



Your Calling

JE BENT MEER DAN JE DENKT

Zijn organen en emoties met elkaar verbonden?

Emoties zijn lichaamswijsheden.

Onze emoties voelen niet alleen in de geest.

Onze emoties bewonen letterlijk ons lichaam .

En specifieke emoties verbinden zich met specifieke delen van het lichaam.

Longen, huid, dikke darm - verdriet, moed

Volgens traditionele medische systemen worden verdriet en verdriet gevoeld in de longen, huid en dikke darm .

Verdriet put je lichaam van energie uit en kan pijn op de borst, benauwdheid en kortademigheid veroorzaken. De longen zijn verantwoordelijk voor het beheersen van je poriën. Daarom kunnen huidproblemen zoals droogheid en gevoeligheid het gevolg zijn van longproblemen.

Maar positieve emoties, zoals trots en moed, worden ook in de longen gevoeld.

Alles wat je voelt vertaalt zich naar een bepaald proces in het lichaam.

Deze holistische benadering is erg populair in de traditionele Chinese geneeskunde (**TCM**), die ons de eerste organen en emoties opleverde .

Terwijl de traditionele grafiek van organen en emoties nu duizenden jaren oud is, hebben veel van de huidige onderzoekers bewezen dat bepaalde delen van je lichaam verbonden zijn met je emoties.



Your Calling

JE BENT MEER DAN JE DENKT

Nier, oren, blaas – angst

Deze organen zijn de eersten die reageren op angst. Zodra je het voelt, wordt je vecht- of vluchtreactie geactiveerd en adrenaline overspoelt je lichaam. De bijnieren zijn verantwoordelijk voor het omgaan met deze fysiologische reactie.

En heb je ooit het gevoel gehad dat je je blaas gaat legen in een staat van angst? Dit komt omdat angst de blaas ontspant.

Lever, ogen, galblaas - woede, vrijgevigheid

Gevoelens van woede en woede beïnvloeden uw lever en reizen omhoog naar uw hoofd. Dit kan migraine, duizeligheid, onduidelijkheid en vele andere sterke lichamelijke sensaties veroorzaken.

Melancholische emoties zoals zorgen of peinen hebben ook invloed op je lever, maar op een andere manier. Deze zijn vaak minder krachtig, maar gaan langer mee en kunnen spijsverteringsproblemen en problemen met uw galblaas veroorzaken.

De belangrijkste positieve emoties die verband houden met deze organen zijn vrijgevigheid en vriendelijkheid. Dit is de reden waarom mensen zeggen dat je vaak kunt zien dat iemand een aardig persoon is door simpelweg in hun ogen te kijken.

Hart, dunne darm – ongeduld, liefde

Als een van de vitale organen in je lichaam, reageert je hart op sterke emoties van haat of ongeduld. Deze emoties kunnen leiden tot hartkloppingen, hersenmist, slapeloosheid en vele andere onaangename sensaties en aandoeningen.

Het hart is ook verantwoordelijk voor liefde en geluk. Aangezien het hart een universeel symbool van liefde is, komt deze verbinding misschien niet als een verrassing.



Your Calling

JE BENT MEER DAN JE DENKT

Milt, maag, pancreas - angst, vertrouwen

Het "onderbuikgevoel" waar veel mensen in geloven, is heel reëel. Er is een sterke verbinding tussen je darmen en hersenen, dus het is geen verrassing dat het wordt beïnvloed door sterke emoties.

Angst wordt gevoeld in de milt, maag en pancreas.

Overmatige zorgen kunnen veel spijsverteringsproblemen veroorzaken en een negatieve invloed hebben op uw algehele kwaliteit van leven.

Mensen met emotionele stoornissen zijn meer vatbaar voor constipatie, spastische dikke darm en prikkelbare darm syndroom.

Maar aan de andere kant worden in deze organen veel positieve emoties gevoeld, waaronder vertrouwen, openheid en kwetsbaarheid.

Waarom is dit belangrijk?

Begrijpen dat lichaam en geest met elkaar verbonden zijn, is cruciaal voor de algehele gezondheid. Door positieve veranderingen in levensstijl aan te brengen, zoals een gezond dieet en regelmatige lichaamsbeweging, ondersteun je zowel je fysieke als mentale gezondheid. Ook innerlijke rust zoeken. Voor de een is dit mediteren, de ander luisteren naar muziek of lezen.