

COLESTEROL ALTO/TRIGLICÉRIDOS

3ª Etapa (Movimiento, valorización)

¿Qué conflicto emocional estoy viviendo?

Si yo presento una acumulación grasa, colesterol, triglicéridos en mis arterias, significa que soy una persona a la que es sumamente difícil construirse a sí mismo. Quiere decir que me siento incapaz de hacer las cosas sólo, que siempre pido ayuda a otros o que dependo de otros para por "ser" o "vivir". Incluso puede existir el sentimiento de que no le importo a los demás y que yo sólo debo afrontar las cosas. Me niego a la alegría, comienzo a bloquear la alegría.

Resentir:

"Solo puedo contar conmigo mismo".

"No recibo el apoyo de mi familia".

"Mi alegría no circula libremente". "Soy pesimista, negativo".

Triglicéridos: "Recibo todo, pero yo no apporto nada".

Colesterol Alto: "La familia debe apoyarse siempre, todos juntos".

¿Cuál es la emoción biológica oculta?

Obstrucción de los canales del júbilo.

Miedo de aceptar la alegría.

¿Cómo libero esa emoción biológica?

Elijo amar la vida.

Mis canales de la alegría están abiertos.

Estoy a salvo recibiendo.