



BOLETIN
SOCIETAT ACUPUNTORS CATALUNYA



BUSCANDO EL EQUILIBRIO

Gratuita para nuestros socios

Año 2018, 2º Trimestre

Societat Acupuntors Catalunya — C/. Trafalgar, 19 1-1 08010 Barcelona

T: 932.68.29.64 **Web:** www.sac-aae.org **E:** info@sac-aae.org

Editorial

El día 10 de marzo de 2018 es un día triste para la MTC, ya que ha fallecido Giovanni Maciocia, acupuntor y especialista en medicina herbal (Reino Unido), profesor adjunto visitante en la Universidad de MTC de Nanjing (República Popular China). Estudió acupuntura en la Escuela Internacional de Medicina Oriental de Sussex, Inglaterra (Diplomado en Acupuntura 1974) y como ya hemos citado antes en la Universidad de Nanjing (Facultad de MTC). Colabora desde 1979, en la edición del “Journal of Chinese Medicine” (Inglaterra) y con frecuencia impartía conferencias y seminarios en el campo de la Medicina China en escuelas y asociaciones profesionales, tanto en Europa como en Estados Unidos. Gran y reconocido divulgador de la MTC con libros como “Fundamentos de Medicina China”, “El diagnóstico por la lengua en Medicina China”, “La Psique en Medicina China” entre otros.

Descanse en paz Giovanni Maciocia

Llega la Primavera se corresponde con la Madera y está asociada al nacimiento, su órgano Yin es el Hígado y la víscera Yang es la Vesícula Biliar, época de florecimiento y expansión, punto de partida a partir del cuál la energía empieza a desplegarse y a ascender. El elemento Madera rige el crecimiento, desarrollo y expansión, los impulsos, deseos, ambiciones y la creatividad.

La madera es la expresión de la felicidad, del movimiento libre, del impulso, del instinto...es un estado de eterna primavera, de fluidez constante, un puro hacer lo que quiero hacer, donde quiero hacerlo, cuando quiero hacerlo y como quiero hacerlo...la madera es acción y libertad, y se mueve por impulso hacia aquello que le atrae. El foco de atracción puede cambiar cada segundo.

(Extracto de “El Tao del cambio” de Francesc Marieges)

Índice

Editorial

Buscando el Equilibrio

Consejos de primavera

Acupuntura

.-Conceptos filosóficos: Líquidos Corporales (Jin Ye)

Puntos Shu Antiguos

Los Cinco Movimientos: La Madera

Fisiopatología y Tratamiento

.- El Intelecto (YI)

Buscando el equilibrio



La Dietoterapia energética recomienda en primavera alimentos neutros y frescos y, en especial, los vegetales de hojas verdes.

Cereales: trigo, centeno, arroz

Legumbres: soja verde, guisantes, habas, lentejas, germinados de soja

Verduras: Espinacas, acelgas, alcachofa, perejil, alfalfa, espárragos, diente de león.

Frutas de primavera: albaricoque, ciruela, fresón, cereza

Algas y pescado blanco

Cocciones: más ligeras que en invierno, salteados y escaldados

***Evitar los alimentos de energía calientes:** carnes rojas, cordero, charcutería, picantes, café, alcohol, fritos, salsas, grasas saturadas, horneados, etc...

Consejos de Primavera

La entrada a la primavera comporta una serie de cambios en nuestro organismo que pueden afectar nuestro bienestar. La Naturaleza nos ofrece sabios consejos para poder disfrutarla en salud. El organismo activa de manera natural una tendencia a depurarse y a eliminar los excesos acumulados durante el invierno. Aumentaremos el consumo de alimentos frescos y crudos como las ensaladas, los germinados, las verduras de hoja verde y las algas, todos ellos de gran poder depurativo y desintoxicante.

En la Medicina Tradicional China esta estación corresponde al elemento Madera que representa el despliegue y florecimiento de la energía de la primavera. Según la Teoría Wu Xing (Cinco Fases), la Madera se relaciona con el Hígado, los tendones, los ojos, el color verde, el sabor ácido. Esta es la estación ideal para drenar el Hígado y la Vesícula Biliar. El sabor ácido, de naturaleza Yin, es astringente y su acción contractiva lleva la energía hacia adentro. Un poco de sabor ácido tonifica el hígado y la Vesícula Biliar, estimula la formación y secreción de bilis y facilita la digestión.

El sentimiento que se asocia a la Madera es la cólera. Un desequilibrio de este elemento se relaciona a menudo con problemas emocionales como la frustración, el enfado, el resentimiento, la rabia y la impaciencia. Esta represión emocional perjudica al hígado y a la Vesícula biliar y puede generar desequilibrios que si no son tratados, pueden convertirse en enfermedades. En estos casos además de una dieta adecuada, es interesante complementar el tratamiento con otros recursos terapéuticos: psicología, Flores de Bach, Tai-chi, Qi Gong, Yoga o baile.



Acupuntura

Conceptos Filosóficos

Líquidos Corporales (JIN YE)

El ideograma Jin está compuesto de dos partes: los tres puntos de la izquierda representan la raíz Shui "Agua". La parte derecha representa una mano que tiene una rama o pértiga encima de una balsa. En MTC se denomina bajo este término los líquidos orgánicos claros, limpios y fluidos que se difunden principalmente por la superficie corporal.



El ideograma Ye se compone de dos partes. Los tres puntos de la izquierda tienen el mismo significado, y la parte derecha representa la noche, caminar en la noche o en la oscuridad. En MTC se denomina bajo este término los Líquidos orgánicos espesos, densos, viscosos que circulan en las profundidades del cuerpo.



Los líquidos corporales constituyen el 75% del organismo. Los líquidos se atribuyen a diferentes órganos. Todos los líquidos corporales dependen de la cantidad total de agua en el organismo. Se diferencia entre dos tipos de líquidos:

1. Líquidos claros: Líquido cefalorraquídeo, orina, sudor, saliva, lágrimas.
2. Líquidos espesos: Sangre, linfa, mucosidad.

El origen de los Líquidos Orgánicos es el alimento y la bebida. Su producción depende del Estómago (que recibe los alimentos), del Bazo-Páncreas (que extrae su esencia), del Intestino Delgado (que separa lo puro de lo impuro y rige los Ye) y del Intestino Grueso (que reintegra al organismo una parte de ellos y rige los Jin). Los líquidos Jin son extraídos de los alimentos y transformados por el Bazo – Páncreas y ascendidos hacia el Pulmón y por otra parte son transportados hacia el resto del cuerpo.

Puntos que favorecen la Diuresis en caso de exceso de Yin:

- 9B (Yinlingquan)
- 23V (Shenshu) Shu de Riñón
- 58V (Feiyang) Luo de la vejiga estimula la eliminación

Sabías que....

Al abordar el estudio de la Medicina Tradicional China, encontramos inicialmente que:

.- En su origen no es una medicina.

.- Sí es una tradición, transmitida minuciosamente, pero no en el sentido de costumbrismo, sino de transmisión de conceptos universales.

.- No es específicamente China. Dada su antigüedad (se habla de más de cinco mil años) se puede considerar referida a todo Oriente.

Los textos más antiguos que hablan de esta tradición, se refieren más específicamente a la manera en la que el hombre debe estar en el universo.

Se habla de tres Emperadores míticos o celestes:

.- **FU XI**, el Emperador Blanco, padre del famoso Yi Jing o "Libro de las Mutaciones".

.- **Shen Nong** o Emperador Rojo, al que se atribuye la descripción de las propiedades medicinales de las plantas. Se dice que fue el que desarrolló la agricultura. También fue el que describió el trayecto de los canales energéticos. Cuenta la historia leyenda que podía ver el movimiento de sus propias energías.

.- **Huang Di**, Emperador Amarillo, el que desarrolló los conceptos "médicos". Transmitió el Nei Jing. Se encuentra dividido en dos partes: Su Wen y Ling Shu

Curso de Acupuntura
"Jose Luis Padilla"

Puntos “Shu Antiguos”

Para entender cómo funcionan, es conveniente repasar las “Teorías de la Cinco Fases” ya que cada uno de estos cinco puntos se asocia a uno de los Elementos o Fases y, por lo tanto va a tener atributos de la misma. En los Canales Yin el primer punto es el Jing (Pozo) y coincide con la Fase Madera, mientras que en los Canales Yang ese primer punto va a coincidir con la Fase Metal. Los siguientes puntos son las Fases correlativas según el ciclo de generación Sheng.

Canales Ying Jing (Pozo) Madera, Ying (manantial) Fuego, Shu (arroyo) Tierra, Jing (Rio) Metal, He (Mar) Agua.

Canales Yang Jing (Pozo) Metal, Ying (Manantial) Agua, Shu (arroyo) Madera, Jing (Rio) Fuego, He (Mar) Tierra.

Gracias a esto, podremos realizar terapias preventivas regulando sobre el punto correspondiente a cada estación. En las zonas donde están ubicados es decir, entre los dedos de las manos y los codos y los dedos de los pies y las rodillas es donde el Qi se vuelve más superficial pues también en los dedos de las manos el Yin cambia a Yang y en los dedos de los pies el Yang cambia a Yin. Debido a esto la energía es más influenciada en estas zonas y el efecto que podemos ejercer sobre ella es más potente.

Jing (Pozo).- Eliminan Energías Patógenas, Resucitadores, descienden y enfrían el Fuego apaciguando el Shen, potente efecto antitóxico, Son útiles en los Síndromes Bi porque rompen el Éstasis sanguíneo.

Ying (Manantial).- la energía en este punto gira y refresca, enfría el Calor por Plenitud, Enfría el Calor por Deficiencia.

Shu (Arroyo).- Las Energías Patógenas Externas pueden penetrar más profundamente en los Canales. Por ello es el lugar donde se concentra el Wei Qi. En los Canales Yin son a la vez los puntos Yuan se usan para tratar las Deficiencias de los Zang.

Jing (Rio).- En estos puntos las Energías Patógenas Externas pueden penetrar más profundamente hacia los Tendones, Huesos y Articulaciones. En los Zang se corresponde al punto Metal (activa el Pulmón) mientras en los Fu corresponde al punto Fuego (capaz de calentar y enfriar). Son poco usados en la práctica clínica.

He (Mar).- Influyen en los Zang Fu, siendo útiles tanto en Síndromes de Deficiencia como en los de Plenitud, regulan la dinámica de la energía, enfrían el Calor en Sangre.

Los puntos Shu Antiguos son el primer intento de clasificar los puntos de acupuntura según sus funciones.

Se trata de un sistema útil para la práctica clínica ya que permite agrupar puntos y prever sus acciones en función de su categoría.

El ideograma “Shu” hace referencia a una parte del cuerpo que transporta o conduce. Cada uno de los 12 Canales principales posee Cinco puntos Shu ubicados entre los dedos (manos o pies) y los codos o rodillas. Dichos puntos siempre se ubican al principio o al final de dichos Canales y por eso en los Clásicos describen sus acciones mediante un símil con una corriente de agua que va aumentando de caudal.

El Emperador Amarillo dijo: Deseo que me explique la localización de los puntos de salida de los Canales de los órganos y Vísceras.

Qi Bo dijo: En cada Canal de los 5 órganos, hay 5 puntos Shu (wú Shu Xué), los puntos Jing, Ying, Shu, Jing, y He, en total 25 puntos Shu de los órganos. En cada Canal de las 6 vísceras, hay 6 puntos Shu para cada víscera, Jing, Ying, Shu, Yuan, Jing y He, en total 36 puntos Shu para las vísceras. Cada uno de los 12 Canales Principales (Jing Mai) de órganos y vísceras tiene sus Ramas Colaterales (Luo Mai) y además el Ren Mai, Du Mai y la Gran Rama Colateral del Bazo (pi Zhi Da Luo), lo que suma 15 Ramas Colaterales. En total representan 27 energías circulando por el cuerpo ascendiendo y descendiendo por las extremidades, respondiendo todas a los 5 puntos Shu. La energía de cada Canal va aumentando hasta entrar en los puntos He; la energía comienza en el punto Jing, fluye a los puntos Ying, circula hacia los puntos Shu, continúa en los puntos Jing y desemboca en los puntos He...

Capítulo 1
Ling Shu “Eje Espiritual”

WU XING (los 5 Movimientos)

LA MADERA

El prototipo Madera: El Pionero

Su impulso vital reside en enfrentarse al destino y avanzar hacia lo desconocido, luchando contra los elementos y adversidades. Astuto, independiente y versátil siempre trata de superar sus límites. Explorando nuevos campos, siguiendo rutas no trazadas, iniciando un negocio de la nada, asumiendo riesgos, curioseando, innovando, reformando o revolucionando es feliz.

Tiene la determinación de un guerrero, una fuerza interior que lucha por expresarse, a veces de un modo casi caótico de modo extremadamente creativo. No planea, actúa. Comete muchos errores pues no le gustan las leyes ni las normas, ahora bien, sus meritorios triunfos son una expresión de su anhelo de libertad.

Más bien esbelto, de musculatura fibrosa, fuerte y poco voluminosa, con contornos duros como los nudos que presenta la madera. Su cráneo y su cara son angulados y estilizados destacando una mandíbula afilada. Hombros de proporciones anchas se sostienen sobre una espalda firme y erecta. Su piel es gruesa y tosca, tinte de matices verdosos. Al igual que el tronco, sus manos y pies son fuertes y delgados, con los tendones bien marcados

Los animales de la Madera son el Dragón y el Gallo. El Dragón está simbolizado con el Trigramma Tchen y sería algo así como el trueno que sale de las profundidades de la tierra. En este caso representa la fuerza, la renovación cíclica. El animal símbolo del viento es el gallo, porque al amanecer su canto se propaga a lo lejos por todo el campo.

La primavera es el principio del año, el alba es el principio del día, el nacimiento es el principio de la vida, Su planeta es Júpiter que, según los chinos, determina el destino según en la posición en la que se encuentre (mansión lunar).

La Madera en el universo

Dirección: Este
Metal: Estaño
Carne: Pollo
Cereal: Trigo, Centeno
Fruta: Ciruela, frutos del bosque
Olor: Rancio
Sabor: Ácido
Color: Verde
Número: 3 y 8
Sonido: Grito
Nota China: Tercera nota Jiao (La)
Planeta: Júpiter
Clima: Ventoso



El símbolo chino MU representa a un árbol con su tronco, sus ramas y sus raíces.

La Madera y el Yi Jing

La Madera es referida en dos trigramas: CHEN (Trueno) y SUN (Viento)

CHEN simboliza la aparición brusca, súbita. Hace referencia a la primavera donde el clima cambia bruscamente y aparecen las tormentas. Es el movimiento más rápido, por tanto el más eficaz, capaz de despertar a la naturaleza adormecida por el frío invierno. Representa la acción, el caos, el desorden debido a su ímpetu. Suscita sentimientos contradictorios, miedo y excitación a la vez.

SUN tiene una misión: dispersar, movilizar, completando de este modo la acción súbita del Trueno. Es la suave brisa que favorece el crecimiento de la vegetación, lo intuitivo, lo suave, lo flexible, la búsqueda del beneficio, las raíces que se hunden en la tierra. El viento es conocido también como "lo indeciso" ya que se caracteriza por ser errático, cambiando de dirección.

La Madera en nuestro Interior

Zang: Hígado
Fu: Vesícula Biliar
Tejido: Tendones
Sentido: Vista
Jin-Ye: Lágrima
Se manifiesta en los Tendones y las uñas
Órgano sensorial: Ojo
Espíritu: Hun
Sentimiento: Ira, Cólera

Fisiopatología y Tratamiento

EL INTELECTO (YI)



El carácter chino para el intelecto es Yi que puede significar idea. Hemos elegido traducirlo como “intelecto”, ya que está muy cerca de la Mente “Shen” del Corazón. El “intelecto” reside en el Bazo y es responsable del pensamiento aplicado, el estudio, la memorización, de los hechos de concentrarse, concentrarse y generar ideas.



Específicamente el intelecto es responsable de los siguientes aspectos de la actividad mental:

- Memoria
- Concentración de ideas
- Estudiar y concentrarse
- Centrarse

El Qi y la Sangre postnatales son la base fisiológica del Intelecto. Por tanto, si el Bazo es fuerte, el pensamiento será claro, la memoria será buena y la capacidad para concentrarse, estudiar y generar ideas también será buena. Si el Bazo es débil, el intelecto será torpe, el pensamiento será lento, la memoria será pobre y la capacidad para estudiar, concentrarse y centrarse será débil.

Sin embargo, es importante recordar que el estado del intelecto depende no sólo de la fuerza del Bazo, sino también de la presencia de Factores Patógenos, como la Humedad o la Flema. La Humedad o la Flema en la cabeza interferirán en la función del intelecto y causarán: mala memoria, un sentimiento de opacidad y dificultad para concentrarse y centrarse.

Una debilidad del intelecto es un elemento importante en la patología del trastorno por déficit de atención.

La discusión de la función del intelecto se llevará a cabo de acuerdo con los siguientes temas:

- Memoria
- Generación de ideas
- Estudiar i concentrarse
- Centrarse
- Relación con la mente “Shen”
- Aplicación clínica

MEMORIA

El intelecto es responsable de la memoria, pero específicamente de la memoria que se necesita cuando se estudia o se investiga en el curso del trabajo o el estudio propio de cada uno. La psicología diferencia dos tipos de memoria: **implícita** y **explícita**. Graf y Birt describen estos dos tipos de memoria:

“La memoria implícita se pone de manifiesto cuando se facilita el rendimiento en una tarea en ausencia de recuerdo consciente de experiencias previas” y “La memoria explícita se pone de manifiesto por el recuerdo intencionado a partir de un episodio previo específico, mientras que la memoria implícita se pone de manifiesto cuando se facilita el rendimiento en una tarea sin el recuerdo deliberado a partir de un episodio de aprendizaje específico”.

Por ejemplo, **la memoria implícita** es lo que permite a una persona ir en bicicleta sin esforzarse incluso después de muchos años de no haber subido a una bicicleta. **La memoria explícita** es la que nos permite recordar un número de teléfono que hemos memorizado recientemente.

Buscando el Equilibrio

El intelecto (y, por lo tanto, el Bazo) es particularmente responsable de la memoria explícita es decir, de la capacidad para memorizar datos en el curso del estudio o el trabajo propio de cada uno sin un esfuerzo consciente; el Corazón y el Bazo y, en consecuencia, la Mente y el Intelecto, juntos son responsables de la memoria implícita.

En la esfera de la memoria, existe un solapamiento considerable entre el intelecto (Yi de Bazo), la Mente (Shen de Corazón) y la Fuerza de Voluntad (Zhi de Riñones). El principal factor diferenciador es que el Bazo es específicamente responsable de memorizar datos en el curso del trabajo o el estudio propio de cada uno.

Por ejemplo: no es infrecuente que alguien tenga una memoria brillante en su campo de estudio o investigación (una función del Bazo) y en cambio sea bastante olvidadizo en la vida diaria (una función del Corazón y los Riñones).

El Corazón y los Riñones contribuyen naturalmente a esta función, pero además son responsables de la memoria de los sucesos pasados, ya sean recientes o remotos en el tiempo. En particular, el solapamiento entre el Intelecto y la Mente en la actividad del pensamiento es muy estrecho, tanto que en el capítulo 8 del “Eje Espiritual” se dice: “[La función del Corazón de recordar se denomina Intelecto](#)”. A su vez la función de memorización del Intelecto está tan estrechamente relacionada con la Fuerza de Voluntad o la Memoria (Zhi de los Riñones) que el mismo capítulo continúa: “[El almacenamiento \(de datos\) del intelecto se denomina Fuerza de Voluntad \(Zhi\)](#)”. Debería tenerse en cuenta en este momento que traducimos el aspecto mental del Zhi de los Riñones como Fuerza de Voluntad aunque, además, tiene el significado de “memoria” o “mente”. En el contexto del pasaje mencionado con anterioridad, Zhi es memoria.

APLICACIÓN CLÍNICA

En la práctica, la condición del Intelecto depende directamente del estado del Estómago y el Bazo; en otras palabras, el intelecto se apoya en la nutrición que deriva de la Esencia Posnatal del Estómago y el Bazo.

Por tanto los puntos que fortalecen el Intelecto son:

- 20V Pishu (Shu dorsal del Bazo)
Punto muy importante para tonificar el Jiao Medio
Eliminar Humedad y Nutrir la Sangre
- 21V WeiShu (Shu del Estómago)
Tonificar el Bazo y Equilibrar el Estómago
Eliminar Humedad
Eliminar los Estancamientos de Alimentos
- 20DU Baihui (Mar de la Médula)
Reunión de los Canales V, Sj, Vb, H
Importante para tratar el Yang
Calmar el Shen y dispersar Viento
Tratar desórdenes mentales
- 36E Zusanli (Tonificación Qi y Yang)
Tonificar Bazo y Estómago
Calmar el Shen
Punto He Mar
Punto Tierra Punto Estrella Celeste de Ma Dan Yang
- 3B Taibai (Shu Arroyo)
Punto Fuego
Punto de Tonificación
Regular el Bazo
Despeja el Calor

Buscando el Equilibrio

- 49V Yishe (Morada del YI)
Transformar la Humedad y eliminar el Calor-Humedad
Tonificar el Yang de Bazo y equilibrar el Jiao Medio
Fortalecer el pensamiento YI

Si existe Humedad que obstruye la cabeza y afecta al intelecto los principales puntos a utilizar son:

- 12Ren
- 9 Ren
- 7P
- 4IG
- 9B
- 6B
- 22V
- 20DU
- 8E

Si existe Flema que obstruye la cabeza y afecta al intelecto, los principales puntos a utilizar son:

- 12Ren
- 9Ren
- 7P
- 4IG
- 40E
- 9B
- 6B
- 22V
- 20DU
- 8E

*No se mencionan las fórmulas de Fitoterapia para fortalecer el intelecto ya que cualquier fórmula que Tonifique el Estómago y el Bazo fortalecerá el Intelecto.

Extraído del Libro "La Psique en la Medicina China"
Giovanni Maciocia
Ed. Elsevier

*Con este extracto, de un gran libro, hemos querido aportar nuestro pequeño grano de arena, en reconocimiento a Giovanni Maciocia, gran Maestro divulgador de la Medicina Tradicional China.