas y perfeccionistas que tratan de imponer su voluntad, solo aceptan para sí, lo sensato, lo racional y lo comprensible, por lo que suelen ser muy escépticas. **El dolor de cabeza indica que nuestro modo de pensar es erróneo, que seguimos un criterio equivocado y que perseguimos objetivos dudosos**. Es evidente que además hay una desautorización a nosotros mismos, por ello es importante preguntarse ¿cómo y cuándo he sido injusto conmigo mismo? y perdonarte.

MIGRAÑA

Es un síntoma característico de las personas que quieren ser perfectas y se imponen a sí mismos una presión excesiva, también refleja intensa cólera reprimida. En la mayoría de los casos ocurre en personas que pretenden desplazar su sexualidad a la cabeza, es decir, la persona se esfuerza mentalmente para obtener placer, consiguiendo con ello la manifestación de impotencia en los hombres y la frigidez en las mujeres. En estas personas encontramos aquellas que han descartado totalmente de su vida la sexualidad, con la disculpa de que “eso no va conmigo” y aquellas que van al polo opuesto rompiendo con sus miedos y se alardean de “falta de prejuicios”.

APARATO RESPIRATORIO

La inhalación de Oxígeno aporta vida, La falta implica la muerte. En este sentido el sistema respiratorio representa en nuestro mundo psíquico un mundo de independencia e individualidad y las enfermedades que en el aparecen se

relacionan con la falta del deseo de vivir o desinterés o placer por la vida. También es importante tener en cuenta, que la respiración en un tomar y soltar de un modo regular. Este hecho determina que muchas afecciones se vean vinculadas con el compartir, el dar, el entregar o el sentir miedo a asimilar algo nuevo. De allí que detrás de la opresión torácica y las dificultades para respirar hay una expresión directa de angustia.

LOS PROCESOS INFECCIOSOS

Son la manifestación de un conflicto que estalla. O tenemos que decidimos, o quizás renunciar a una posibilidad, para realizar otra. Siempre falta algo o nos sentimos incompletos. Cuando el individuo no está dispuesto a asumir sus conflictos o les es indiferente, sin asumirlos o buscarles solución, ellos pasan al plano físico y se manifiestan como una inflamación. Al igual que en el plano físico, la idea no es vivir en un mundo estéril, sino más bien enseñarse a vivir entre los gérmenes y volverse resistente a ellos, en este caso los conflictos y problemas en general.

Entonces es importante preguntarse, ¿qué conflictos hay en mi vida ?, ¿qué me niego a reconocer?

ASMA

Se observa detrás de esta enfermedad una carencia afectiva padecida por el bebé en sus primeros momentos de vida. Es una reproducción del ahogo que sufren los bebés al momento de nacer, por lo tanto, es un equivalente de angustia. El asma representa el miedo del niño a perder el amor de mamá. La crisis expresa el rencor, el dolor y el temor de dejar de ser amado. El ahogo se produce tanto con la falta como con el exceso de amor, por ello se observa un gran porcentaje de personas asmáticas que han sido o son sobreprotegidas en su hogar, lo cual además de asfixiar al individuo, también le resta posibilidades de entrenarse en el manejo de la vida, por lo que cualquier situación en la que sienta que debe defenderse solo, le genera cargas inmanejables de angustia.

Se hace presente en personas que han recibido un afecto inconstante y han padecido de ansiedad de separación de cualquiera de sus padres, lo que hace que sientan miedo y culpa si manifiestan su rabia. Normalmente se observa como características de personalidad el hecho de ser exigentes, enfermizos, inseguros y dependientes, con la tendencia a buscar en todo instante ayuda y protección.

BRONQUITIS

La inflamación de los bronquios expresa la existencia de una emoción reprimida y la necesidad de que ella pueda ser expulsada. Esta enfermedad revela conflictos en la relación del sujeto consigo mismo, todo lo que tiene que ver con los sentimientos e ideas que nos formamos acerca nuestros actos y desempeños. Generalmente la bronquitis se asocia con descontento, odio y frustración hacia uno mismo, posiblemente por someterse a situaciones que le agobian o por la imposibilidad de ejecutar una acción en pos de su crecimiento personal.

LARINGITIS

La inflamación de la laringe expresa la lucha entre un temor que impide la expresión de sentimientos de ira y el deseo de hacerlo. También se vincula con vergüenza y culpa y en algunos casos con creatividad estancada. Generalmente la persona está tan enojada que no quiere hablar.

SINUSITIS

Expresa la liberación de emociones negativas y la sensación de estar emocionalmente agotados. Es muy frecuente en personas que se sienten sometidas a relaciones posesivas o trabajos frustrantes que no se atreven a abandonar. También se presenta en aquellas personas que son manipuladas por otras y obligadas a expresar lo que no sienten.

GRIPE Y RESFRIADOS

Un resfriado se produce en situaciones críticas, que, sin ser dramáticas, producen sensación de agobio y por ello buscamos distanciarnos un poco de la situación que nos está exigiendo demasiado. El resfriado nos permite apartarnos de la situación molesta y pensar un poco más en nosotros mismos. Con la actitud de “no te acerques que estoy resfriado”, logra liberarse de presiones de comunicación, toma de decisiones y terminación de discusiones.

RINITIS

Es una manifestación de que alguien cercano nos irrita, sentimos que ese otro, sofoca o aplasta. Ese otro puede estar relacionado con parejas, padres o jefes. Generalmente se asocia con sentimientos de culpabilidad que impiden abandonar relaciones no satisfactorias.

EL APARATO DIGESTIVO

Es un sistema al que le corresponde la tarea de asimilar los alimentos que el cuerpo necesita para nutrirse y expulsar sus desechos. Los alimentos son substitutivos de amor y de afecto. Así, el bebé al llenar su vacío (hambre) no solo calma su necesidad fisiológica, sino que se siente amado. Los trastornos a este nivel se asocian con la falta de asertividad de las personas en la expresión de sus emociones y sentimientos, especialmente con la debilidad frente a la actitud que debemos tomar a la hora de defender nuestros derechos.

ESPASMOS O DOLORES ABDOMINALES

A través de este trastorno estamos reflejando miedo o detención del proceso de crecimiento emocional. No se saben asimilar las nuevas experiencias por el miedo que ellas generan. También es muy frecuente en aquellas personalidades tipo “olla Exprés” que suelen tragarse todo sin protestar.

ESTREÑIMIENTO

Simboliza el intento de control por temor a descargar la propia agresión o por miedo a perder. Generalmente se hace presente en personas muy avaras u obsesivas. Esta afección indica claramente, un exagerado afán de aferrarse a lo material y a la incapacidad de ceder. Evidencia también el miedo a dejar salir a la luz consciente contenidos de tipo inconsciente. Se observa mezquindad, la persona no confía en que siempre vaya a haber lo suficiente, se aferra a relaciones antiguas que le hacen sufrir, no se anima a deshacerse de prendas que guarda hace años en el armario por temor a necesitarlas algún día, permanece en un trabajo que le limita o no se permite un placer porque tiene que ahorrar para los días malos.

COLITIS ULCEROSA

Este trastorno que se presenta con fuertes cólicos y frecuentes deposiciones, se asocia al temor a asumir la propia vida y su propia personalidad, porque vivir la propia vida significa distanciarse del otro y por consiguiente sentirse solo. Estas personas temen deshacerse de relaciones de dependencia o simbióticas. Se evidencian problemas al soltar y liberar las cosas que ya no se necesitan. lo único que bloquea la eliminación de lo viejo, son los miedos.

ULCERA

Las úlceras son llagas que sangran rencor por la herida. De niño se pudo haber padecido una fuerte falta de amor y de satisfacción de los suministros básicos. También representa la incapacidad del sujeto para expresar su resentimiento ante las frustraciones a las que se ve sometido. Es muy frecuente encontrar úlceras crónicas que no cesan con ningún tratamiento, encontrándose tras ellas, personas que se han visto obligadas o sometidas a un estilo de vida, a un trabajo a una pareja, etc. que no satisface sus necesidades.

El paciente con úlcera debe admitir y reconocer sus deseos de dependencia infantil, de protección materna y el afán de ser querido y mimado, incluso y precisamente cuando estos deseos están bien disimulados tras una fachada de independencia, autoridad y aplomo. La persona que tiene úlcera generalmente siente miedo de no servir para..., miedo de no ser lo que quieren los padres o de no contentar al jefe. Siempre trata de complacer a los demás.

DIARREA

Denota miedo, indica la presencia de una problemática de angustia, no hay capacidad para analizar detalles, simplemente se sueltan las impresiones que se reciben. Generalmente ocurre en personas que suelen ceder demasiado a los deseos de los demás, incluso sacrificando los propios por el temor de ser rechazados o perder el amor de los seres más cercanos.

Estas personas se han desarrollado en un ambiente donde se fue obligado a ser sumiso y dependiente, lo cual crea resentimientos que entran en choque con nuestra necesidad de agradar, haciendo que reprimamos cóleras por miedo a represalias. Este es un síntoma propio de personas amables, dulces y depresivas que intentan ocultar su hostilidad.

HEMORROIDES

Este es un trastorno resultado de un conflicto entre la retención y las necesidades expulsivas. Las personas afectadas suelen intentar reprimir contenidos emocionales que no se permiten “soltar”. El origen de este conflicto puede estar en la agresividad que producen ciertos afectos y en tendencias posesivas que han sido prohibidas.

OBESIDAD

Evidencia necesidad de protección frente a las heridas, agravios, críticas, abusos e insultos, frente a la sexualidad y a las insinuaciones sexuales. Muestra miedo general a la vida y también miedos específicos. En la mayoría de los casos se asocia con necesidad de afecto y aceptación incondicional. Es una forma de revelarse contra el mundo y sus exigencias en la cual se expresa agresión hacia afuera y hacia el interior del individuo.

NAUSEAS Y VOMITO

El mareo es el símbolo del rechazo a algo que constituye un problema para el sujeto. Con el vómito se realiza la expresión de defensa y repudio. Es así como los vómitos del embarazo pueden en algún momento significar el rechazo del embarazo o de la función materna.

TRASTORNOS HEPATICOS

Denota falta de moderación que puede estar representado en las exageradas ansias de expansión e ideales demasiado ambiciosos. Puede presentarse descontrol a la hora de satisfacer sus necesidades sexuales. Hay una pérdida de la valoración con precisión, es decir se descalifica o se sobrevaloran situaciones, ideas o personas, actuando acorde con dicha valoración.

CALCULOS BILIARES

Son la manifestación de agresividad petrificada. Es muy frecuente en mujeres que consideran que sus familias les impiden darle un libre curso a su energía o agresividad. La vida familiar se vive como una coerción de la cual no se puede escapar, a través del cólico el paciente hace todo lo que no se atrevía a hacer.

SISTEMA CIRCULATORIO

La sangre simboliza la vida y el ser, las paredes de los vasos representan las fronteras o límites a las que se orienta el desarrollo de la personalidad y la resistencia que se opone a ese desarrollo. El sistema circulatorio se vincula muy estrechamente con la energía afectiva. La sangre también se asocia con la identidad. Las enfermedades de este sistema señalan en qué estado se encuentra nuestro mundo emocional. Lo que contenemos, dejamos fluir o reprimimos.

INFARTO

Es un modo desesperado del organismo de decir “basta”. Es muy común en personas que viven dominadas por la actividad, el stress y el nerviosismo. Son sujetos impacientes, apresurados y muy emprendedores. El infarto muestra las cosas que estamos dejando de lado. Una señal de los afectos que se han postergado, de los seres queridos a los cuales no les damos suficiente cariño y dedicación.

Es un rechazo de sí mismo por la incapacidad de sentir amor y expresarlo en forma asertiva. Evidencia una privación de amor y júbilo, tristeza por no saber apreciar los placeres de la vida.

HIPERTENSIÓN

La causa de este trastorno reside en la falta de confianza, el temor y la sensación de angustia en estado flotante. Este estado de alerta se traduce en presión alta. Generalmente se presenta en personas que muestran una aparente pasividad frente a la hostilidad que se recibe a diario. Son personas obsesivas, perfeccionistas y rígidas, también suelen ser controladas, adaptadas, maduras, cautelosas y tensas. Temen a la falta de afecto y en ocasiones guardan heridas del pasado de las cuales no han podido liberarse.

Durante la infancia de estas personas, fueron obligados a esconder sus resentimientos, a inhibir su rabia y en general a reprimir sus hostilidades, por lo que se sienten profundamente culpables cuando son invadidos por cualquiera de estos sentimientos. Esa culpa y la falta de aprendizaje en la expresión de sus emociones son los causantes de este síntoma.

TROMBOSIS

Es un accidente que implica el bloqueo en la circulación de los afectos. Especialmente el amor. Generalmente sobreviene luego de un período en el que el sujeto se ha sentido abandonado, ignorado o inaceptado. Aparece cuando la persona siente como si lo hubiesen dejado despojado de amor. En la mayoría de los casos hay un temor inconsciente de perder los vínculos afectivos más cercanos. Es propio de personas que hacen de sus opiniones un lema y lanzan sentencias inflexibles.

HIPOTENSIÓN

Es típico de las personas que no se atreven a cruzar límites. Si tropiezan con un conflicto, se retiran rápidamente, así como se retira su sangre. Hay una renuncia a todo poder a través de la evasión por falta de ánimo y de valor. Representan la zona de la convivencia y la capacidad de relacionarse con la gente en general. Cualquier problema a este nivel significan problemas de convivencia, suele proyectar o ver en los demás sus propios defectos, asumiendo que sólo son problemas de los demás. Son personas que se aferran a viejos problemas, impidiendo con ello el libre curso del desarrollo.

SISTEMA GENITO URINARIO

VEJIGA

Los síntomas a este nivel se relacionan con manipulación del poder. En la mayoría de los casos se trata de personas que utilizan todo tipo de síntomas como un medio de presión.

ENURESIS

Propio de los niños que durante el día son sometidos a todo tipo de presiones provenientes tanto de padres como de la escuela. La enuresis permite la relajación de la presión sufrida y al mismo tiempo proporciona la oportunidad de hacer que los padres, siempre tan fuertes y poderosos queden reducidos a la impotencia.

CISTITIS

Las frecuentes ganas de orinar sin evacuación de líquido o con una evacuación mínima, denotan incapacidad para desasirse de un tema, a pesar de las presiones.

LA PIEL

La piel es un sistema que establece la conexión entre lo externo y lo interno, es fuente de sensaciones y establece un borde o límite. Psicológicamente se asocia con nuestras creencias de cómo nos ven los demás. Se evidencia a través de las enfermedades de piel, las inseguridades, incertidumbres, pérdidas y preocupaciones. La piel refleja nuestros pensamientos y sentimientos íntimos. En la mayoría de los casos la individualidad del sujeto se siente amenazada y hay temor a que otros tengan poder sobre nosotros.

ACNE

Es una manifestación de ira, resentimiento y miedo, todo ello alrededor de un tema central: problemas de identidad. Revela vergüenza, inhibición, sentimientos de crítica, temor a ser rechazado y dificultad en aceptarse tal como se es. En general simboliza desaprobación y no aceptación de sí mismo.

Por medio del acné uno se protege a sí mismo, porque el acné obstaculiza toda relación e impide la sexualidad. Se crea entonces un círculo vicioso en donde se manifiesta el acné como símbolo de la sexualidad no vivida o reprimida y ese mismo acné evita dicha liberación.

ALERGIAS

Estas enfermedades traducen el rechazo a algo, generalmente por un intenso temor inconsciente. También tiene que ver con la falta de aceptación a las cosas diversas o diferentes a sí mismo. Generalmente se asocia a una incapacidad de hacer manifiesta la agresividad hacia algo que estorba, por eso es muy importante conocer a que se tiene alergia, para identificar el motivo de la agresión.

A pieles de animales o polen: Los temas de amor, libido, sexualidad, fertilidad le suscitan ansiedad y por ello no son admitidos. Propia en personas que se ven sometidas a presiones de tipo sexual o reproductivo.

A la suciedad, el polvo: Refleja el miedo a la impureza y a la suciedad espiritual. En este caso es importante preguntarse ¿a quién es alérgico. ¿Frente a quién se está negando su propio poder?

ECZEMAS Y PSORIASIS

En estas personas se observa una gran resistencia a abandonar pautas de conducta, modelos mentales o rasgos de personalidad que ya no sirven, pero que no se quieren dejar de lado. También es muy frecuente que estas personas se sientan muy desprotegidas o estén interesadas en hacer un cambio de identidad. En general es característico de personas que intentan ocultar su miedo y se debilidad, temiendo a ser heridos o lastimados por lo que intentan construir una especie de blindaje que los proteja.

SISTEMA HORMONAL

Revela el estado de nuestro balance o desbalance emocional y de nuestro equilibrio psíquico. Cada enfermedad reporta un estado específico de las emociones de acuerdo con la glándula que se vea afectada.

HIPO-HIPERTIROIDISMO

En este caso se asocia con la creatividad frustrada e incapacidad para expresarse. Hay una fuerte decepción por no poder hacer lo que uno quiere. Se asocia a personas que siempre hacen todo por los demás y nada por sí mismos. Hay un fuerte sentimiento de humillación, al sentir que no hay posibilidad de que su turno llegue para hacer lo que se quiere.

DIABETES

El paciente muestra dificultad para asimilar las dulzuras de la vida. El amor que recibe es excesivo, hasta el punto en que resulta ahogante, pero además es importante destacar que este amor no es de la calidad que el sujeto necesita. Es propio de personas que crecen en hogares sobreprotectores en donde se les da, de todo a los niños, menos lo que necesita, son personas que se caracterizan por no saber disfrutar de las cosas pequeñas y tomarse en exceso insoportables.

APARATO VISUAL

MIOPÍA

Denota una subjetividad exagerada. La persona ve todo desde su punto de vista y se siente afectado por cualquier tema. Se niega a verse y reconocer sus faltas. Su nivel de susceptibilidad llega a grados irritables y muestra otras reacciones defensivas, asignando a los demás los defectos que le caracterizan. Se observa una resistencia importante frente a la posibilidad de conocerse a sí mismo.

DALTONISMO

Significa ceguera para lo colorido y lo diversificado, todo en la vida del paciente se torna gris. Es característico de las personas amargadas y aburridas que buscan su felicidad en todas partes sin hallarla en ninguna.

CONJUNTIVITIS

Evidencia un conflicto frente al cual pretendemos cerrar los ojos y no afrontar. Propio de personas evasivas, que, aunque parecen no mostrar interés en la búsqueda de solución a sus conflictos, sufren con intensidad y callan.

CATARATAS

La visión borrosa permite alejarnos de nuestro entorno y de nosotros mismos. Es una forma simbólica de arreglar las cosas para que nos hieran tanto. Es buscar una alternativa para no ver lo que no se quiere ver.

SISTEMA AUDITIVO

OIDO SORDERA

Propio de las personas que no oyen lo que no quieren oír. Denota cierto egocentrismo, al no querer enterarse de nada. Indica falta de humildad y de obediencia. Generalmente se apodera de personas inflexibles, irritables e intolerantes.

DOLOR DE OIDO

Ocurre cuando lo que se oye, provoca enfado o está pasando algo de lo que no se quiere enterar. Es muy característico en personas que conviven con la cantaleta, los cuestionamientos y las repeteras.

¿Te identificaste con algo? ¿Necesitas ayuda? Ven, Permitámosles la expresión a tus emociones, encontrando el camino asertivo para su liberación y tu realización. Abre tus alas... Vuela

Abre tus alas