

ARTROSIS

3ª Etapa (Movimiento, Valoración)

Esta enfermedad afecta a las articulaciones de una manera crónica, pero se diferencia de la artritis en que no presenta signos inflamatorios. Las personas que la padecen sufren sobre todo al despertar en las mañanas y les lleva un cierto tiempo poder mover la articulación enferma. La articulación artrosada suele estar limitada para realizar algunos movimientos, y se puede romper.

¿Qué conflicto emocional estoy viviendo?

Si yo presento alguna artrosis, necesariamente soy una persona que vive mucha ira y rencor, pero jamás hacia mí, siempre será un sentimiento que tengo con respecto a los demás, específicamente hacia mi familia en la mayoría de los casos. No soy una persona justa, siempre siento que los demás deberían vivir para mí, prestarme atención, cuidarme, amarme, porque yo soy perfecto, yo soy el mejor, y merezco la atención y el amor de los demás.

Me compadezco de mí mismo por no recibir aquello que merezco y vivo enojado de que los demás no den su 100% conmigo.

- Si me quedo sin comida, es culpa de mi hijo por no ir a comprarla.
- Si me quedo sin teléfono, es culpa de mi hija que no pagó el recibo.
- Si me muero de aburrimiento, es culpa de mi marido que no me lleva a pasear.
- Si la llave del agua falla, es culpa del plomero, que es un ratero que no trabaja bien.

Siempre, todo lo que me ocurra, es culpa de los demás, incluso si son obligaciones mías, siempre encontraré la manera de culpar a otro y de sentir ira por otra persona.

Las personas con artrosis siempre "creen" que ellos no son responsables de nada que les ocurra en la vida. Sienten que ellos siempre son perfectos, infalibles, adorables, y no. Son las personas más inconscientes que existen y de responsabilidad, nada. Carecen de compasión por los demás y son cero entusiastas.

¿Cómo libero esa emoción biológica?

Debo revisar por qué me es tan difícil pedir lo que necesito.

Debo dejar de manipular a los demás.

Debo hacerme responsable de mis actos y actitudes.

Debo reconocer mis fallas.

Debo hacer lo que me gusta.

Debo amarme y ver por mí.

ARTROSIS CERVICAL

- No hay coherencia entre lo que digo y lo que hago.
- Pienso y digo una cosa y hago otra.
- Me castigo por mi incoherencia.
- Siempre hay algo ajeno que me impide hacer lo que dije que haría.

ARTROSIS RODILLA

- No puedo hacer nada, las circunstancias me obligan.
- No hay salida, debo hacerlo o me irá mal.
- Me obligo a cuidar a alguien más, me olvido de mí.
- Me obligan a hacer esto, aunque no me gusta.

ARTROSIS MANOS

- No puedo hacer nada.
- Odio este trabajo.
- Siempre están contra mí.
- Me castigo por ser servil.

ARTROSIS CADERA

- No puedo ir hacia donde quiero ir.

- Debo hacer que me ayuden y cuiden.
- Disfruto siendo la víctima.
- Me obligan a ser fuerte, que paguen.

ARTROSIS PIE

- Mis hijos deben ver por mí, es su obligación.
- No puedo caminar, llévenme.
- Me obligo a no avanzar, a estancarme.
- Disfruto no hacer nada.

ARTROSIS COLUMNA

- Mi familia debe apoyarme.
- Soy fuerte mientras manipule.
- Debo seguir aparentando ser fuerte.
- Mi estructura rígida es mi poder.

