

# HERNIA INGUINAL

## *¿Qué es?*

Una hernia es una masa de tejido u órgano que sale de su lugar original, rompiendo o perforando el tejido muscular que la contiene.

Puede formarse por un gran esfuerzo físico o por un accidente.

En este caso, es parte del intestino el que atraviesa la pared muscular del abdomen y sigue el canal inguinal (ingle).

## *¿Qué conflicto emocional estoy viviendo?*

Si yo presento una hernia inguinal, necesariamente viví o estoy viviendo un conflicto con mi padre o a causa de mi padre (real o simbólico).

- No puedo mostrar mi agresividad, debo comportarme pasivo (a).
- Tengo que esconderme del odio que siente mi padre por mí.
- Me siento observado por mi padre.
- No puedo mostrar mi virilidad (En el caso de ser hombre).
- He perdido al amor de mi vida y no puedo superarlo (duelo no finalizado real o transgeneracional).
- He perdido un hijo y no puedo superarlo (duelo no finalizado real o transgeneracional).
- Me traicionaron sexualmente y yo creía que todo iba perfecto.
- Siento odio por la persona que me traicionó.

## *¿Cuál es la emoción que no he expresado?*

- Odio a mi padre
- Me molesta sentirme menos ante mi padre.
- Me molesta que mi padre me diga cómo hacer las cosas.
- Me molesta que mi padre observe o critique o califique todo lo que hago.
- Me duele haber perdido a mi pareja.
- Me duele que mi pareja me haya traicionado.
- Me duele haber perdido un hijo.

## *¿Cómo lo soluciono?*

- Identificando qué situación he vivido con mi padre, real o simbólico de una semana para acá.
- Haciendo mi árbol genealógico y buscando historias relacionadas con conflicto de mis dobles con sus padres (reales o simbólicos) para liberarme.
- Expresando en voz alta, todo el odio, rencor o coraje que me provoca mi padre o la relación con mi padre o mi actuar como padre.
- Revisando quiénes de las personas con las que convivo, son dobles de mi padre.
- Expresando en voz alta lo frustrado que me siento al no tener una buena vida sexual, gracias a la dureza de mi padre.
- Expresando en voz alta el dolor tan grande por haber perdido una pareja o a un hijo.
- Expresando que todo eso se acabó y que nunca más permitiré que mi padre afecte mi vida.

