

MUÑECA

Cualquier articulación representa la flexibilidad de la persona, por lo que un problema en la muñeca denota una falta de flexibilidad en su forma de decidir para qué deben servir sus manos. Esta persona no se concede el derecho a utilizarlas para hacer algo que le plazca por miedo a no estar a la altura o a equivocarse. Por lo tanto, las utiliza para hacer otras cosas intentando probar su valor de este modo.

Se exige demasiado y quizás piense que no se merece hacer un trabajo divertido; se siente culpable por ello.

Suele ser una persona que trabaja con sus propios medios y haciendo grandes esfuerzos.

Tu muñeca te dice que tu forma de pensar es demasiado rígida.

Si crees que lo que quieres hacer es demasiado para ti, que no estás a la altura de esa tarea, tu cuerpo te dice que no es cierto.

Y, al contrario, si crees que alguien abusa de ti por medio de lo que haces, tu cuerpo te dice que no es cierto.

Cualquier tarea debe ser hecha con amor y no con miedo, culpabilidad o expectativas.

Además, si la muñeca derecha es la afectada, ello se relaciona con tu capacidad de dar; si es el lado izquierdo, con tu capacidad de recibir.

El mensaje que recibes es que te sueltes y actúes con amor, aceptación y agradecimiento.

También puedes permitirte obtener ayuda u orientación.

Las muñecas son las articulaciones, los pivotes que permiten la movilidad y la flexibilidad de mis manos y que me vinculan a mis ante – brazos.

Una rigidez en las muñecas me impide pues tomar con armonía o elegir todo lo que la vida me presenta.

Hay pues una obstrucción, un bloqueo o una negación frente a las acciones que debería hacer.

Las actividades que pedían habilidad están afectadas.

El dolor en las muñecas puede representar energía reprimida referente a algo que debe hacerse pero que retengo y no hago.

La fractura o la torcedura me indican un profundo conflicto de expresión frente a la vida y cómo ésta se sirve de mí para hacer su obra.

Debo inmovilizarme y no mover las manos.

Debo reflexionar sobre estos dolores de modo a tomar consciencia del hecho que necesito liberar estas energías con amor y confianza, porque su libre circulación me permitirá actuar de modo constructivo a través de estas acciones.

ARTICULACIONES

Las articulaciones están compuestas por el conjunto de elementos que permiten que los huesos se mantengan unidos entre sí. Los problemas en las articulaciones se manifiestan con dolor o con dificultad para doblarlas. Consulta el término artritis, que tiene el mismo significado metafísico.

Agrega a ello que los problemas de las articulaciones también indican que la persona tiene problemas para expresar lo que piensa o para tomar decisiones en la vida.

Está cansada y no tiene ganas de actuar. Bloquea sus articulaciones y cada vez se mueve menos.

Una articulación es una parte del cuerpo en la cual se reúnen dos o varios huesos permitiendo un movimiento adaptado (los huesos del cráneo juntados entre sí, se consideran generalmente como articulaciones inmóviles) a la anatomía del cuerpo humano (sinónimo: junta, unión, juntura). La articulación representa la facilidad, la movilidad, la adaptabilidad y la flexibilidad, dando al movimiento gracia y fluidez. Todas estas cualidades simples son posibles con una articulación en perfecto estado. Sin embargo, ella también tiene sus límites. Ya que el hueso representa la forma de energía más "densa", la más fundamental de mi existencia, los problemas articulares están implicados en todas las componentes fisiológicas del cuerpo humano (tejido, sangre, etc.).

Así es que un trastorno articular indica una resistencia, cierta rigidez en mis pensamientos, en mis acciones o en la expresión de mis emociones frecuentemente inhibidas.

Una inflamación se produce si tengo miedo de ir hacia delante: me vuelvo incapaz de moverme, tengo dificultad en cambiar de dirección, juego el juego del desapego emocional, no actúo con espontaneidad, dudo o rehúso abandonarme a la vida y hacer confianza.

Cuando tengo dolor o dificultad en moverme, mi cuerpo expresa que no quiero comprender (o aceptar comprender) algo que me limita en la expresión del Yo.

Con relación a mi rigidez para comprender, mirando la parte del cuerpo afectada, puedo activar el proceso que consiste a aceptar que tengo algo que comprender.

Por ejemplo, las muñecas, los codos, los hombros o las manos dolorosos indican que debo cesar alguna acción o algún trabajo.

Quiero replegarme sobre mí – mismo (**codos**) porque estoy cansado o harto de hacer lo que estoy haciendo o de ser lo que soy: ya no quiero ser responsable (**hombros**). Las caderas, las rodillas y los pies (**miembros inferiores**) indican que ya no deseo seguir la vida con las dificultades que comporta.

Debo recordarme que la atención sobre un solo y mismo lugar (es decir fijar inconscientemente la energía o la emoción en una sola articulación) puede hacer cristalizar esta energía e inmovilizar la articulación.

En este caso, el proceso de aceptación al nivel del corazón es esencial para integrar la toma de consciencia con relación a esta enfermedad y así liberarse de ella.

Una juntura es un lugar en el cual dos huesos se encuentran. Una dolencia o una enfermedad referente a ésta revela una inflexibilidad con relación a mí- mismo o hacia una persona o una situación.

Puedo encontrar el aspecto de mi vida hacia el cual necesito mostrarme más flexible mirando cuál parte de mi cuerpo está afectada.

¿Son las junturas de mis dedos, de mis muñecas, de mis tobillos, etc.?

ARTICULACIONES – TORCEDURA.

Las torceduras se encuentran al nivel de una u otra de mis articulaciones y se deben a una lesión de los ligamentos de una de éstas.

Las articulaciones representan la flexibilidad y mi capacidad a doblarme a las diferentes situaciones de mi vida.

La muñeca y el tobillo son la expresión de la energía, justo antes de que se manifieste en lo físico.

La torcedura me indica que aplico los frenos.

Resisto o vivo inseguridad frente a la dirección que tomo (**tobillo**) o en lo que hago (**muñeca**) actualmente o lo que podría hacer en una nueva situación.

Vivo culpabilidad y quiero castigarme porque resisto.

Vivo una tensión mental que ya no puede tolerarse.

Dependiendo de mi grado de resistencia, ira, culpabilidad o tensión mental, tendré una torcedura benigna también llamada esguince, en la cual los ligamentos simplemente están distendidos, o una torcedura grave, en la cual los ligamentos están rotos o arrancados.

Tomo consciencia de lo que hacía y sentía en el momento en que sucedió.

Puedo preguntarme:

¿Estoy a punto de hacer algo a lo cual sería mejor renunciar?

¿Me causa tensión o una real angustia el modo en que trato la situación?

¿Estoy sentado en una base inestable y molesta mentalmente?

Acepto tomar el tiempo de volver a orientarme o de hacer los cambios necesarios para que pueda estar bien en mi piel e ir hacia delante libremente.

Acepto la presencia de esta torcedura para llevarme a hacer cambios.

Si la aceptación está hecha, la curación será rápida y total. Pero si, porque ahora no puedo andar o lo puedo hacer muy poco, me desvalorizo y me siento inútil y “bueno para nada”, la curación será mucha más larga.

Por esto tengo ventaja en ver esta situación (la torcedura y lo que implica) de un modo positivo y constructivo.

ESGUINCE

Un esguince es una lesión articular causada por la ejecución brusca de movimientos que rebasan los límites fisiológicos de la articulación, sin dislocación permanente. Se manifiesta como un dolor agudo, intermitente. Las articulaciones más afectadas son el tobillo, la rodilla y **la muñeca**.

La persona que se ocasiona un esguince se siente obligada a ir en cierta dirección (piernas) o **a hacer algo (manos)** en contra de lo que quiere realmente.

Se deja dirigir, va más allá de sus límites y siente que no puede decir «no» a los demás.

Tiene miedo de no respetar ciertas normas.

Su esguince le da la excusa necesaria para detenerse.

El hecho de sufrir un esguince te indica el grado de sufrimiento al que te sometes si insistes en seguir viendo las cosas a tu manera, es decir, según tus reglas.

Te ayudaría ser más flexible.

En lugar de creer que te imponen algo contrario a lo que deseas, te sugiero que averigües los motivos de los demás.

Puede ser que, después de hacerlo, aceptes la versión del otro o adquieras consciencia de que no puedes responder a sus expectativas porque están más allá de tus límites.

Debes hacérselo saber a la persona involucrada.

Si te impones a ti mismo una cierta dirección, verifica en tu interior el temor que te motiva y si éste todavía es real para ti.

Si eres más flexible contigo mismo y con los demás, te será más fácil responder a tus necesidades.

Tiene que ver con lo que hago, relacionada con el gesto del trabajo. La precisión de movimientos.

SENTIDO BIOLÓGICO: La función de esta articulación es proporcionar movimientos laterales y arriba/abajo de la mano (la rotación se produce en el codo). En relación con la manipulación, la acción y el trabajo.

CONFLICTO EMOCIONAL: Conflicto de desvalorización en el trabajo, en relación con lo que hago, con el gesto en el trabajo y la precisión en los movimientos.

Negar el peso de las cosas en relación con el trabajo y al gesto. “No quiero cargar con ese peso o esa responsabilidad en el trabajo”.

FRACTURA: Conflicto en la asimilación de responsabilidades. Pienso que algo (gesto en el trabajo) no es grave, pero en el fondo sé que lo es mucho.

QUISTES EN LA MUÑECA: Negación de la realidad.

Cualquier articulación representa la flexibilidad de la persona, por lo que un problema en la muñeca denota una falta de flexibilidad en su forma de decidir para qué deben servir sus manos.

Esta persona no se concede el derecho a utilizarlas para hacer algo que le plazca por miedo a no estar a la altura o a equivocarse. Por lo tanto, las utiliza para hacer otras cosas intentando probar su valor de este modo. Se exige demasiado y quizás piense que no se merece hacer un trabajo divertido; se siente culpable por ello. Suele ser una persona que trabaja con sus propios medios y haciendo grandes esfuerzos.

Tu muñeca te dice que tu forma de pensar es demasiado rígida. Si crees que lo que quieres hacer es demasiado para ti, que no estás a la altura de esa tarea, tu cuerpo te dice que no es cierto. Y, al contrario, si crees que alguien abusa de ti por medio de lo que haces, tu cuerpo te dice que no es cierto. Cualquier tarea debe ser hecha con amor y no con miedo, culpabilidad o expectativas.

El dolor en las muñecas puede representar energía reprimida referente a algo que debe hacerse pero que retengo y no hago.

La fractura o la torcedura me indican un profundo conflicto de expresión frente a la vida y cómo ésta se sirve de mí para hacer su obra. Debo inmovilizarme y no mover las manos.

Además, si la muñeca derecha es la afectada, ello se relaciona con tu capacidad de dar; si es el lado izquierdo, con tu capacidad de recibir. El mensaje que recibes es que te sueltes y actúes con amor, aceptación y agradecimiento. También puedes permitirte obtener ayuda u orientación.

Es una invitación a reflexionar sobre estos dolores de modo a tomar consciencia del hecho que necesito liberar estas energías con amor y confianza, porque su libre circulación me permitirá actuar de modo constructivo a través de estas acciones