

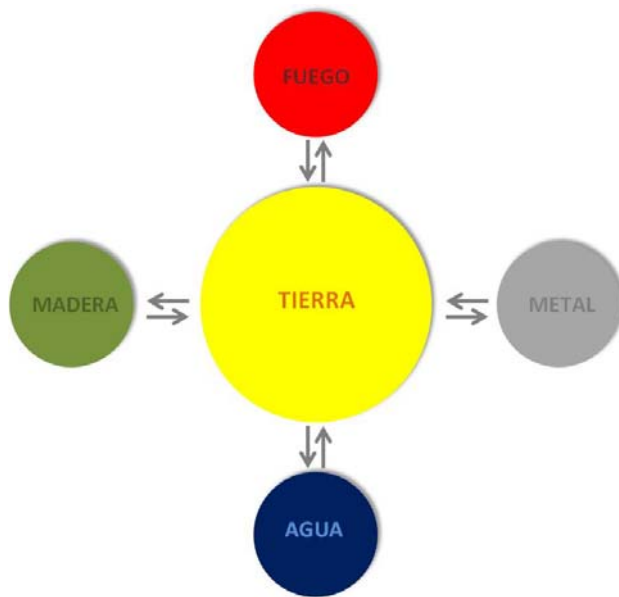


ELEMENTO TIERRA

En kinesiología disponemos de numerosas y potentes herramientas para trabajar la energía de los órganos y los meridianos de acupuntura. Somos conscientes que la intención con la que trabajamos es básica para obtener buenos resultados de nuestras acciones terapéuticas. La intención está basada en una serie de metáforas que nos permiten enfocarnos y manejar la gran complejidad del cuerpo, especialmente desde su concepción holística. La acupuntura nos da unas excelentes metáforas, ampliamente validadas, para enfocarnos cuando trabajamos con los meridianos. El objetivo de este artículo es conocer mejor el elemento Tierra y por tanto contribuir a este enfoque y a esa intención.

La acupuntura se refiere a los órganos de una forma que no corresponde con exactitud con el órgano como lo entendemos en medicina occidental. Las diferencias se dan tanto en aspectos anatómicos como fisiológicos. Cuando trabajamos con los meridianos de acupuntura a través de técnicas como el masaje de meridianos o puntos de acupuntura para tonificar o sedar, por citar algunas, su efecto se da sobre el órgano tal y como se considera en la Medicina tradicional China. Podemos referirnos al área funcional de un órgano, como al conjunto de aspectos anatómicos, fisiológicos, energéticos, mentales y emocionales asociados al órgano según la teoría de la acupuntura.

El modelo de los cinco elementos que usamos en kinesiología es el modelo moderno, pero existe otro modelo anterior- el de los tratados clásicos de Medicina Tradicional China - en el que la Tierra está en el centro y el resto de los elementos se sitúan alrededor según los cuatro puntos cardinales. La Tierra nutre al resto de elementos y en definitiva a todo el cuerpo; todos los elementos parten de la Tierra y vuelven a ella para transformarse en otro elemento. Por tanto, en la concepción clásica de la acupuntura la tierra es un elemento muy especial en el que radica la energía de la transformación (energía de la vida), es la madre del resto de los elementos y para que pueda darse la transformación de un elemento a otro en correspondencia a las 4 estaciones, es necesario que el Bazo esté energéticamente fuerte, especialmente al final de cada estación.



Hablar de Bazo o Bazo-Páncreas viene a ser lo mismo, es la corriente de acupuntura francesa (Georges Soulié de Mourant y Albert Chamfrault) la que propone hablar de Bazo-Páncreas en lugar de Bazo, precisamente porque el área funcional del Bazo se comprende mejor si incluye al Páncreas.

En acupuntura, los órganos Yin son los considerados más importantes a nivel fisiológico, y se considera a los órganos Yang como la parte más

activa del área funcional del órgano Yin al que está asociado en la llamada relación esposo-esposa o relación Biao-Li. En el caso de la Tierra, el Bazo es el órgano Yin de este elemento y es en él donde recae el gran peso de la función de la Tierra. El Estómago, entraña del elemento Tierra, realiza la función de naturaleza más Yang del proceso digestivo, pero el global de la digestión depende principalmente del Bazo. Si queremos mejorar la función digestiva y nutritiva, será muy interesante tener muy presente al Bazo y al Estómago, no sólo al Estómago como haríamos si nos basáramos en un modelo de medicina occidental.

Abordaremos la comprensión del área funcional del Bazo desde un estudio de las funciones asociadas a él:

- ✚ El Bazo es el órgano principal en la transformación de los alimentos. Tiene la capacidad de absorber la energía de los alimentos, para la formación de sangre (Xue), siendo la energía del Bazo la fuerza de la transformación de los alimentos en Qi y en sangre. Los otros órganos implicados en la producción de sangre son principalmente el Pulmón, el Riñón y el Corazón.
- ✚ Otra función básica del Bazo es la regulación de la humedad del cuerpo ya que transforma y distribuye los líquidos orgánicos que son principalmente la saliva, las enzimas digestivas, las enzimas intestinales, el líquido de las articulaciones, las lágrimas, la mucosidad, el sudor y la orina. En la teoría de la Medicina China los líquidos se dividen en dos categorías, “Yin” (líquidos claros y fluidos) y “Ye” (líquidos densos). Los Yin –Ye nutren todos los tejidos y órganos y es el Bazo el área funcional principal que los gestiona. Los elementos Agua y Metal también están implicados en la gestión de los Yin-Ye.

Un cuerpo con excesiva humedad (retención de líquidos, hinchazón, edemas, vitalidad deficiente...) suele presentar una insuficiencia de la energía de Bazo. Un problema añadido de la humedad corporal es que puede solidificarse en forma de fibromas, quistes y tumores. A largo plazo la humedad puede ubicarse en las articulaciones produciéndose artritis y artrosis, o generar calor que puede presentarse en forma de problemas cutáneos como por ejemplo el eczema. Otra consecuencia común del exceso de humedad por una desequilibrada función del Bazo es la obesidad. Para según qué personas, una dieta con muchos líquidos y alimentos demasiado húmedos y fríos tales como alimentos crudos, ensaladas, entre otros, puede resultar perjudicial para el Bazo y fomentar la obesidad.

En contraposición, una falta de líquidos puede desencadenar en articulaciones frágiles, boca seca, y sensaciones de calor entre otros.

En acupuntura el estado del Bazo se considera que se refleja en los labios. Si están secos y agrietados indican problemas con el metabolismo líquido y los labios pálidos, una debilidad del Qi del Bazo.



- ✚ El proceso digestivo también depende del Bazo. Sintomatología tipo digestiones pesadas y lentas, sensación de hinchazón y sueño después de comer, apetito pobre, heces blandas y sin forma, pueden fácilmente tener que ver con algún desequilibrio energético del Bazo. La correcta función del bazo conducirá a un buen apetito y a un buen sentido del gusto.
- ✚ La relación del Bazo con la sangre no se limita a su formación como se ha comentado anteriormente. El Qi de Bazo permite mantener la sangre dentro de los vasos sanguíneos, evitando así hemorragias y otros trastornos vasculares o de coagulación. Si el Bazo no tiene suficiente energía fácilmente se pueden

producir hematomas, hematuria (sangre en la orina), metrorragias (menstruación con mucho sangrado) entre otros desequilibrios.

- ✚ El Bazo tiene una función de elevación. Gracias al Qi de Bazo, los órganos se mantienen en su sitio y pueden vencer el efecto de la fuerza de la gravedad y mantenerse a pesar del movimiento del cuerpo. Una deficiencia del Qi de Bazo que afecte a esta función de sostén, puede llevar a problemas de caída física del estómago, riñón, útero, hemorroides, prolapsos del ano y/o de la vagina, la frecuencia o urgencia de miccionar, etc. Esta función de elevación también permite que la energía de los alimentos pase al Pulmón y al Corazón para la formación de Qi y sangre. Si esta función es insuficiente y en consecuencia hay deficiencia de Qi y/o sangre, pueden presentarse síntomas tales como vértigo, vista nublada, diarrea crónica, cansancio, etc.
- ✚ El bazo se encuentra en el Jiao Medio o Calentador Medio (Triple Calentador), y desde esta posición central, nutre a las cuatro extremidades y a los músculos. La sensación de pesadez de las extremidades y cansancio puede ser la consecuencia de una deficiencia de Bazo, así como las manos y pies fríos y frío generalizado en el cuerpo.
- ✚ Funciones más claramente asociadas al Bazo en medicina occidental son su participación fundamental en el sistema inmune, ya que es el centro de actividad del sistema de defensas, y la función de destrucción de las células sanguíneas para su renovación. Esto le ayuda a ser un lugar clave para el depósito de hierro. Forma parte del sistema linfático y tiene un papel especialmente relevante en este sistema, podríamos decir que es el mayor de los órganos linfáticos. Contiene en su interior una parte considerable de las plaquetas y macrófagos disponibles. El Bazo es funcionalmente equivalente a un gran nodo de linfa enfocado en la limpieza de nuestra sangre y a colaborar en la inmunidad.
- ✚ La energía mental del Bazo (Yi), es la que gestiona el conjunto de funciones mentales relacionadas con el proceso intelectual y de aprendizaje, tales como memoria, concentración, razonamiento y creatividad intelectual. En acupuntura se dice que el Bazo es la casa del pensamiento. Para un buen rendimiento intelectual necesitamos un Qi y una sangre de calidad, hecho que depende directamente de la función del Bazo, el órgano Yin más relacionado con la nutrición y con la formación de Qi y sangre. Si el Bazo está debilitado será muy difícil la concentración, la memorización, el rendimiento intelectual, el estudio... Un desequilibrio del Yi de Bazo puede ir asociado a pensamientos obsesivos, hiperactividad mental y problemas de concentración entre otros y

viceversa. Una actividad mental excesiva, ya sea por un esfuerzo intelectual o por exceso de reflexión o preocupación (mal del que suelen padecer los integrantes de sociedades occidentales), agota el Yi. Pensar mucho y darle muchas vueltas a los temas agota el Qi de Bazo.



- ✚ La tristeza y la depresión son emociones asociadas al Bazo, especialmente si van asociadas a decepciones, separaciones o pérdidas.
- ✚ Aunque el Bazo es un meridiano Yin y por tanto ascendente, produce un movimiento físico en el cuerpo tanto ascendente como descendente, de hecho se dice, que el Bazo regula el ascenso y descenso. El ascenso se materializa básicamente en la subida de la energía de los alimentos al Pulmón para la formación de la sangre. El bazo también hace ascender los líquidos puros al Pulmón para que éste los distribuya a la piel para nutirla. Los líquidos no puros van a los intestinos gracias a la función de descenso del Bazo, donde se destinan a la vejiga (para ser eliminados) y a los intestinos donde en parte son reabsorbidos por el cuerpo para ser reutilizados.

El área funcional del Estómago se corresponde con el estómago e incluye el duodeno, por lo que al trabajar el meridiano de Estómago no sólo facilita la recepción y digestión del alimento, también facilita el proceso de absorción. Los desequilibrios del Estómago pueden presentarse en forma de halitosis, dolor gástrico, aftas bucales, reflujo gástrico, estreñimiento, etc. La Medicina Tradicional China considera que cuando razonamos actúa el cerebro, pero cuando nos movemos por intuición es la energía de Estomago la que actúa.

Como hemos dicho el Bazo regula el ascenso y el descenso y el Estómago el descenso. Estos movimientos de la tierra deben trabajar conjuntamente para un equilibrio de la Tierra. La digestión implica asimilación y eliminación de desechos. La fracción nutritiva para ser absorbida requiere la acción de ascenso del Bazo para llevar la energía de los alimentos al Pulmón, para lo cual se requiere también de la energía de ascenso del Hígado. La eliminación de los desechos requiere la acción del Estómago para que las sustancias a ser eliminadas desciendan hasta el intestino grueso. Esta función de descenso se da junto con la función descendente de la Vesícula Biliar. Ambos

movimientos para su correcto funcionamiento son interdependientes. Si el ascenso es eficaz facilitará que el descenso también lo sea y viceversa.

Muchos desequilibrios energéticos de la Tierra se producen a causa de un control (ciclo Ko) desequilibrado. En estos casos se dice que “Hígado ataca a Bazo y/o Estómago”. Este desequilibrio suele ir asociado a emocionalidad que nos cuesta gestionar. Este es el mecanismo por el cual muchas personas ante situaciones emocionalmente estresantes padecen desequilibrios gástricos. Es por esta razón que en nuestro modelo, contemplar al Hígado (con sus emociones asociadas, sus reflejos, músculos asociados a él...) puede ser de gran utilidad en el trabajo de la Tierra.

Como podemos cuidar la Tierra en nuestra vida diaria? Cuidar nuestra dieta es un aspecto fundamental, hacer las comidas regularmente, comer sentados y conscientemente, hacer ejercicio regularmente, evitar el exceso de humedad (ambiental, ropa húmeda...) o la excesiva sequedad. Otros aspectos a tener en cuenta tan o más importantes es reconduciendo el exceso de pensamiento y la preocupación ya que es la causa principal en nuestra sociedad del desequilibrio de la Tierra. La Tierra va asociada a nutrición en un sentido amplio que incluye los alimentos que ingerimos y como lo hacemos y también el alimento afectivo, espiritual, intelectual...