

Durante esta clase:



"A menudo se ha dicho, que a fin de descubrir cosas, uno debe ser ignorante. Es mejor no saber nada, que tener ciertas ideas fijas en la mente, que se basan en teorías que uno intenta constantemente confirmar.

Un descubrimiento es por lo general una conexión inesperada, que no está incluida en alguna teoría. Un descubrimiento rara vez es lógico y, a menudo va en contra de las concepciones de moda".

–Claude Bernard

(Biólogo, Medico y Fisiólogo francés)

MASAJE

PARA ALIVIO DE TENSION Y ANSIEDAD, EFECTO CALMANTE.

Coloque sus manos en forma de copa y coloque su mano izquierda en la oreja izquierda y la mano derecha en la oreja derecha. Cierre los ojos y deje caer los hombros.

Mueva suavemente sus manos en un movimiento circular suave y de masaje a la zona externa de los oídos con las palmas.

Continúe por lo menos durante un minuto y luego repita en la dirección opuesta. Esto le ayuda a desconectar del mundo exterior, relajarse y liberar cualquier tensión acumulada y la ansiedad.

Posteriormente, frote las dos manos para generar calor. Cubra sus orejas con las palmas calientes y ahuecadas, palma izquierda sobre la oreja izquierda y derecha sobre la oreja derecha.

Mantenga la posición durante unos 30 segundos, luego repita. Siente la energía caliente, respire profunda y lentamente y relajese.



CONOCIENDO LA OREJA

PARTES DE LA OREJA



•Una oreja sana, interna y externamente, muestra un flujo saludable de Qi. *Sólo el más puro Qi es ofrecido a la oreja con el fin de alcanzar la iluminación y la longevidad, que es evidente en la oreja.*



Acu  systems®
Aprendizaje y Bienestar



¿Qué es Qi o Energía?

Acu  *systems*®
Aprendizaje y Bienestar

QI O CHI:

La energía de la vida, es la fuerza vital esencial que anima todas las formas de vida del universo. El Qi es invisible, silencioso, sin forma, pero lo impregna todo.

El Chi o energía vital, se manifiesta en el universo de distintas formas. Se manifiesta en la suma total de todas las energías del cosmos, incluyendo la gravedad, el magnetismo, la electricidad, la energía solar, las ondas de radio etc. El "Qi" o "Chi" es para el organismo viviente, lo que la electricidad es para cualquier aparato eléctrico, sin ella, es imposible que funcione.

氣

Acu systems®
Aprendizaje y Bienestar

Formas y fuentes de Qi (Energía Vital)

Qi congénito energía primordial (Yuan Qi, Qi original).

Es el estallido original de la energía pura, que se produce en el momento de la concepción e infunde la vida al feto que está en la matriz. Esta energía comienza a agotarse desde que nacemos, pero la podemos cultivar y tonificar por medio de una buena alimentación, una correcta respiración, una vida sexual regulada y actividad física equilibrada.

Qi absorbido del aire al respirar.

Qi absorbido de la tierra.

Esta energía es la que produce el cuerpo a partir del proceso digestivo y que se extrae de los alimentos y del agua. Cuando el Qi de la tierra, extraído de los alimentos y el agua, se une con el Qi del cielo, extraído del aire, ambos se mezclan en la corriente sanguínea para formar esa única variedad de energía vital que confiere vida al organismo.

Acu systems®
Aprendizaje y Bienestar

ENERGIA EN LA SALUD

En la MTC, la máxima mas destacada es: **“LA MISMA ENERGIA QUE CAUSA ENFERMEDAD, LA CURA”**. Esto significa que la enfermedad es solo una variante de la salud (misma energía) y no un estado separado de ella.

Los antiguos maestros observaron lo siguiente:

Cuando el **QI** se concentra se le llama **MATERIA**; cuando se esparce, se le llama **ESPACIO**. Cuando el **QI** se acumula se le llama **VIDA**; cuando el **QI** se separa se le llama **MUERTE**. Cuando el **QI** fluye en equilibrio en un ser vivo se le llama **SALUD**; y cuando el **QI** esta bloqueado se le llama **ENFERMEDAD**.

De acuerdo con esto, **así como la Enfermedad es una variable de la Salud , la Materia es simplemente una variable de la Energía y de igual forma, es intercambiable, tal como lo demuestra la formula de Einstein: $E=MC^2$ (Energía (E) es igual a su masa (m) multiplicada por la velocidad de la luz (c) al cuadrado).**

Esta ecuación nos dice que la masa y la energía son dos formas de una misma cosa. **Cumpliendo con una condición apropiada, la masa se puede convertir en energía y la energía se puede convertir en masa.**

A large, bold, black Chinese character representing Qi (氣). The character is written in a traditional, calligraphic style with thick strokes and a slight curve at the bottom right.



Energías Yin y Yang

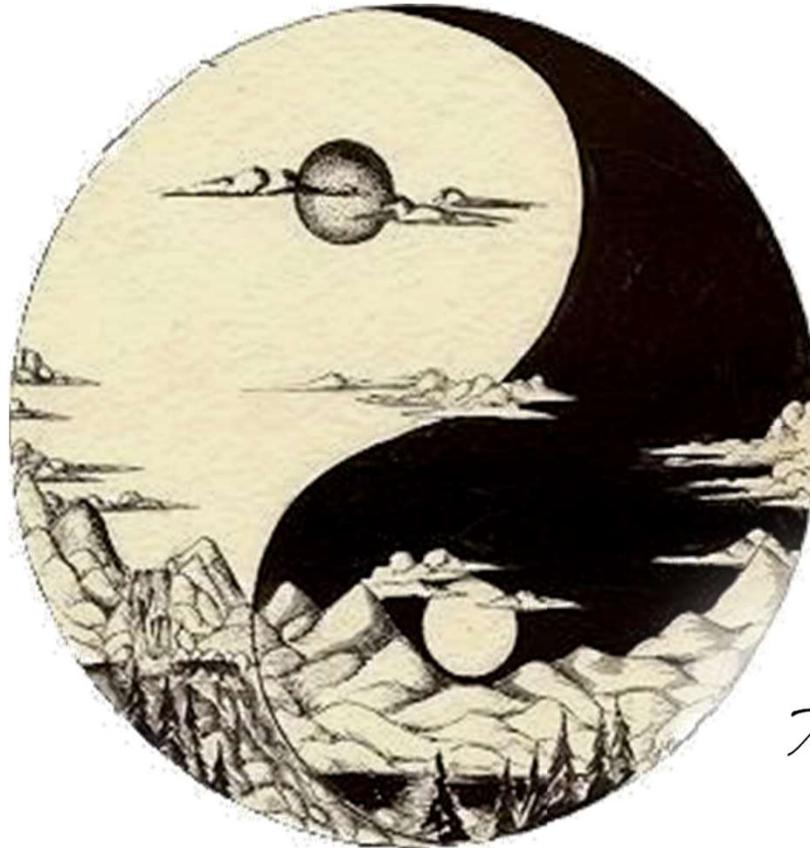
Acu  *systems*®
Aprendizaje y Bienestar

Yin y Yang, la maravillosa armonía de los opuestos.

Dos grandes fuerzas del universo opuestas, pero que han de mantenerse en perfecto equilibrio e igualdad de poder; juntos rigen todo en el reino de la manifestación.
Ambas fuerzas son independientes, opuestas y complementarias.

El Yin Yang simboliza todos los pares de la existencia, los polos complementarios de la naturaleza y son cualidades que existen en todas las cosas.

Yang era el nombre que se le daba a lado soleado de la montaña. Aquel más cálido, dirigido al Sur.



Yin, era el nombre del lado frío de la montaña, aquel que mira al Norte.

CARACTERÍSTICAS DEL YIN Y YANG

Son opuestos . Lo primero que podemos percibir al ver este símbolo es la diferencia entre sus dos partes, que representan los lados opuestos que existen en el todo.

Son interdependientes.

Necesitan estar juntos. Hay entre ellas perpetua acción y reacción recíproca, interdependencia y mutación. Por separado no existe el movimiento que genera el cambio, que produce.

Pueden subdividirse a su vez en yin y yang. Todo aspecto yin o yang puede subdividirse a su vez en yin y yang indefinidamente.

Se consumen y generan mutuamente.

El yin y el yang forman un equilibrio dinámico: cuando uno aumenta, el otro disminuye.

Al llegar a su punto máximo, pueden transformarse en sus opuestos. La noche se transforma en día, lo cálido en frío, la vida en muerte. Sin embargo, esta transformación es relativa también.

En el Yin hay Yang y en el Yang hay Yin. Podemos observar un punto blanco en el negro y negro en el blanco, que es esencial para el simbolismo, pues ambos contienen en sí, la semilla del opuesto, nada es completamente Yin o Yang.



Acu  *systems*®
Aprendizaje y Bienestar

PROPIEDADES YIN Y YANG



YIN	YANG
AGUA	FUEGO
MATERIA	ENERGIA
PRODUCE LA FORMA	PRODUCE ENERGIA
CRECE	GENERA
ADENTRO	AFUERA
DESCENSO	ASCENSO
CONTRACCION	EXPANSION

Para vivir en armonía es necesario aceptar y abrazar nuestra totalidad. Al igual que todo lo que existe en el universo, los seres humanos tenemos las dos polaridades: Yin y Yang. El rítmico y constante flujo de estas dos fuerzas mantienen al ser en buen estado de salud.

Como sociedad hemos polarizado nuestra dualidad como LUZ y OSCURIDAD, dando a la Oscuridad una cualidad negativa y viviendo con miedo de explorar lo que se oculta en ella, negando de nuestros sentimientos, pensamientos y emociones “negativos” y creando así una neurosis colectiva donde nadie acepta lo que llega a sentir o incluso a desear, por esto considerarse colectivamente “malo”, dando origen así, al desequilibrio que conocemos como ENFERMEDAD.

Cuando aceptamos ambas partes, que nos hacen divinamente humanos, entramos en un proceso de despolarización, armonía y sanación. Necesitamos ambas partes para vivir con equilibrio, como Carl Jung pregunto: «*¿Que deseas ser: bueno o completo?*»

Todos nuestros sentimientos, emociones y cualidades (llámense positivas o negativas) son importantes. Cuando perseguimos la supuesta bondad sin advertir la importante fuerza de lo que consideramos “negativo o malo” terminamos siendo “buenudos”, ingenuos y temerosos de lo que se oculta en nosotros y finalmente, víctimas de lo que tememos.

Necesitamos comprender y confiar en que finalmente aunque eso forma parte de nosotros, siempre podemos elegir cuando usar uno u otro o como combinar ambas partes. Finalmente ese es nuestro gran don, nuestro LIBRE ALBEDRÍO, la capacidad de ELEGIR y DECIDIR quienes queremos SER.



Lo que niegas te somete .
Lo que aceptas te transforma.

Carl Gustav Jung



Acu systems®
Aprendizaje y Bienestar



“¿Qué es, en realidad, el hombre?
Es el ser que siempre decide lo que es.
Es el ser que ha inventado las cámaras de gas,
pero así mismo, es el ser que ha entrado en ellas con paso firme
y musitando una oración.”

El hombre en busca del sentido
Viktor Frankl



YIN Y YANG EN LA SALUD

El cuerpo humano es un microcosmos que reproduce en pequeño las leyes naturales del universo. El Yin y el Yang son aspectos opuestos entre sí, pero que depende el uno del otro para existir. Las enfermedades surgen cuando una de las dos fuerzas es mucho mayor que la otra, impidiendo que la segunda se desarrolle para equilibrarse con la primera. Cuando una persona es demasiado "Yin" (frio, débil, pesado), o demasiado "Yang" (rojo, estridente, excesivo) entonces nuestros cuerpos se encuentran en un estado de desbalance y es cuando puede surgir la enfermedad. En la MTC el equilibrio entre el Yin y el Yang es muy importante, ya que de ello depende que una persona se mantenga sana o enferme. **El trabajo del terapeuta en MTC es ayudar al paciente a encontrar el equilibrio entre estas dos fuerzas.**

Aplicaciones del Yin y el Yang en la MTC:

- 1.-Para explicar la relación de la composición del cuerpo humano.
- 2.-Para explicar la relación de las funciones fisiológicas del cuerpo humano.
- 3.-Para explicar los cambios patológicos.
- 4.-Para diagnóstico.
- 5.-Para determinar el tratamiento.



Acu  *systems*®
Aprendizaje y Bienestar

COMO LEER EN LA OREJA

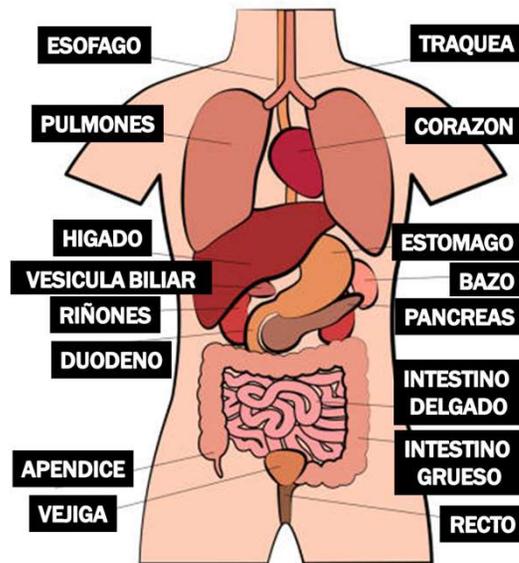
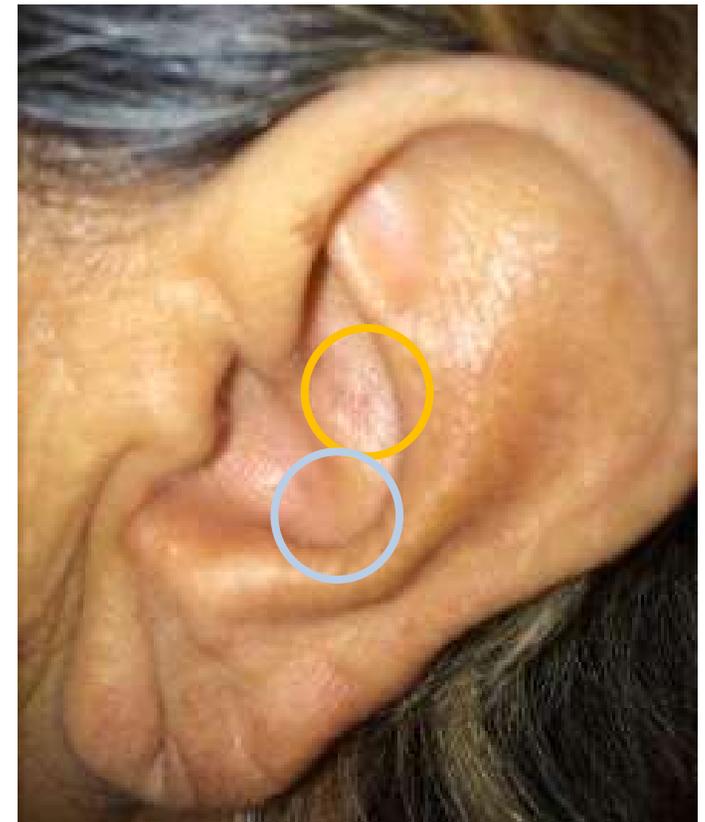


ASPECTOS FISICOS

Oreja Derecha: Lado Derecho

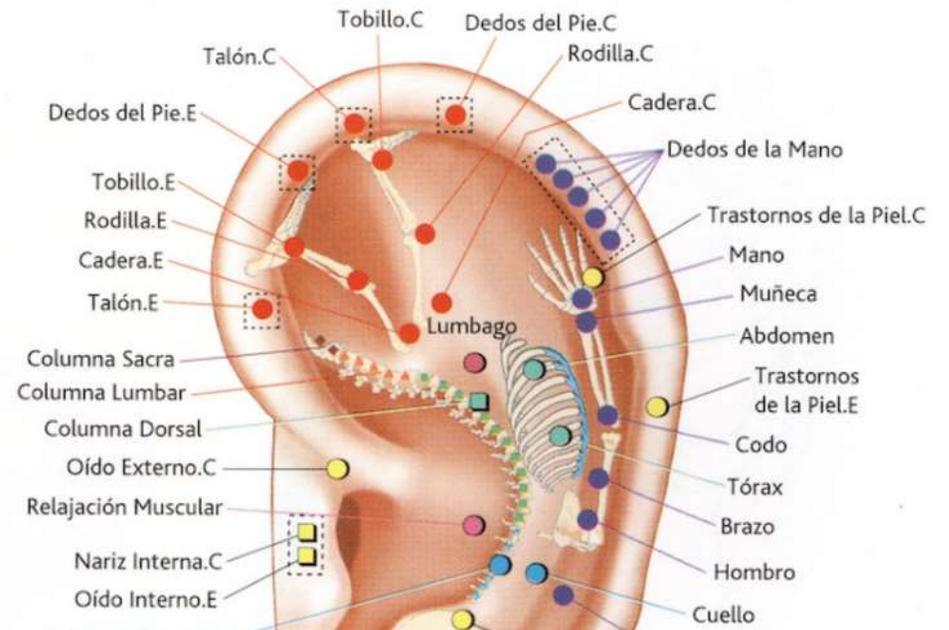


Oreja Izquierda: Lado Izquierdo





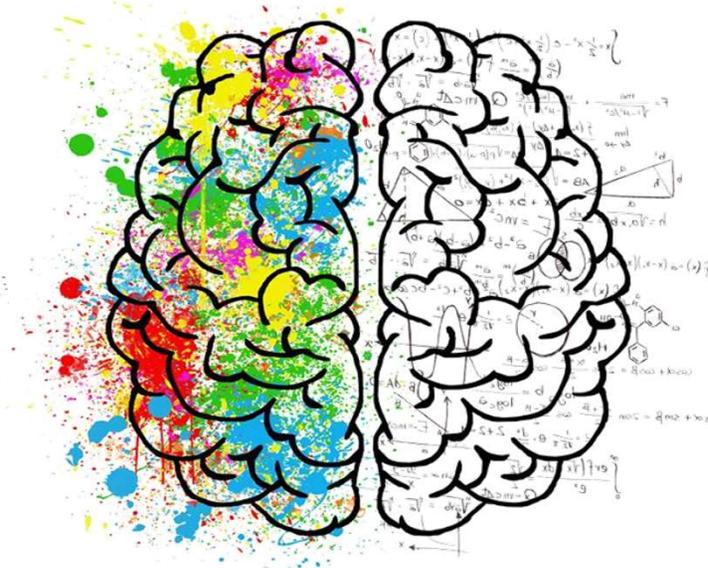
Puntos musculoesqueléticos



ASPECTOS ENERGETICOS Y EMOCIONALES

Oreja Derecha: Lado Derecho

Oreja Izquierda: Lado Izquierdo



Oreja Derecha: Lado Yin
Reflejo de lo relacionado
con Hemisferio Derecho

**FEMENINO
ARTISTICO
EMOCIONAL
SENSITIVO**

Oreja Izquierda: Lado Yang
**Reflejo de lo relacionado
con Hemisferio Izquierdo:**

**MASCULINO
MATEMATICO
RACIONAL
REFLEXIVO**



Acu  *systems*[®]
Aprendizaje y Bienestar



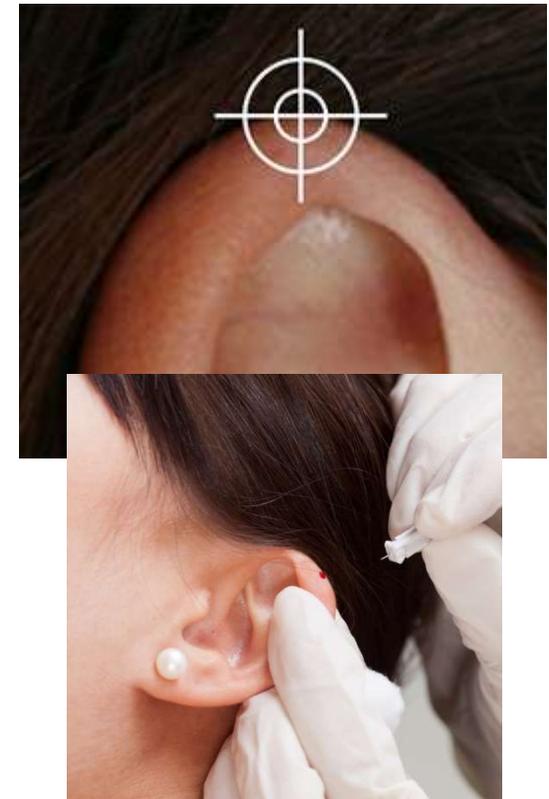
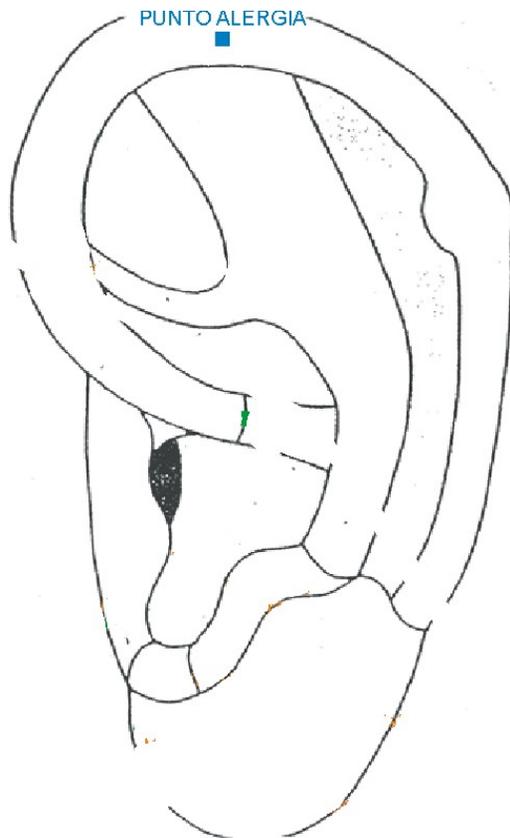
PUNTOS MAESTROS

- **PUNTO ALERGIA**
- **SHEN MEN**
- **PUNTO AUTONOMO SIMPATICO**
- **PUNTO CERO**
- **PUNTO MAESTRO OSCILACION**
- **PUNTO TALAMO**
- **PUNTO TRANQUILIZADOR**
- **PUNTO ENDOCRINO**
- **PUNTO MAESTRO CEREBRAL**
- **PUNTO MAESTRO SENSORIAL**

Acu  *systems*®
Aprendizaje y Bienestar

PUNTO ALERGIA

Este punto maestro lleva a una reducción general de las reacciones inflamatorias relacionadas con las alergias, la artritis reumatoide y el asma. Se utiliza para la eliminación de sustancias tóxicas, la excreción de desechos metabólicos, y el tratamiento de shock anafiláctico. En la medicina oriental, la superficie superior del punto de la alergia se pincha con una aguja (sangría) para reducir el exceso de Qi o disminuir la presión arterial, al pincharse directamente disminuye las reacciones alérgicas.

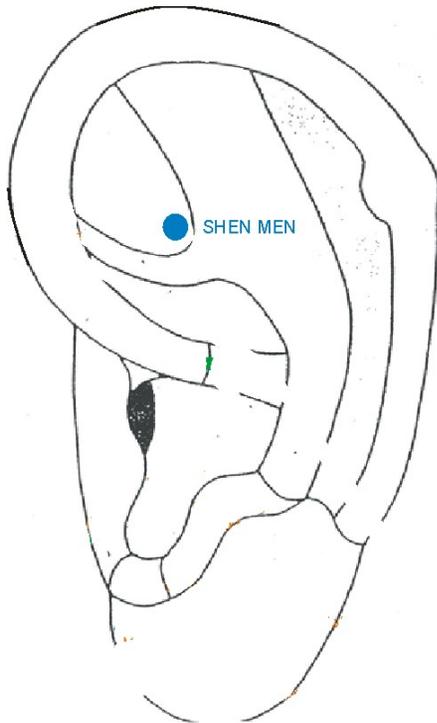


PUNTO SHEN MEN (LA PUERTA DEL ESPIRITU)

Tiene la propiedad de "abrir" la mente, calmándola y liberándola, permitiendo una conexión armoniosa con el espíritu esencial. Este punto proporciona alivio al estrés, dolor, tensión, ansiedad, depresión, insomnio, inquietud y sensibilidad excesiva.

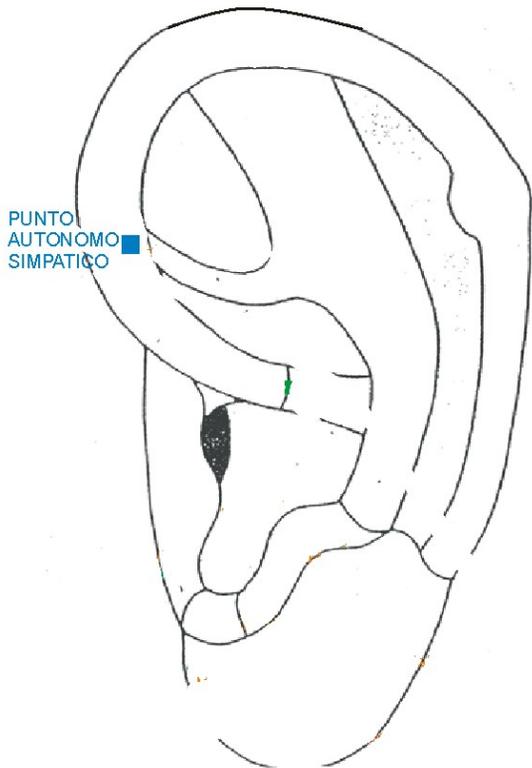
Se usa en casi todos los planes de tratamiento con Acupuntura Auricular. Es uno de los puntos más útiles en el tratamiento de adicciones (Drogas, Alcohol y otras sustancias). También se usa para reducir la Tos, la Fiebre, en casos de Epilepsia e Hipertensión.

Cuando se dificulta encontrar puntos activos, la estimulación del **Shen Men** aumenta la reactividad de otros puntos auriculares, haciendo que se detecten con mayor facilidad.



PUNTO AUTONOMO SIMPATICO

Balanea la activación del sistema nervioso simpático con la sedación del parasimpático. Este punto es esencial para inducir efectos de sedación durante la acupuntura y en el diagnóstico de dolor visceral. Mejora la circulación sanguínea, facilitando la vasodilatación, corrige los latidos del corazón, irregulares o rápidos. Reduce el dolor de pecho, da alivio en la enfermedad de Raynaud, reduce el dolor visceral, calma los espasmos musculares, y reduce el desequilibrio neuro vegetativo. También se utiliza para el tratamiento de cálculos renales, cálculos biliares, úlceras gástricas, distensión abdominal, asma y disfunciones del sistema nervioso autónomo.



LOS SISTEMAS SIMPÁTICO Y PARASIMPATICO

El Sistema Simpático nos prepara para la acción. Las conductas de lucha y de huida están mediadas por el sistema simpático. Aumenta la frecuencia de latidos del corazón, dilata los bronquios y las pupilas. Estimula las glándulas suprarrenales. La sudoración excesiva en manos, axilas o cara se relaciona con una hiper estimulación del sistema simpático. El sistema simpático nos ayuda a sentir las sensaciones de frío o calor. **Este sistema puede verse afectado por enfermedades como el Parkinson y otras dolencias que causan daños en el sistema de trasmisión de los nervios simpáticos.**

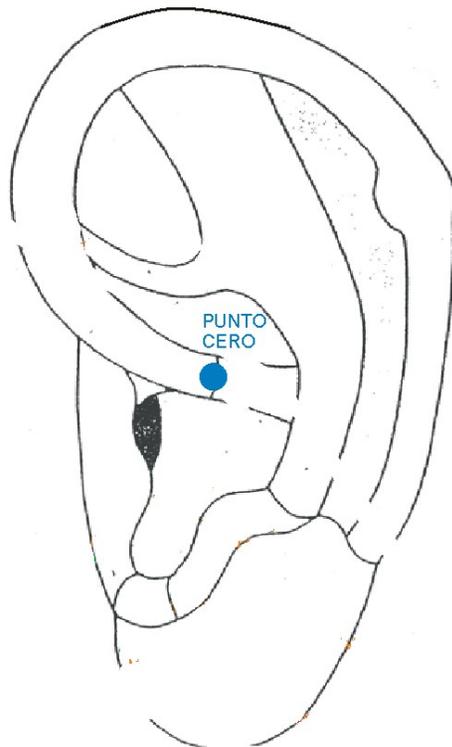
El Sistema Parasimpático es responsable de la regulación de órganos internos del descanso de la digestión y las actividades que ocurren cuando el cuerpo está en reposo como el sueño.

Ambos sistemas funcionan en oposición natural y forman parte complementaria del Sistema Nervioso Autónomo. El sistema simpático sería tal como la policía, que procura una respuesta rápida. Mientras que el sistema parasimpático sería como el sistema judicial con acciones que no requieren una respuesta inmediata.



PUNTO CERO (CENTRO DE LA OREJA)

Este punto principal es el centro geométrico y fisiológico de todo el pabellón auricular. Trae todo el cuerpo hacia la homeostasis, produciendo un equilibrio de la energía, las hormonas y la actividad cerebral. Es compatible con las acciones de otros puntos auriculares y devuelve el cuerpo al estado ideal que estaba presente en el útero. En el mapa auricular, el punto Cero se encuentra en la posición en la que el cordón umbilical se encontraría basándonos en el patrón feto invertido, que se encuentra reflejado en la oreja. Al ser el punto del plexo solar, sirve como un “cerebro autónomo” que controla las vísceras a través de los ganglios nerviosos del sistema nervioso periférico.



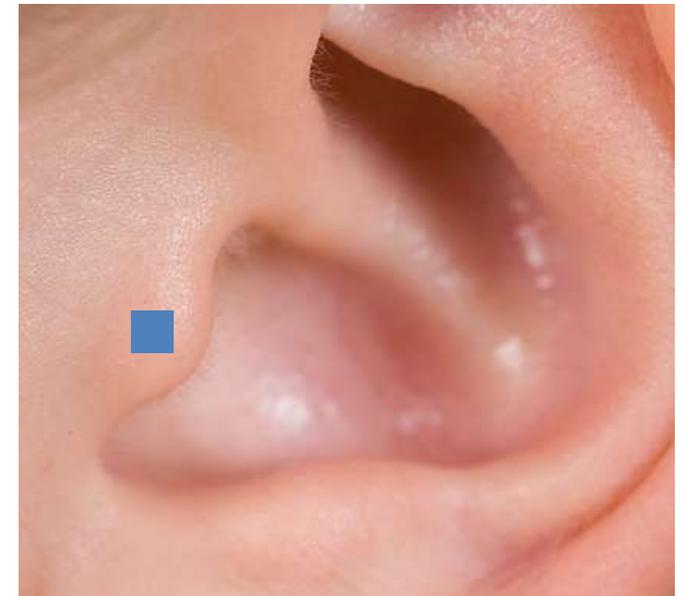
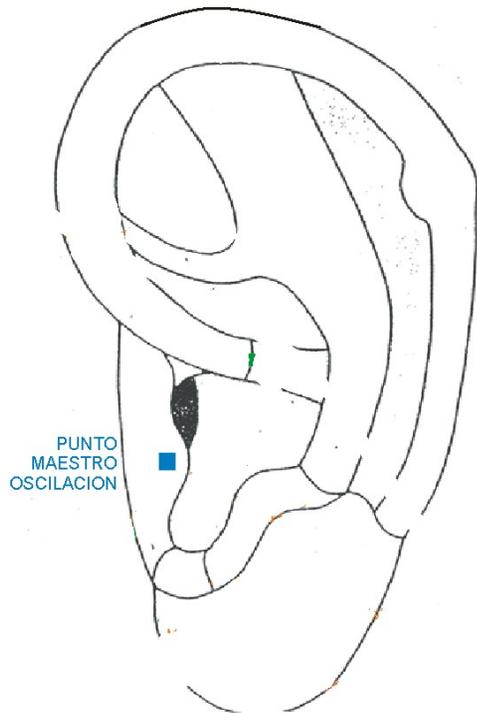
PUNTO CERO (CORDON UMBILICAL)

Este punto también trabaja sobre la conexión Madre- Hijo, las ligas emocionales y de dependencia con los padres.



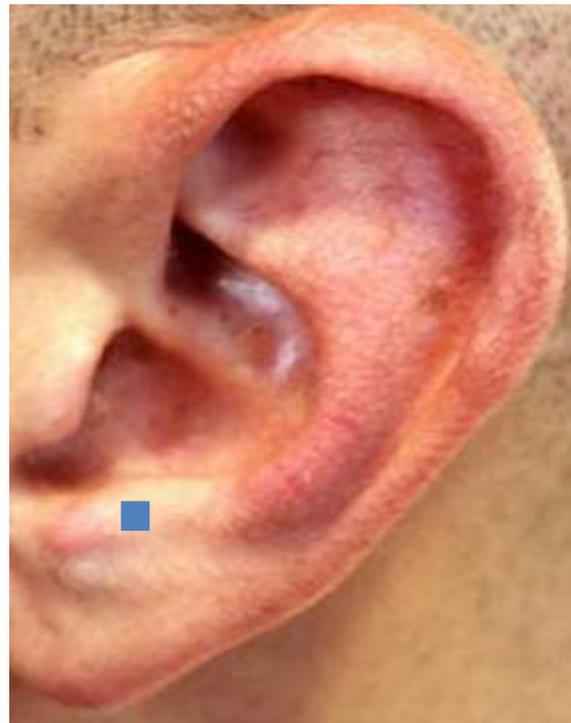
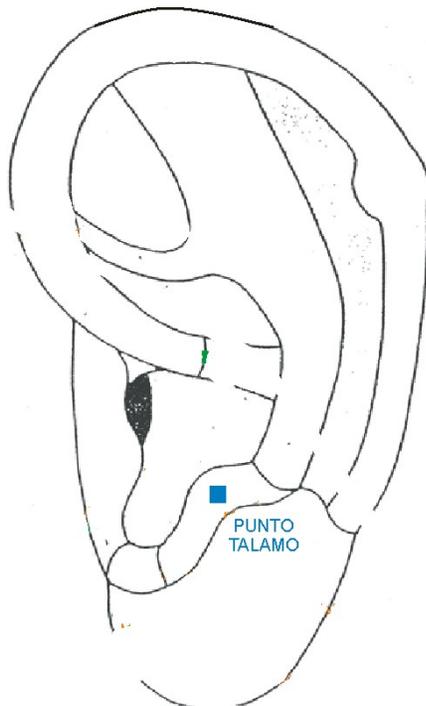
PUNTO MAESTRO OSCILACIÓN (PUNTO DE LATERALIDAD)

Este punto maestro ayuda al balance de los hemisferios cerebrales izquierdo y derecho. Anatómicamente representa el cuerpo calloso y la comisura anterior. Este punto se encuentra activo en personas zurdas o ambidiestras que a menudo presentan dificultades de aprendizaje, concentración, dislexia, problemas ortográficos, tartamudez, etc. Aunque cabe mencionar que las personas zurdas o ambidiestras no son las únicas que pueden presentar problemas de lateralidad, esto también le puede suceder a personas expuestas a mucho estrés. Las personas que tienen reacciones inusuales o hipersensibles a medicamentos recetados o problemas autoinmunes a menudo necesitan ser tratados para la oscilación.



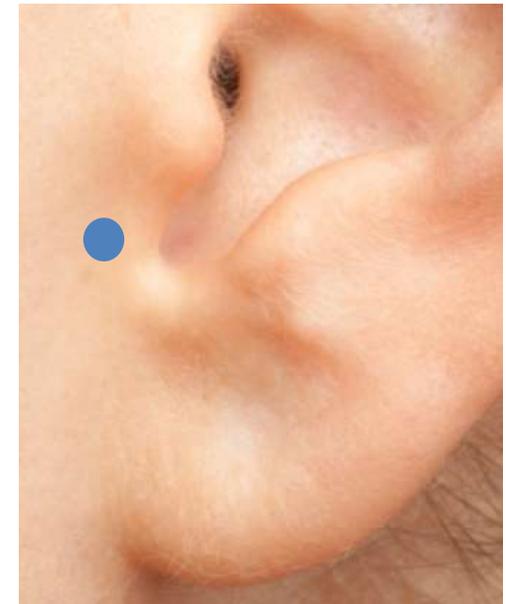
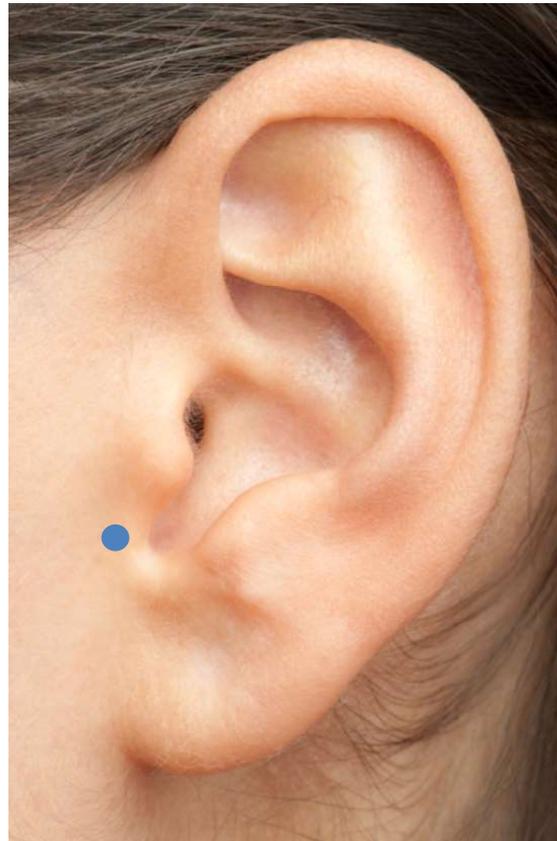
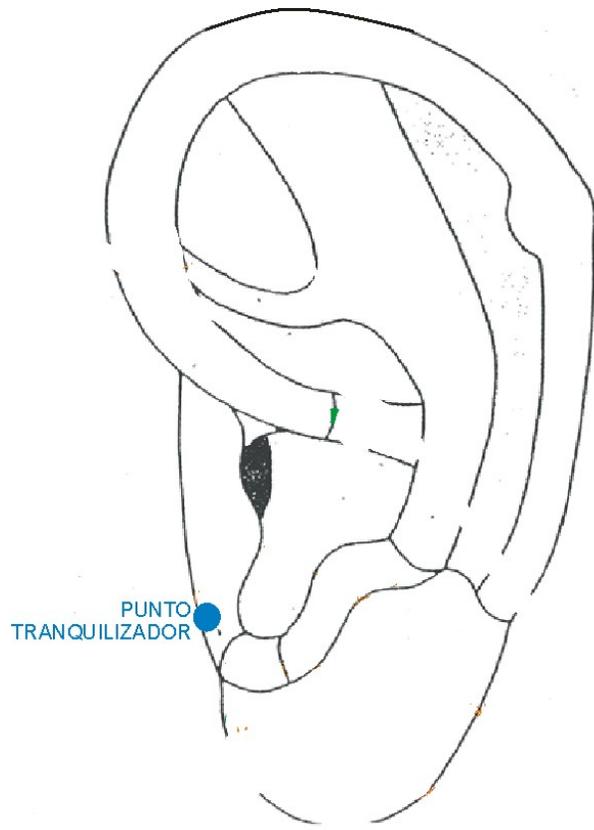
PUNTO TALAMO

Influye sobre el tálamo y el hipotálamo. Las funciones del tálamo incluyen el reconocimiento consciente de las sensaciones críticas del dolor, temperatura y tacto. El tálamo es el nivel más elevado del sistema de la puerta de control espinal y, por ello, es utilizado para la mayoría de trastornos dolorosos crónicos y agudos y, frecuentemente, para la analgesia acupuntural. También reduce la neurastenia, la ansiedad, la depresión, la esquizofrenia, la sobreexcitación, sudoración, hinchazón, golpes, náuseas, gastritis, hipertensión, trastornos coronarios, vómitos, diarrea, estreñimiento, trastornos del hígado y la vesícula biliar. En la MTC, el Punto Tálamo tonifica el cerebro y calma la mente. Los puntos: Tálamo, Shen men y Pulmón, son utilizados para la desintoxicación de drogas.



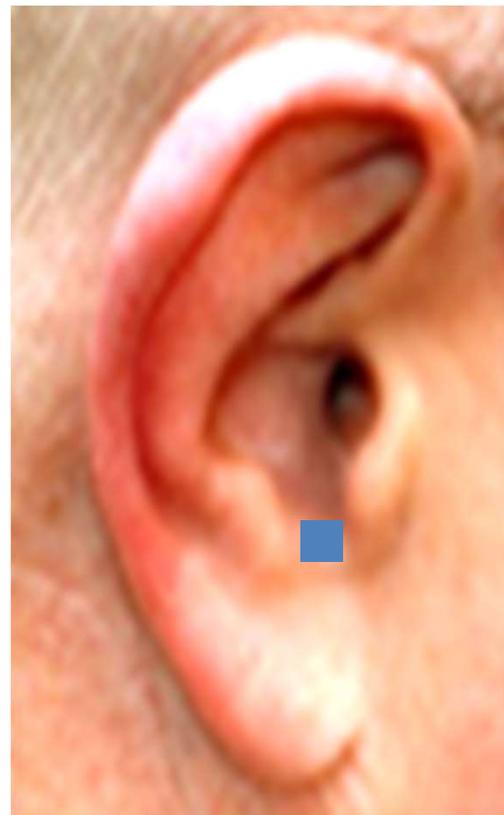
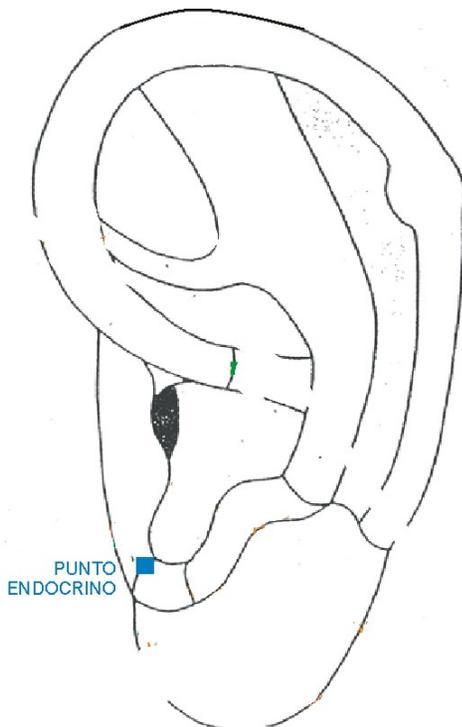
PUNTO TRANQUILIZADOR (PUNTO ANALOGO AL VALIUM O PUNTO PARA HIPERTENSION)

Este punto maestro produce un efecto sedante, facilitando la relajación general y el alivio de la ansiedad generalizada. También reduce la presión arterial alta y el estrés crónico.



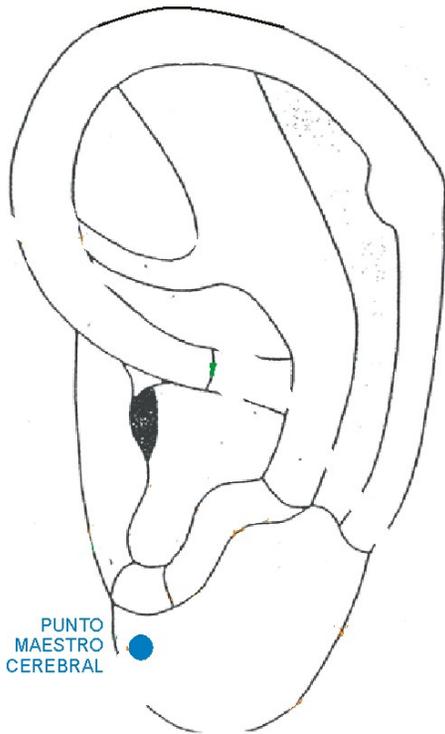
PUNTO ENDOCRINO (SECRECIÓN INTERNA, GLÁNDULA PITUITARIA)

Este punto maestro estimula el balance homeostático de las hormonas endocrinas. Activa la glándula Pituitaria. La Pituitaria es la glándula maestra que controla todas las demás glándulas endocrinas. Alivia la hipersensibilidad, el reumatismo, hipertiroidismo, diabetes mellitus, menstruación irregular, la disfunción sexual y trastornos urogenitales. Tiene acción anti-alérgica, anti-reumática, y efectos anti-inflamatorios. En los tratamientos de la MTC, se utiliza este punto para reducir la humedad y aliviar la hinchazón y el edema.



PUNTO MAESTRO CEREBRAL (NERVIOSISMO, NEURASTENIA, PREOCUPACION)

Este punto principal representa el lóbulo pre frontal del cerebro, la parte de la corteza cerebral que toma decisiones e inicia una acción consciente. La estimulación de este punto auricular disminuye la ansiedad nerviosa, miedo, preocupación, cansancio, sueño perturbado, mala memoria, trastornos obsesivo-compulsivos, trastornos psicósomáticos, y el pensamiento pesimista negativo que a menudo acompaña a problemas de dolor crónico.



PUNTO MAESTRO SENSORIAL (PUNTO OJO)

Este punto maestro controla las áreas de la corteza cerebral sensorial del lóbulo parietal, lóbulo temporal y del lóbulo occipital. Se utiliza para reducir cualquier sensación desagradable o excesiva, como parestesia táctil, zumbido en los oídos y visión borrosa.

