

20 sources de douleur dans le corps qui sont chacune directement liées à des états émotionnels spécifiques

Par Suzanne Meteyer

La douleur est une énergie, un ressenti, et une manifestation physique. La moindre douleur dans notre corps est liée à un état émotionnel particulier, et vient nous alerter sur ce qui ne va pas dans nos vies. Une fois que nous intégrons ces leçons, la douleur disparaît.



Le corps est particulièrement transparent quand il s'agit de la douleur. Les expériences de votre vie se manifestent directement dans votre corps et lorsque vous rencontrez un stress émotionnel, votre corps vous montre exactement quel est le problème. La seule chose que vous devez faire, c'est savoir décoder la douleur lorsqu'elle se manifeste :

1. **La douleur dans les muscles** représente la flexibilité dont nous faisons preuve dans la vie quotidienne. Cela révèle si nous sommes assez souples dans nos relations au travail, à la maison ou envers nous-mêmes. Laissez-vous donc porter pour que la douleur s'estompe.

- 2. La douleur au niveau de la tête :** les maux de tête limitent la prise de décision. Les migraines surviennent lorsque nous connaissons la décision à prendre et que nous ne la prenons pas. Assurez-vous de prendre du temps chaque jour pour vous détendre. Faites quelque chose qui va soulager cette tension.
- 3. La douleur dans le cou** indique que vous avez des difficultés à pardonner les autres ou vous-même. Si vous sentez une douleur au cou, pensez aux choses que vous aimez chez vous ou chez les autres. Travaillez consciemment sur le pardon.
- 4. La douleur dans les gencives :** comme pour le cou, la douleur dans les gencives est liée aux décisions que vous ne prenez pas ou auxquelles vous ne vous tenez pas. Soyez clair dans vos objectifs, et foncez !
- 5. La douleur aux épaules** peut indiquer que vous traînez un fardeau émotionnel, d'où l'expression « avoir les épaules larges ». Focalisez-vous sur les problèmes que vous êtes seul à pouvoir résoudre et n'hésitez pas à déléguer à votre entourage dès que possible.
- 6. La douleur à l'estomac** survient lorsque vous n'avez pas digéré, au sens figuré, quelque chose de négatif. Le sentiment de ne pas être respecté provoque une sensation de trou dans l'estomac, et un certain chagrin.
- 7. La douleur dans le haut du dos** indique que vous manquez de soutien affectif. Vous pourriez vous sentir mal aimé. Si vous êtes célibataire, il serait peut-être temps de rencontrer quelqu'un.
- 8. La douleur dans le bas du dos.** La lombalgie peut signifier que vous vous souciez trop de l'argent ou que vous êtes en manque d'affection. Ce peut être l'occasion de demander une augmentation de salaire, ou envisager un conseiller financier pour vous apprendre à mieux gérer votre argent !
- 9. La douleur au sacrum et au coccyx.** Vous pourriez être assis sur un problème qui doit être résolu...

- 10. La douleur dans les coudes** a beaucoup à voir avec la résistance aux changements dans votre vie. Si vos bras sont raides, cela peut signifier que vous êtes trop raide dans votre rapport aux choses. Il est peut-être temps d'oser faire bouger les choses ou du moins, de vous laisser aller !
- 11. La douleur dans les bras.** Vous portez quelque chose ou quelqu'un comme un fardeau émotionnel. Il est peut-être temps de vous demander si cela en vaut vraiment la peine...
- 12. La douleur dans les mains.** Les mains symbolisent le lien aux autres, le fait de se connecter. Si vous ressentez une douleur à la main, cela peut signifier que vous ne tendez pas assez la main aux autres. Essayez de vous faire de nouveaux amis, rétablissez la connexion !
- 13. La douleur dans les hanches.** Des hanches douloureuses pourraient signifier que vous êtes trop résistant aux changements. Vous avez tendance à ériger les mises en garde en véritables obstacles à la prise de décision. Si vous réfléchissez sur quelques grandes idées, il est temps de trancher.

14. La douleur dans les articulations en général. Tout comme pour les muscles, les douleurs dans les articulations représentent la flexibilité. Soyez ouvert à de nouvelles façons de penser, aux leçons et expériences de la vie.

15. La douleur aux genoux. Le genou, qui peut s'entendre « je-nous », symbolise notre relation à l'autre, soumise, agressive ou équilibrée. Le mal de genou indique une difficulté à plier, à accepter les choses telles qu'elles sont. La tension peut être liée au monde extérieur comme à soi-même. L'intérieur du genou renvoie à la communauté, au travail, aux amis ; l'extérieur du genou est lié aux problèmes personnels. Souvenez-vous : vous n'êtes qu'un humain, un simple mortel. Ne laissez pas votre ego dominer votre vie. Faire du bénévolat peut s'avérer bénéfique.

16. La douleur aux dents exprime le fait que vous n'aimez pas votre situation. À ressasser constamment ce dégoût, cela affecte vos émotions au quotidien. Rappelez-vous que les expériences passent plus vite lorsque vous focalisez sur leurs aspects positifs.

17. La douleur dans les chevilles montre que vous ne vous accordez pas de droit au plaisir. Il est peut-être temps de devenir plus indulgent envers vous-même. Essayez de pimenter votre vie amoureuse.

18. Une douleur qui fatigue. Éprouver de l'ennui, faire de la résistance, ne pas se donner les moyens d'aller de l'avant. Écoutez cette petite voix qui se demande « quelle est la prochaine étape ? » et vous pousse vers une nouvelle expérience.

19. La douleur aux pieds. Lorsque vous êtes déprimé, vous pouvez ressentir une certaine douleur aux pieds. Trop de négativité peut se manifester sous vos pieds. Appréciez les petits plaisirs de la vie. Adoptez un animal de compagnie ou trouvez-vous un nouveau loisir, une nouvelle passion. Cherchez la joie.

20. Une douleur inexplicée dans différentes parties du corps. La structure cellulaire du corps est en renouvellement constant et durant ce processus, on se purge des énergies négatives. Le système immunitaire et tous les systèmes dans le corps s'en retrouvent affaiblis. Ainsi, alors que le corps fait mal et peut sembler dans un état de maladie, il est en réalité dans un état de compensation. Pas de panique,