



CECSi

CAPSULAS

CENTRO ESTUDIANTIL DE CONSEJERÍA Y SICLOGÍA

Núm. 45
5-14-2010

TRABAJANDO
POR
TU
BIENESTAR



Lo que ocurre en tu cuerpo, es la expresión de lo que tienes en tu consciencia

‘A través de esta cápsula deseo hablarles del concepto de enfermedad desde un ángulo diferente al que muchos conocemos. Sin la conciencia, el cuerpo no puede vivir ni puede enfermar. En el libro **La enfermedad como camino**, Dethlefsen y Dalhke, nos señalan que la pérdida de armonía se produce en la conciencia, en el plano de información y en el cuerpo solo se muestran. Por lo tanto, si una persona sufre un *desequilibrio* en su conciencia, ello se manifestará en el cuerpo en forma de *síntoma*.

Un *síntoma* es una señal que atrae la atención del individuo, su interés, energía hasta el punto de impedir llevar la vida normal. Este *síntoma* consigue que siempre estemos pendientes de él, por lo que se convierte en una molestia que queremos eliminar. El *síntoma* puede decirnos que es lo que falta, pero para entenderlo tenemos que aprender su lenguaje. El lenguaje es psicosomático, es decir sabe de la relación entre el cuerpo y la mente. A continuación presentamos algunas enfermedades generales en diferentes partes de nuestro cuerpo y las preguntas que ayudaran a la búsqueda de sus causas psíquicas:

Infección= **Un conflicto mental que se hace material**. La persona propensa a las inflamaciones trata de huir de los conflictos. En caso de enfermedades infecciosas, conviene hacerse las siguientes preguntas:
¿Que conflictos hay en mi vida, que yo no veo? ¿Que conflicto rehúyo? ¿Que conflicto me niego a reconocer? (el tema del conflicto estará ligado a la parte del cuerpo afectada).

Alergia= **Agresividad hecha materia**. El alérgico se debe preguntar:
¿Porque no asumo mi agresividad con la conciencia en vez de obligarla a realizar un trabajo corporal? ¿Que aspectos de mi vida me infunden tanto miedo que trato de evitarlos por todos los medios? ¿En que medida me sirvo de mi alergia para manipular mi entorno? ¿Que hay de mi capacidad de amar, de mi receptividad?

Problemas Respiratorios= **Asimilación de la vida**. Preguntas a realizar:
Que es lo que me quita el aire? ¿Que es lo no quiero admitir? ¿Que es lo que no quiero expulsar?
¿Tengo miedo de dar un paso en una nueva libertad de expresión?

Asma= **Agresividad que no ha sido articulada en su fase verbal**. El asmático no puede dar salida a su agresividad con gritos o palabras y se le queda dentro en los pulmones. Preguntas:
¿Puedo reconocer conscientemente mi agresividad y que posibilidades tengo de exteriorizarlas? ¿Que aspecto de mi vida valoro negativamente y rechazo? ¿Que aspectos de mi vida temo enfrentar?

Trastornos estomacales y Digestivos= **Persona que rehúye los conflictos**. Preguntas:
¿Que es lo que no puedo o quiero tragar en mi vida? ¿Me consumo interiormente? ¿Que me amarga? ¿Que situaciones no puedo digerir? ¿Cuales necesito expulsar de mi cuerpo?

Dolores de cabeza= **Sede del entendimiento**. Preguntas:
¿Existe en mí una interrelación fluida entre arriba y abajo? ¿Qué situación no logre resolver?

Enfermedades de la piel= **Contacto, protección, estímulo sexual, sentir el mundo alrededor**. Preguntas: ¿Me aíso excesivamente? ¿Como llevo mi capacidad de contacto? ¿No reprimo con mi actitud distante, el deseo de compenetración? Que me pica en realidad?

Enfermedades Cardiacas= **Obligan al individuo a escuchar su corazón**. Preguntas:
¿Tengo la cabeza y el corazón en un equilibrio armónico? ¿Dejo a mis sentimientos espacio suficiente y me atrevo a exteriorizarlos? ¿Vivo y amo con todo el corazón o solo con la mitad?

La información compartida aplica a otras condiciones como las visuales, auditivas, piel, sistema genitourinario y otros sistemas, no obstante aplica particularmente a condiciones crónicas persistentes y que de alguna forma descarta las causas somáticas. Solo establece el vínculo estrecho de interacción mente-cuerpo-emociones en procesos de restauración y búsqueda holística de sanación física y espiritual.

Tal vez ahora consideres la enfermedad como un camino a la sanación interior...

Dra. Sandra Santori Margarida
Psicóloga Clínica
Centro Estudiantil de Consejería y Psicología CECSi