

ARTRITIS

3ª Etapa (Movimiento, Valoración)

Es una enfermedad reumática en las articulaciones, de naturaleza inflamatoria, que viene acompañada de todos los signos característicos de la inflamación, en una o varias articulaciones. El dolor se siente independientemente de los movimientos que se hagan, y hace sufrir al enfermo tanto durante el día como en la noche.

Si yo presento artritis, necesariamente soy una persona muy crítica conmigo mismo y con los demás. Me fijo y critico todo en mi vida y en las personas que me rodean. Me fijo siempre en las cosas negativas, juzgo todo y a todos. Nada me complace, nada me satisface, nada me hace feliz, todo está mal, incluso yo. Y por lo tanto, voy poco a poco, empeorando. No me siento amado ni tengo la menor intención de amar o demostrar mi cariño.

¿Qué conflicto emocional estoy viviendo?

Si yo comienzo a presentar artritis, la gravedad o la velocidad con la que esta se presente dependerá de la gravedad de mi bloqueo emocional, mental y emocional hacia la vida misma. Entre más duro sea yo conmigo y con los demás, entre menos sienta yo que tengo derecho a hacer lo que me gusta o a ser como me gusta, entre menos crea yo que los demás pueden ser o hacer lo que les gusta, menos sanaré. Además, soy de las personas que viven con el deseo de que todos los demás adivinen lo que necesito, porque soy "incapaz de pedirlo". Por lo tanto, las probabilidades de que los demás adivinen lo que deseo, es casi nula, y eso me hará enfurecer y criticarlos aún más, porque nadie cumple mis expectativas, nadie está a mi altura, vivo amargado por ello y siento rencor por los demás.

Soy una persona difícil, incluso muchas veces, tengo deseos de vengarme porque los demás no han hecho lo que he querido o como yo lo he querido. Y esa ira me la trago, no la expreso.

La parte de mi cuerpo que presente la artritis me indicará qué área de mi vida es la más afectada. Si tengo artritis en las manos, estará relacionado con mi actividad, con lo que hago, con mi trabajo. Si mi artritis está en mis piernas, tendrá relación con mi avance en la vida. Si mi artritis está en mis rodillas, estará relacionado con la forma en que me obligo a ser, etc.

Por lo regular, las personas con artritis, tienen o presentan una apariencia de calma y docilidad. Incluso pueden presentarse como personas débiles, para que todo aquel que los rodea sienta "lástima" u "obligación" para con ellas. Pero esas dóciles personas no son más que unos perfectos manipuladores que jamás expresarán directamente lo que desean o

necesitan. Sólo soltarán indirectas o frases volando, esperando claro, que todo el mundo les "sirva".

Una persona normal expresaría algo como:

"Miguel, hijo, ¿podrías regalarme un vaso con agua fría por favor?, hace calor y siento mucha sed."

Una persona con artritis expresaría algo como:

"...ay... tengo tanta sed..."

Y todas estas expectativas, juicios, críticas se van acumulando en las articulaciones, que representan nuestra "flexibilidad", por lo tanto, entre más dura una persona, más grave la artritis.

Artritis en Codos, Hombros o Rodillas:

Dificultad para manejar los cambios en la vida.

Dificultad para expresarme.

Rigidez en el carácter.

Inflexibilidad para mostrarme como realmente soy.

Necesidad de obligar a los demás.

Necesidad de juzgar y criticar a los demás.

Artritis en dedos:

Sensación de no ser amado.

Actitud de crítica.

Resentimiento

Deseo de castigar.

Acusación.

Sentirse víctima.

Artritis reumatoide:

Fuerte crítica de la autoridad, nadie es mejor que yo.

Me impido ser imperfecto.

Me explotan.

Jamás debo mostrarme vulnerable.

En pocas palabras, toda artritis demuestra mi inflexibilidad ante la vida, ante las personas y ante las circunstancias.

Expresa mi incapacidad para decir con palabras lo que en realidad quiero, pienso y siento por las demás personas.

Si yo vivo pensando que debo ser perfecto, duro, frío y tajante, más sufriré y todavía peor, si considero que todos a mi alrededor deben ser perfectos.

¿Cómo libero esa emoción biológica?

Debo revisar de dónde aprendí o traigo ese complejo de perfección.

Debo revisar por qué me cuesta tanto trabajo expresarme.

Debo olvidarme de mi egoísmo y mi afán por manipular.

Debo hacer con placer lo que disfruto.

Debo vivir con alegría.

Debo amar la vida y a mí mismo.