

Los Cinco Elementos

En esta clase aprenderemos las funciones principales desde el punto de vista de la MTC de cada uno de los Órganos FU, que son la parte YANG de los 5 Elementos. Conoceremos su influencia energética tanto en la parte Física como Emocional.

MADERA- VESÍCULA BILIAR

**FUEGO- INTESTINO DELGADO
Y TRIPLE CALENTADOR**

TIERRA- ESTOMAGO

METAL- INTESTINO GRUESO

AGUA- VEJIGA

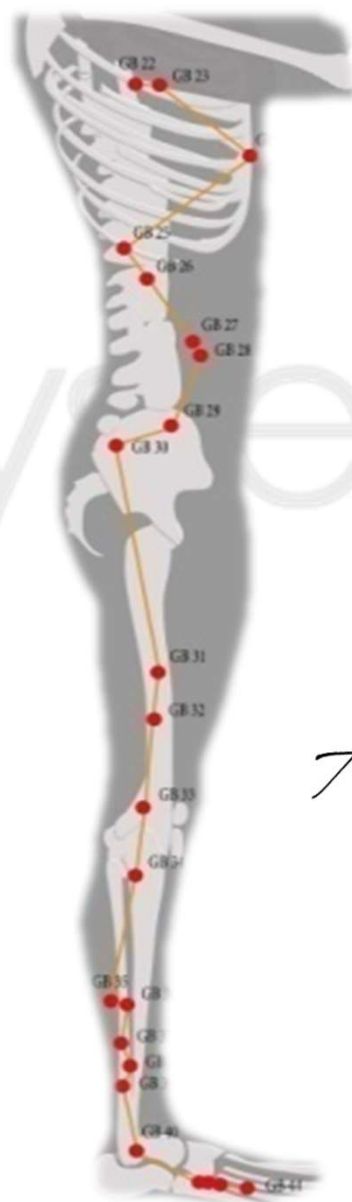
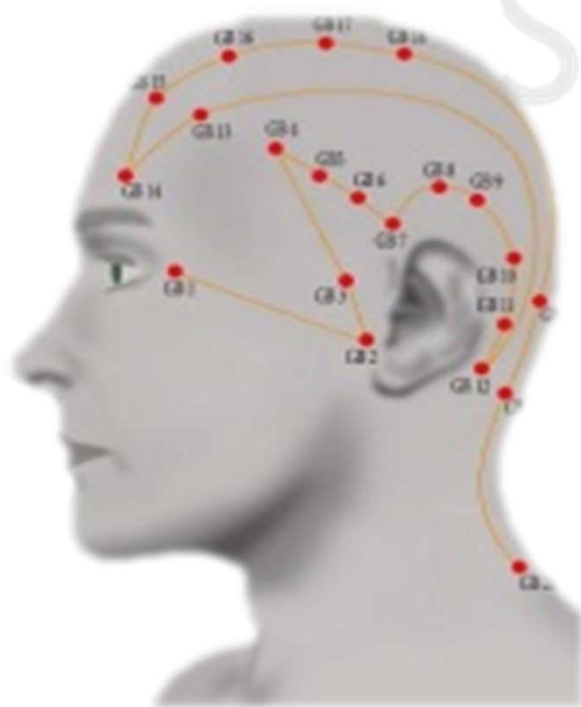


MADERA

VESICULA BILIAR



MERIDIANO VESICULA BILIAR



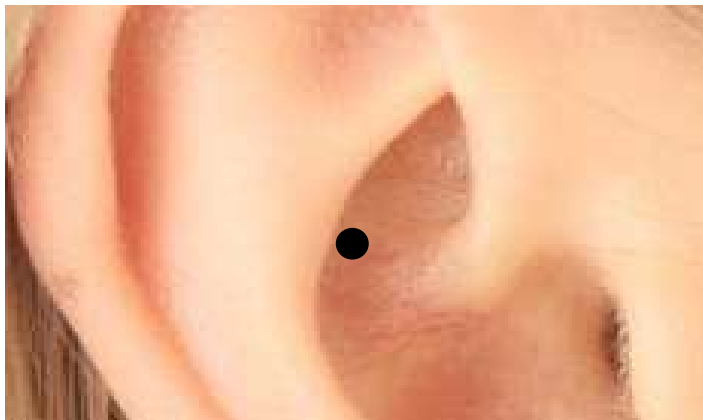
Acu  *systems*®
Aprendizaje y Bienestar

MADERA, VESÍCULA BILIAR



Funciones:

La Vesícula Biliar es el polo Yang del elemento Madera. **Almacena y segrega Bilis, protege el Sistema Nervioso de las sobre-reacciones, ayuda al equilibrio emocional.** Segrega los fluidos biliares puros y potentes necesarios para digerir y metabolizar las grasas y aceites, y su energía proporciona la fuerza muscular y la vitalidad. **Funciona con el sistema linfático para eliminar las toxinas segregadas por el metabolismo del sistema muscular, eliminando de esta manera los dolores musculares y la fatiga.** En la MTC, el dolor de cabeza de tensión común es relacionado al estancamiento en el meridiano de la Vesícula Biliar, que se extiende a lo largo de los hombros y la parte posterior del cuello hasta la parte superior de la cabeza y la frente.



Acu systems®
Aprendizaje y Bienestar

MADERA, VESICULA BILIAR



Emociones:

En la MTC, se le vincula su parte negativa con los celos, la envidia, la agresividad, el descontento y el resentimiento. De la misma forma en que la Vesícula Biliar almacena la bilis segregada por el Hígado, así mismo, almacena en forma de resentimiento la ira que generó el Hígado.

En su parte positiva, se le relaciona con la decisión, el valor, la audacia, la temeridad y el coraje. Se dice que “el Hígado es la madre de la astucia, pero la vesícula biliar es el padre de la decisión”. **El Hígado genera Ideas, pero es la Vesícula Biliar la que toma Decisiones.**

La Vesícula Biliar es responsable de tomar decisiones, formar juicios, así como proporcionar el coraje y la iniciativa. Este órgano se llama a veces el “Tribunal de Justicia” o “el Asesor del General”. Aunque los riñones controlan la voluntad, la Vesícula Biliar proporciona la capacidad para convertir esta voluntad en una acción decisiva.

La Vesícula Biliar tiene influencia en la calidad y duración del sueño. Si su energía es deficiente, la persona a menudo se despierta de repente, muy temprano en la mañana, y no puede conciliar el sueño de nuevo. De quienes son tímidos, indecisos, y fácilmente se desalientan con un poco de adversidad, se dice que tienen una débil Vesícula Biliar; por el contrario, se dice que quienes son decididos y determinados tienen una fuerte Vesícula Biliar.

•**Horario de mayor actividad:** De 11 P.M. a 1 A.M.

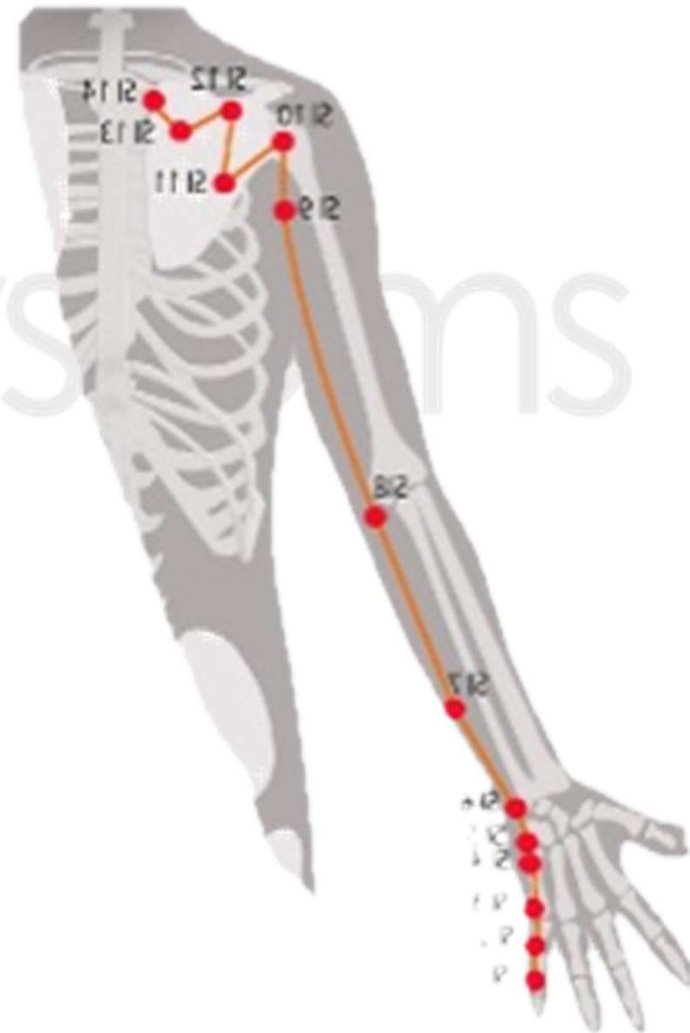
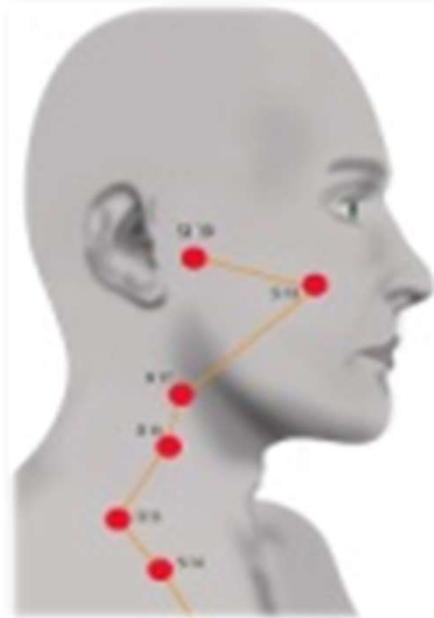
FUEGO

**INTESTINO DELGADO
Y TRIPLE CALENTADOR**



Acu  *systems*®
Aprendizaje y Bienestar

MERIDIANO DE INTESTINO DELGADO



FUEGO, INTESTINO DELGADO



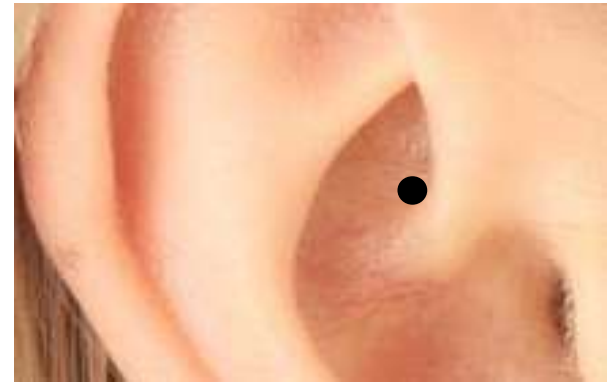
Funciones:

Se le conoce como “El Clasificador del Corazón”, es el responsable de **separar lo puro de lo impuro**. Lo “puro” (materia biológicamente utilizable) es transportado por la función Bazo/Páncreas a todo el organismo. Lo “turbio” es enviado al Intestino Grueso para ser eliminado, si es sólido. Y si fuese líquido, a la vejiga. **En su función YIN digiere y absorbe y en su función YANG elimina lo que no necesitamos.**

Emociones:

El Intestino Delgado influye en la claridad mental, en el buen juicio, y los poderes de discernimiento. La capacidad de distinguir las cuestiones pertinentes (**“separar lo puro de lo impuro”**) con claridad antes de tomar una decisión.

Horario de mayor actividad: De la 1 P.M. a 3 P.M.



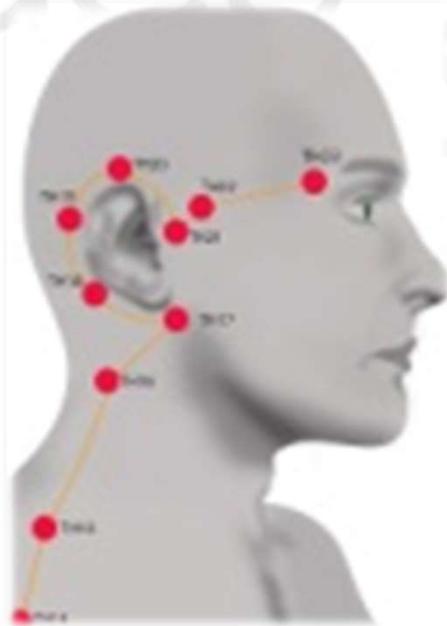
FUEGO

**INTESTINO DELGADO
Y TRIPLE CALENTADOR**



Acu  *systems*®
Aprendizaje y Bienestar

MERIDIANO DEL TRIPLE CALENTADOR



FUEGO, TRIPLE CALENTADOR (SAN JIAO)

Funciones:



Es conocido como el “Oficial del Balance y la Armonía”. Comanda y alimenta las tres grandes funciones que proporcionan calor y vida produciendo energía: Cardio-respiratorias, Digestivas y Génito-urinarias. No es un órgano autónomo, sino más bien un sistema funcional de energía involucrada en la regulación de las actividades de otros órganos. Se compone de tres partes, conocidas como "Calentadores", cada uno asociado a una de las tres cavidades principales del cuerpo: tórax, abdomen y pelvis. Un texto médico chino antiguo dice: **"El Calentador Superior controla la ingesta, el Calentador Medio controla la transformación y el Calentador Inferior controla la eliminación."**

El Calentador Superior, se extiende desde la base de la lengua hasta la entrada al estómago y controla la entrada de aire, los alimentos y los líquidos. Armoniza las funciones de corazón y pulmones, gobierna la respiración, y regula la distribución de la energía protectora a las superficies externas del cuerpo.

El Calentador Medio, se extiende desde la entrada del estómago hasta su salida en la válvula pilórica y controla la digestión mediante la armonización de las funciones del estómago, el bazo y el páncreas. Es responsable de la extracción de energía nutritiva de los alimentos y los líquidos y su distribución a través del sistema de meridianos a los pulmones y otras partes del cuerpo.

El Calentador Inferior, se extiende desde la válvula pilórica hasta el ano y el tracto urinario y es responsable separar lo puro de lo impuro en la digestión (la absorción de nutrientes, y la eliminación de residuos sólidos y líquidos). Armoniza las funciones del hígado, los riñones, la vejiga y los intestinos, delgado y grueso. Además, regula las funciones sexuales y reproductivas.

FUEGO, TRIPLE CALENTADOR (SAN JIAO)



Funciones (continuación)



Algunos investigadores médicos creen que el Triple Calentador se asocia físicamente con el Hipotálamo, la parte del cerebro que regula el apetito, la digestión, el equilibrio de líquidos, la temperatura corporal, el ritmo cardíaco, la presión arterial y otras funciones autónomas básicas.

Emociones:

A nivel psicológico, se pueden utilizar para mover el Qi y salir de una depresión derivada del estancamiento de Qi del Hígado. **Mantiene un balance de lo que sucede afuera y adentro de nosotros.** Cuando ha habido abuso o maltrato este meridiano se desequilibra. Las personas con desequilibrio en el meridiano del Triple Calentador, no saben que es lo que sienten o no lo pueden verbalizar. Cuando los tres calentadores se encuentran en equilibrio, la conciencia se vuelve estable y la intención de la mente es benévola y bondadosa. Si los deseos y los pensamientos de un individuo están en paz (sin culpa), entonces la energía de la esencia sexual (Jing) se extiende a los tres calentadores, y la sangre va a florecer dentro de los vasos sanguíneos. Cuando el "fuego del deseo" calienta y se combina con la energía del Triple Calentador, la energía de la esencia sexual del individuo se desbordará, mezclándose con la energía del Riñón y saldrá del cuerpo a través de los órganos y los tejidos reproductivos.

A nivel emocional, **el Calentador Superior**, está relacionado con nuestra capacidad de comunicarnos y protegernos de los demás.

El Calentador Medio nos refleja lo centrada que puede ser o estar una persona, su habilidad de lidiar con el estrés y la toxicidad, además de su capacidad de resiliencia.

El Calentador Inferior es quien se encarga de las bases y raíces de cada persona, su contacto con su origen (familiar, genética) y con la energía vital.

FUEGO, TRIPLE CALENTADOR (SAN JIAO)



Emociones (Continuación):

Horario de mayor actividad: El horario del Triple Calentador es de las 9 P.M. a 11 P.M

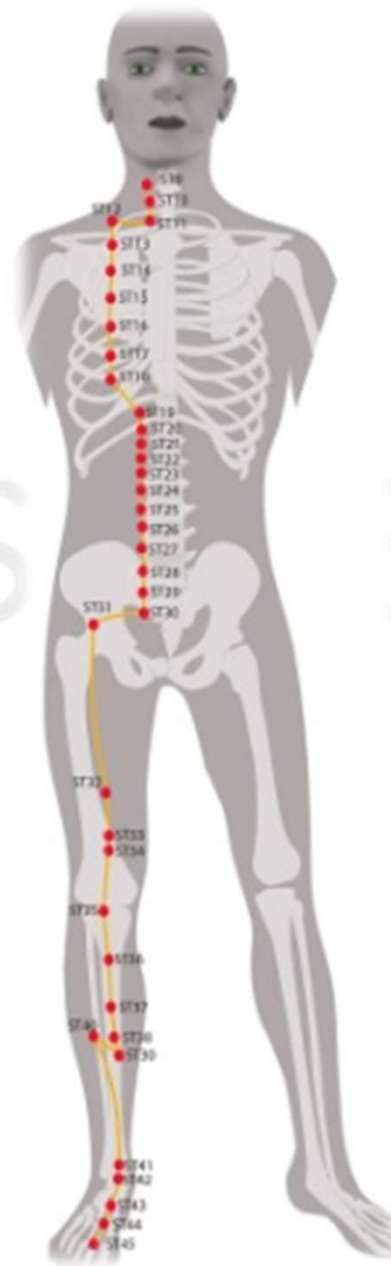
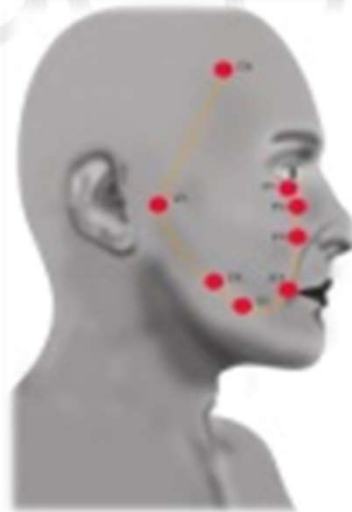
IMPORTANTE: SE DICE QUE, TRIPLE CALENTADOR ES LA VALVULA DE ESCAPE DEL HIGADO.



TIERRA
ESTOMAGO



MERIDIANO ESTOMAGO



Acu  *systems*®
Aprendizaje y Bienestar

TIERRA, *ESTOMAGO*

Funciones:



Tiene funciones de recepción, transformación y descenso de los alimentos. **Es el “taller” donde se produce la energía nutricia. Al estómago se le llama el “Ministro del Molino” o el "Mar de la Alimentación", ya que proporciona a todo el sistema de la energía obtenida de la digestión de alimentos y líquidos, por eso considerado como la 'Raíz de la Vida Postnatal'.**

El Estomago actúa como fuente de energía para los órganos y vísceras, es responsable de la extracción y el equilibrio de las Cinco Energías Elementales de los alimentos y líquidos ingeridos. Toda la energía vital de los alimentos y sus sabores pasan a través del Estomago donde son digeridos para ser distribuidos a cada órgano, cualquier desequilibrio en el Estómago, resultara en una deficiencia inmediata o desequilibrio en la energía nutritiva canalizada desde el Estomago hacia los demás órganos vitales.



TIERRA, *ESTOMAGO*

Emociones:



Para la MTC la energía del Estómago es sumamente importante, ya que considera que “cuando existe el Qi del estómago, la gente vive y cuando se extingue, la vida se termina”. El apetito, expresa el deseo de seguir viviendo.

El Estómago influye en el estado mental. Así como nos nutre físicamente, también lo hace intelectualmente. Se encarga de sacar provecho de las situaciones que enfrentamos y de nutrir el proceso mental para comprender y nutrirnos de aprendizaje con esas mismas experiencias. Nos ayuda a hacer una pausa para “Digerir” mejor las situaciones, decisiones o procesos que estemos pasando, dándonos la oportunidad de permitir que las situaciones maduren y sea un mejor tiempo para tomar una decisión o acción. El estado energético del Estomago, define si nuestra respuesta es acelerada e impulsiva, lenta o meditada.

Horario de mayor actividad: De las 7 A.M. a 9 A.M.



METAL

INTESTINO GRUESO

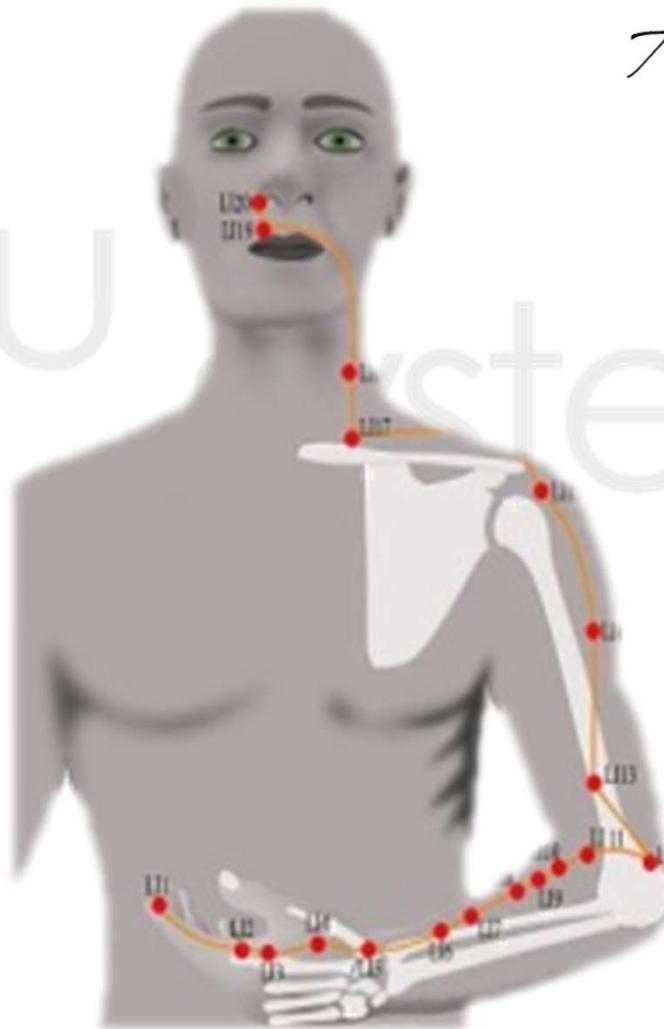


MERIDIANO

INTESTINO GRUESO

Acu  *systems*®
Aprendizaje y Bienestar

acu systems



METAL, *INTESTINO GRUESO*

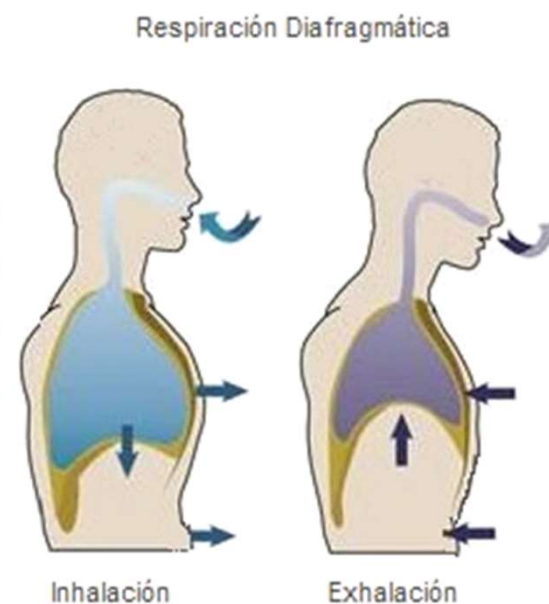
Funciones:



Sus funciones básicas como órgano de tránsito son: transformar, secretar y excretar. Al Intestino Grueso se le llama el "Ministro de Transportes". Controla la transformación de los desechos digestivos de estado líquido a sólido y transporta los sólidos hacia adelante y al exterior para la excreción a través del recto. Desempeña un papel importante en el equilibrio y la pureza de los fluidos corporales y ayuda a los Pulmones en el control de los poros y la transpiración de la piel.

El Intestino Grueso depende de los pulmones para el movimiento a través de la expansión y contracción del diafragma, que funciona como una bomba para impulsar el peristaltismo mediante la regulación de la presión abdominal. **Por lo tanto, en caso de Intestino Perezoso se puede estimular el movimiento y aliviar el estreñimiento, por medio de la respiración profunda diafragmática y tonificar la energía de pulmón.** Por el contrario, los pulmones congestionados y bronquios obstruidos pueden mejorar mediante la purga de los Intestinos.

El Intestino Grueso, al igual que los pulmones es afectado por las emociones de la melancolía, el dolor de la pérdida y la nostalgia, pero también reacciona a emociones como miedo repentino o pánico. Un desequilibrio energético en el Intestino Grueso, puede ocasionar debilidad física y energética provocando así, una reacción reflejo energético-heces que resulta en una defecación espontánea o estreñimiento.



Acu  *systems*®
Aprendizaje y Bienestar

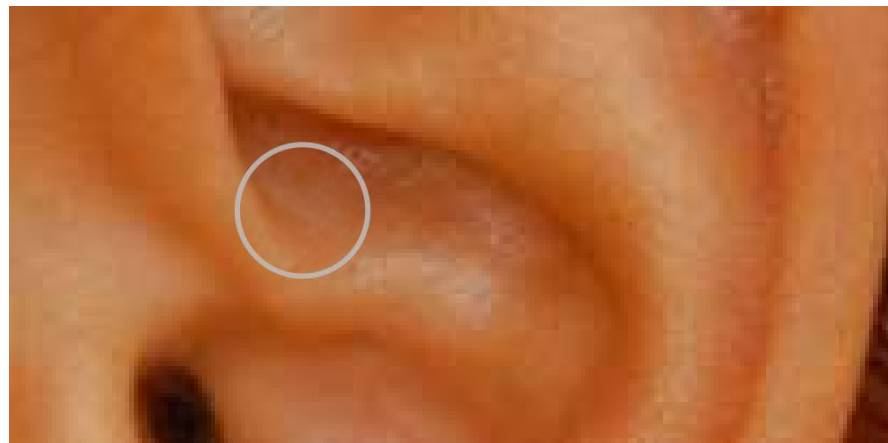
METAL, *INTESTINO GRUESO*

Emociones:



Al igual que su función física de excretar lo que el cuerpo no necesita, emocionalmente el Intestino Grueso nos da la energía para soltar lo que nuestro ser no necesita. Esta energía se refiere a saber dejar ir, ya sea: actitudes, relaciones, emociones, personas o cosas. Por medio de esta energía podemos aprender a vivir con lo esencial y más puro, lo que realmente es importante, ayudando a tener un punto de vista equilibrado de las cosas materiales.

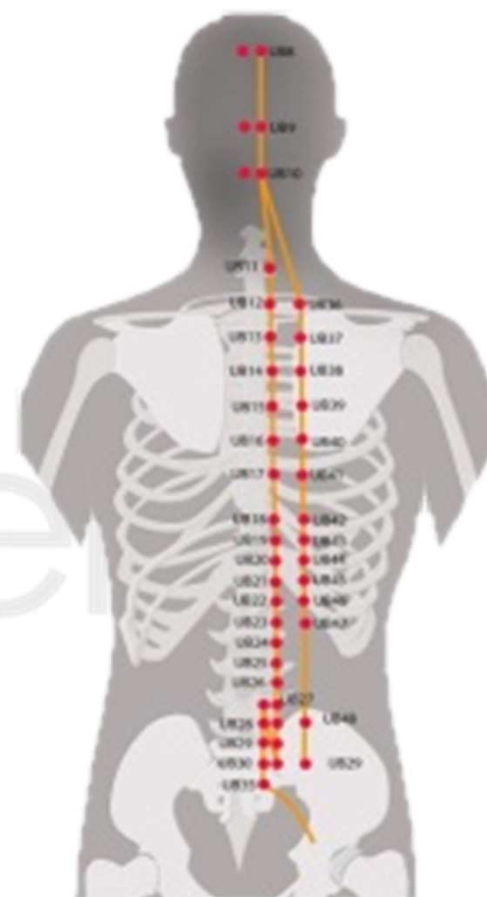
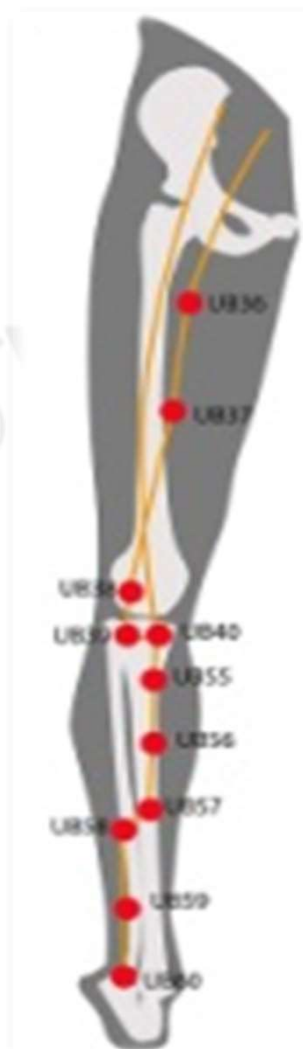
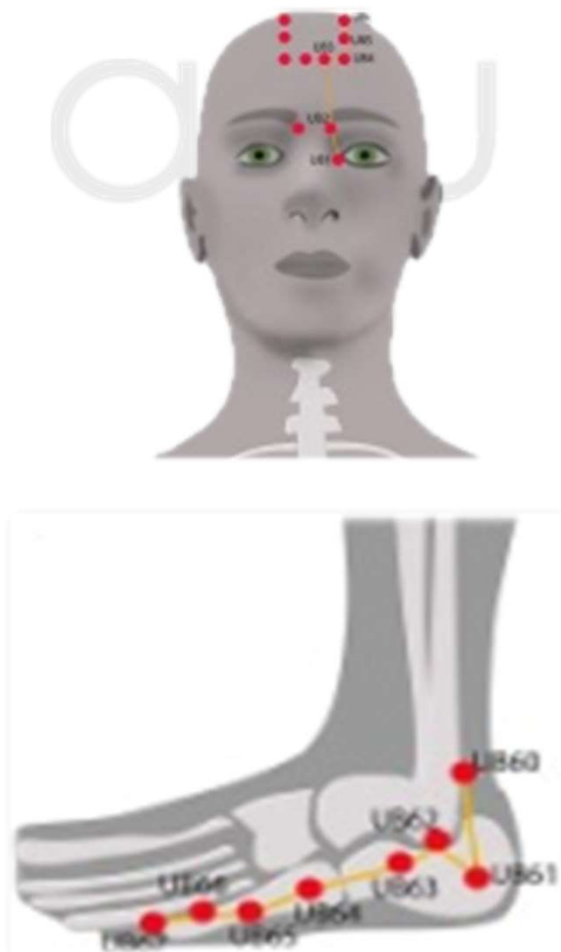
Horario de mayor actividad: De las 5 A.M. a 7 A.M.



AGUA
VEJIGA



MERIDIANO VEJIGA



Acu systems®
Aprendizaje y Bienestar

AGUA, VEJIGA

Funciones:



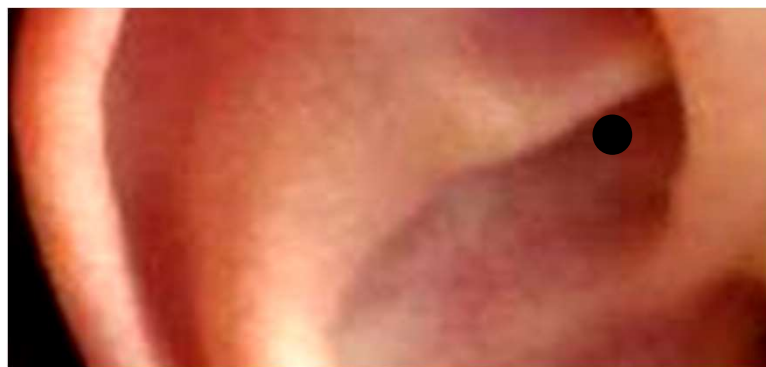
A la Vejiga se le llama el "Ministro del Embalse" y se encarga de almacenar y excretar los líquidos residuales urinarios transmitidos de los riñones. Como órgano la Vejiga tiene sólo esta función, pero como sistema de energía, está íntimamente relacionado con las funciones y equilibrio del sistema nervioso autónomo (Simpático y Parasimpático). Esto es, porque los meridianos de la Vejiga viajan a lo largo de la parte posterior del cuerpo hacia la cabeza, con dos ramas paralelas fluyen a lo largo de cada lado de la columna vertebral.

Esta tensión y dolor, se pueden aliviar mediante la estimulación de la circulación de la energía a lo largo de las ramas de la columna vertebral del meridiano de la Vejiga. Tal estimulación estimula el sistema parasimpático para lograr un efecto equilibrante y reparador en el Sistema Nervioso Autónomo.

Emociones:

Es el más largo y sabio de todos los meridianos trabaja sobre los miedos mas profundos, incluso genéticos. Un desequilibrio en la vejiga puede causar síntomas psicológicos como el miedo, dudas, falta de confianza para tomar decisiones y una falta de ética y moral. Si el desequilibrio se vuelve crónico, da lugar a los celos, la desconfianza, y aferrarse a rencores a largo plazo.

Horario de mayor actividad: El horario de los Riñones es de las 3 P.M. a 5 P.M.



PUNTOS DE ORGANOS, VISCERAS Y PUNTOS MAESTROS



Acu systems®
Aprendizaje y Bienestar

