



NOSOTRAS.COM

Menú navegación 

Medicina holística para la sanación y prevención de enfermedades

SALUD

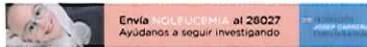


Share

4

G+1

0



Envía tu comentario al 28027
Ayúdanos a seguir investigando

Autor: Griselda Vidiella |
10/05/2016

Los seres humanos estamos formados por un cuerpo **emocional**, un cuerpo **mental**, un cuerpo **energético** y un cuerpo **físico**, aunque no siempre seamos conscientes de todos ellos. El símil de las muñecas rusas es muy ilustrativo para entender que un cuerpo integra al otro hasta llegar a l **cuerpo físico**, que envuelve los tres anteriores. La **medicina holística** es aquella que ve a la persona **como un todo global** y contempla **todos sus cuerpos**.



Seguramente **el más desconocido** es el **cuerpo energético**, formado

por un conjunto de **chakras** - centros energéticos - y de **meridianos y nadis** - conductos por donde circula la energía -. Una parte de la energía la fabricamos nosotras: **nuestras células están formadas por átomos** y estos, a su vez, por **electrones, protones y neutrones**.

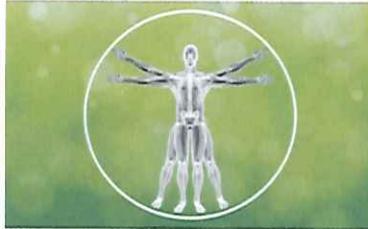
Otra parte la recibe el cuerpo energético a través de la **alimentación**, el **aire** - prana - y el **sol**. La energía es distribuida por todo el organismo. Cuando la energía **llega a todos los rincones del cuerpo físico**, gozamos de plena **salud**, pero lamentablemente no siempre es así. En muchas ocasiones sufrimos **bloqueos energéticos**, que son la causa de las **enfermedades**.



Muchas **enfermedades** tienen un **origen emocional**. Cuando hay un **impacto emocional negativo** - un disgusto, una discusión, un conflicto, una pérdida...- debemos liberarlo lo antes posible - gritando, llorando, hablando con la otra persona y diciéndole cómo nos ha hecho sentir...- De no hacerlo así, al cabo de unas pocas horas, esa **energía emocional se transforma en materia**. ¿Recuerdas aquel principio de física que dice que **"la energía ni se crea ni se destruye sino que se transforma"**?

Pues esa energía convertida en materia provoca **embolsamientos en los meridianos** y eso impide que la energía circule con fluidez. Son los llamados **bloqueos energéticos**. Estos **bloqueos absorben la**

energía de los órganos que los rodean y los debilitan. También **generan inflamaciones** y posteriormente **disfunciones físicas y psíquicas**, más o menos graves en función del grado de **crecimiento** del bloqueo.



El **Método Keymac** contempla hasta **diez tipos de bloqueos energéticos**. El más habitual es el **bloqueo de plexo**, derivado de la acumulación de **ansiedad y angustia** a lo largo de la vida. Se localiza en el **tórax** y tiene como consecuencias físicas los **problemas respiratorios** - asma - y en la **piel** - alergias - . A nivel emocional, causa **alteraciones en el sistema nervioso** - más angustia y ansiedad, estrés...-. El **bloqueo de raíz** se produce sobre todo en la **infancia y en la adolescencia** - conflictos de convivencia familiar, celos entre hermanos, bullying en el colegio...-. Lo localizamos en la zona del **medio vientre** y conlleva **problemas reproductores y hormonales** - a nivel físico - y **falta de seguridad y autoestima** - en la esfera emocional-.

El **bloqueo de impotencia**, que se forma en los **riñones**, viene dado por **miedos y sentimientos de impotencia**. Las consecuencias físicas son la debilidad de la **zona lumbar**, problemas en los **riñones**, en el **conducto urinario** y en la **vejiga** - retención de líquidos, piedras en el riñón, cólicos...- A **nivel emocional**, las repercusiones son los sentimientos de **cobardía y miedo** y la falta de alegría e ilusión para afrontar la vida cotidiana.



El **bloqueo cerebral** se produce cuando **no expresas verbalmente aquello que piensas o sientes**. Se forma en los **lóbulos parietales** y provoca **trastornos físicos** - dolor de cabeza, migraña, vértigo...- y **emocionales** - insomnio, pensamientos encadenados que no dejan descansar la mente, pensamientos circulares, dispersión y trastornos de déficit de atención e hiperactividad, más conocidos como TDAH-.

Son sólo cuatro ejemplos de bloqueos, pero lo más importante es saber **que todos ellos se pueden sanar liberando la energía que en su día quedó estancada**. Algunas de las terapias más efectivas para desbloquear son la **acupuntura**, la **reflexología** y el **shiatsu**, aunque eso dependerá de cada caso.



Un último detalle que merece la pena destacar es que **los futuros trastornos físicos y emocionales se manifiestan antes en el cuerpo energético**. Esto significa que la medicina holística es eficaz para **prevenir enfermedades y erradicarlas antes de que aparezcan**. Por eso decimos que la medicina holística se puede emplear tanto para prevenir como para sanar.

Escrito por: *Griselda Vidiella, Psicoterapeuta, naturópata y experta en medicina holística.*

Imágenes: FAC

Noticias relacionadas en
nosotras.com

- ¿Qué enfermedades son más frecuentes en las mujeres? (0)
- ¡No te engañes! Los carbohidratos sí deben estar en tu dieta (0)
- Terapias alternativas: Somos algo más que cuerpo biológico (0)
- Signos que pueden estar alertando de algún problema de salud (0)
- Flores de Bach: El remedio natural para tu bienestar emocional (0)

Más sobre: emocional | energía | enfermedades | medicina alternativa | medicina holística | medicina natural | salud |



Escribe un comentario

Tu dirección de correo electrónico no será publicada.
Los campos necesarios están marcados *

Nombre *

Correo elect

Web