

Sorger/besvikelser påverkar vår hälsa mer än vad vi kan tro

Som jag skrivit tidigare om sorg, besvikelser, övergivenhetskänslor, utanförskap och allt vad vi kan ha för känslor som resulterar i sorg och/eller besvikelser påverkar vår hälsa mer än vad vi kan tro. Sorgen eller besvikelser är vi med om lite var och en till mans.

Det kan handla om kärlekssorger tonårsförälskelser som kan tyckas banala i "vuxenögon" men som sätter sig som trauman, att vi blir lämnade på ett eller annat sätt. Det kan vara människor som lämnar jordelivet och vi som blir kvar på jorden känner saknad och sorg, det kan handla om husdjur som går bort av olika anledningar, föredrar som inte brytt sig om – för att de inte har förstått, sett eller klarar av att visa känslor eller att de verkligen inte själva vet hur man ska ta hand om eller ge barnet det de behöver i form av uppmärksamhet, kärlek, mat eller vad det nu är.

Det kan vara otrohet eller att vi inte kan få barn fast vi önskat det oss så länge, det kan vara traumatiska händelser som olyckor, besvikelser i skolan eller på jobbet, barn-ungdomar tex som inte mår bra, det kan vara förlossningar som drar ut på tiden och blir långvariga och traumat sätter sig. □

Det kan vara förlossningar där både barn och mor nästan förlorar livet av olika anledningar – allt detta sätter sig i cellerna. Även om listan kan göras så mycket längre än detta så resulterar det i sorg som sätter sig på olika sätt. □Vi blir sårade av olika saker, olika anledningar och olika grad. Vi är olika och hanterar det olika, vi reagerar olika på olika saker.

Man kan se syskon som är med om samma saker, samma händelser i samma ögonblick så hör/ser man att de upplever det på helt olika sätt. Just för att de är olika och blir påverkade av olika saker. □Jag tror inte det finns någon av oss som går genom livet utan trauman, sorger eller upplevelser som är mindre trevliga. □

Vi blir påhyvlade rädslor som inte fanns från början, vi kan få oro och ångest, depression och man kanske blir hård och kall för att skydda sig eftersom det inte är så trevligt att tex bli sviken gång efter annan. Tillstånd kan dyka upp i form av stress, sömnbrist, infektioner, vi får förkylning på förkylning och tappar lusten till att göra det du alltid tyckt om att göra tidigare, värk som tar över kroppen i leder eller i form av huvudvärk och migrän eller mage-tarmsbesvär. □□Kontaktar vi då en klassisk homeopat, som tar hänsyn till hela din sjukdomshistoria så kan man börja "skala löken" och till sist komma åt allt som är samlat i kroppen och cellerna.

