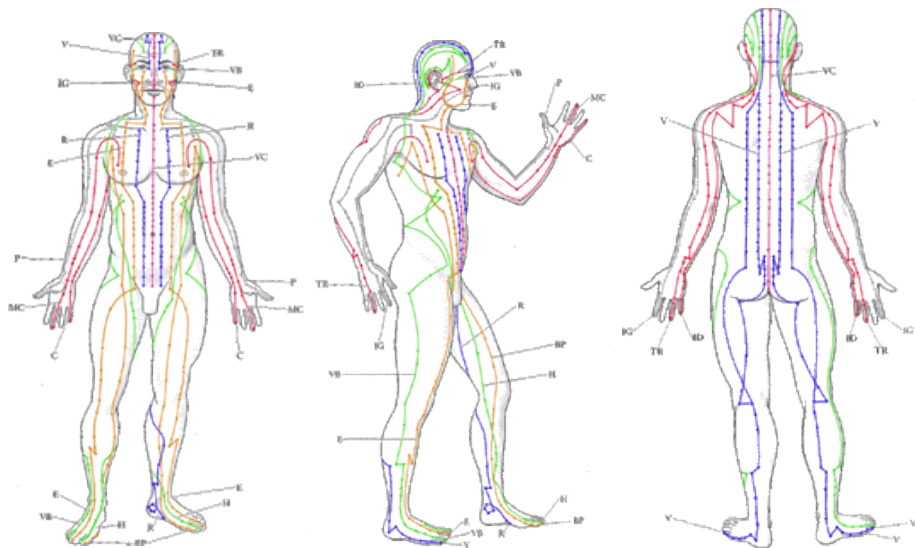


Meridianos

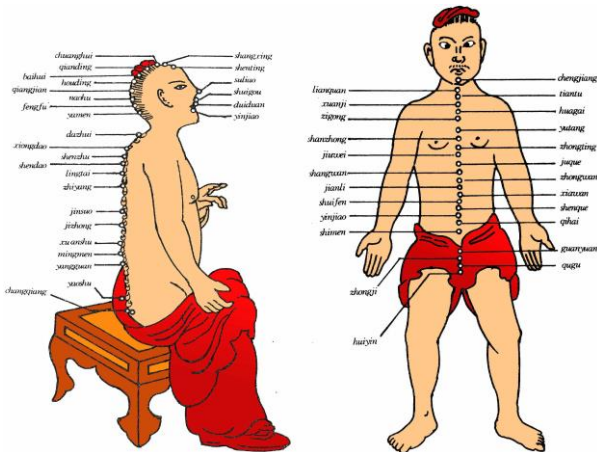
Según la mtc, en el cuerpo humano existe una red de canales, llamados meridianos energéticos, que conecta todos los órganos, tejidos y células. Si analizamos el recorrido que realiza el sistema circulatorio sanguíneo, el sistema nervioso y el linfático con el recorrido de los meridianos por donde circula la energía comprobamos que existe una correspondencia, esto se debe a que la energía es necesaria para mantener a todos en activo y en funcionamiento. El sistema de meridianos se entiende como un proceso y no como una estructura orgánica.



Red de meridianos energéticos

Meridianos extraordinarios

Los ocho meridianos extraordinarios se encargan de administrar la energía original o energía heredada (y por tanto de reserva limitada) que reside en los riñones. Vierten su energía original a los meridianos principales por donde circula la energía nutritiva, y a los meridianos tendinomusculares por donde circular la energía protectora. Actúan como depósitos, vertiendo energía a los meridianos principales cuando tienen una carencia o recogiénola cuando sufren un exceso.



Dos de ellos, el canal gobernador y canal concepción son especialmente importantes, pues forman un circuito energético llamado órbita microcósmica.

El canal gobernador o Du nace en los riñones, donde recoge la energía original, baja hasta el periné para unirse al canal concepción, sube por la línea media de la espalda hasta la coronilla, y desciende cruzando el entrecejo para terminar en el labio superior.

El canal concepción o Ren nace también en los riñones y baja hasta el periné, donde emerge a nivel cutáneo, ascendiendo por la línea media del abdomen, pecho y garganta hasta el labio inferior. La lengua que descansa en el paladar hace las veces de puente o interruptor, conectando los dos canales.

El canal gobernador es el regulador de toda la energía yang del cuerpo, mientras que el canal concepción controla toda la energía yin.

En la meditación llamada por los taoístas la órbita microcósmica, dado que describe una órbita alrededor del microcosmo humano. La mente guía de manera consciente y por tanto de manera constante y uniforme la energía original que sube por el canal Du mientras se inspira y baja por el canal Ren mientras se expira, siguiendo un ciclo ininterrumpido. De esta manera se dinamiza y se aumenta el caudal de energía original que en su trayecto libera posibles bloqueos que pueden existir en este circuito energético, que es de vital importancia.

Meridianos principales

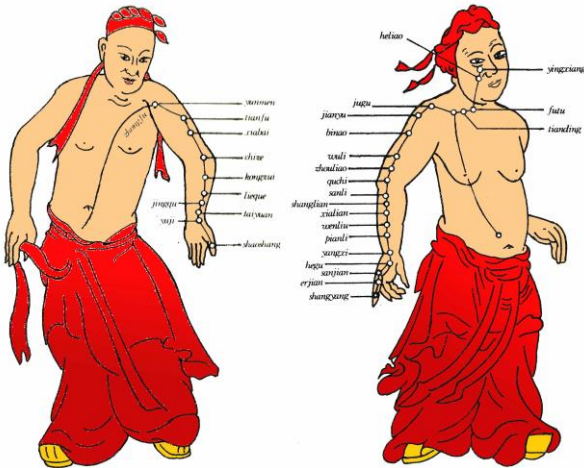
Por los veinticuatro meridianos energéticos principales, doce en cada lado del cuerpo, circula la energía nutritiva. Cada meridiano yang es la órbita energética de un órgano yang. Cada meridiano yin es la órbita energética de un órgano yin.

En los brazos como en las piernas hay tres meridianos yang y tres yin. Los meridianos yang de los brazos empiezan en los dedos de las manos y terminan en la cara. Los yang de las piernas empiezan en la cabeza y terminan en los dedos de los pies. Los meridianos yin de las piernas empiezan en los dedos de los pies, finalizando en el tórax. Los yin de los brazos empiezan en el tórax y terminan en los dedos de las manos. Cada meridiano yang se conecta con otro meridiano yang en la cabeza; y los yin con otro meridiano yin en el tórax.



La fluencia sigue un circuito en los meridianos energéticos. Empieza en el meridiano del pulmón y sigue por los meridianos del intestino grueso, estómago, bazo, corazón, intestino delgado, riñón, vejiga, maestro corazón, triple calentador, vesícula biliar y hígado que se conecta al meridiano del pulmón para proseguir un ciclo sin fin.

Recorrido meridianos principales

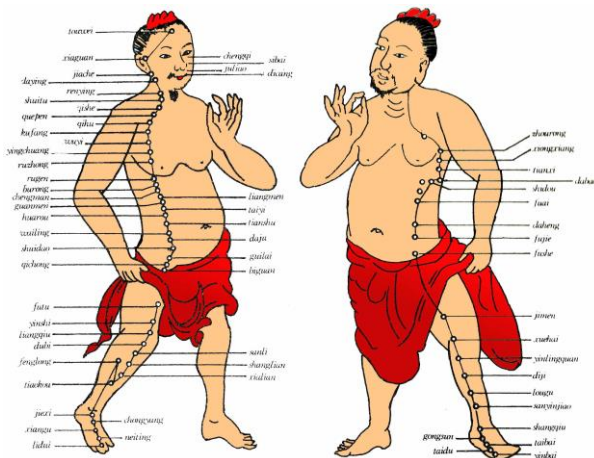


Pulmón • Tai Yin mano

Empieza a nivel de la 2a costilla, tocando a la cabeza del húmero, por encima de la axila. Ascende hasta debajo de la clavícula. Pasa al brazo, descendiendo por la parte anterior y externa del brazo, muñeca y mano. Termina en la uña del dedo pulgar. Tiene 11 pts.

Intestino Gueso • Yang Ming mano

Empieza en la uña del dedo índice. Recorre la mano entre el pulgar y el índice, sube por la parte posterior y externa del brazo hasta llegar al hombro, cruza el cuello hasta la cara. Termina al lado del ala de la nariz contralateral. Tiene 20 puntos.



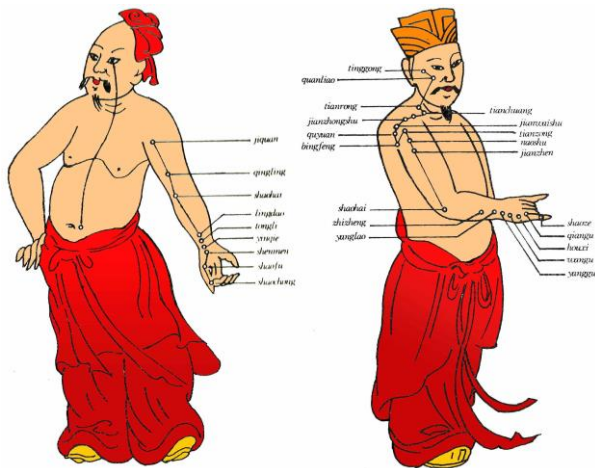
Estómago • Yang Ming pie

Empieza en el borde inferior de la órbita. En su recorrido descendente por la cara penetra a maxilares sup. e inf., y da una rama que sube hasta la frente. Baja por el cuello y el tórax,

en paralelo a la línea central anterior del cuerpo. Sigue por la parte anterior externa de la pierna y dorsal del pie. Termina en la uña del segundo dedo del pie. Tiene 45 puntos.

Bazo · Tai Yin pie

Empieza junto a la uña del dedo gordo del pie. Recorre la parte interna i más anterior del pie y de la pierna, sube hasta el abdomen y sigue por el tórax cerca del pezón hasta la axila. Baja hacia el 6º espacio intercostal por la línea media axilar, donde termina. Tiene 21 puntos.

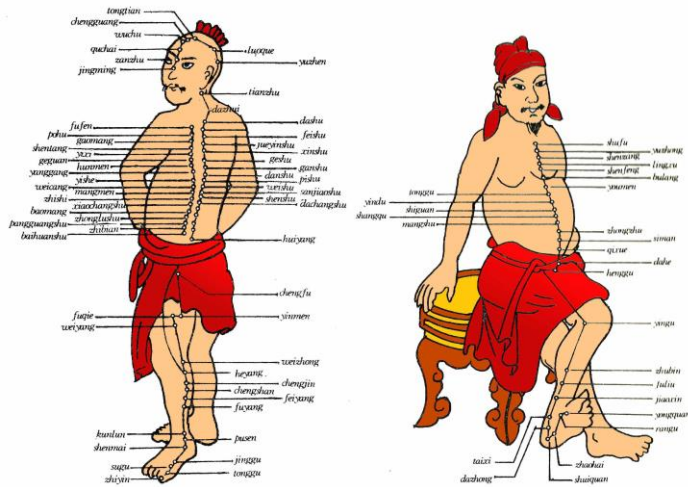


Corazón · Shao Yin mano

Empieza en el hueco de la axila. Desciende por la parte anterior e interna del brazo, la muñeca y la mano. Termina en el extremo de la uña del dedo meñique. Tiene 9 puntos.

Intestino delgado · Tai Yang mano

Empieza en la uña del dedo meñique. Recorre el lado interno y posterior de la mano y del brazo y llega hasta el hombro. Cruza en zigzag el omóplato hasta llegar al cuello. Pasa por la mejilla y termina delante de la oreja. Tiene 19 puntos.

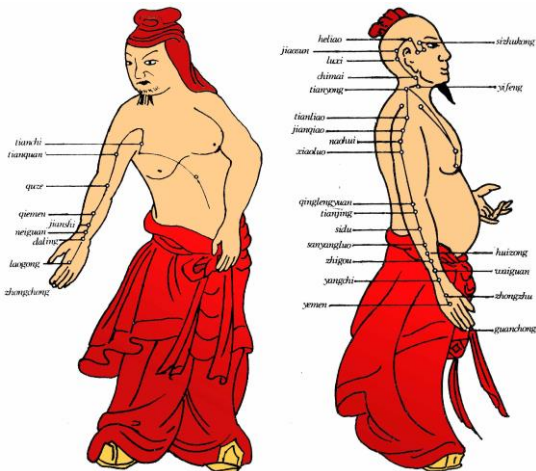


Vejiga • Tai Yang pie

Empieza en el ángulo interno del ojo. Recorre la frente y la cabeza hasta la nuca. Desciende por la espalda por dos caminos, ambos paralelos a la columna vertebral. Baja por la parte posterior de la pierna y la parte externa del pie. Termina en el extremo de la uña del dedo pequeño del pie. Tiene 67 puntos.

Riñón • Shao Yin pie

Empieza en la planta del pie. Rodea el tobillo por la parte interior y asciende por la parte interna y más posterior de la pierna, cruza la ingle y continúa por el abdomen y el tórax. Termina bajo la clavícula. Tiene 27 puntos.

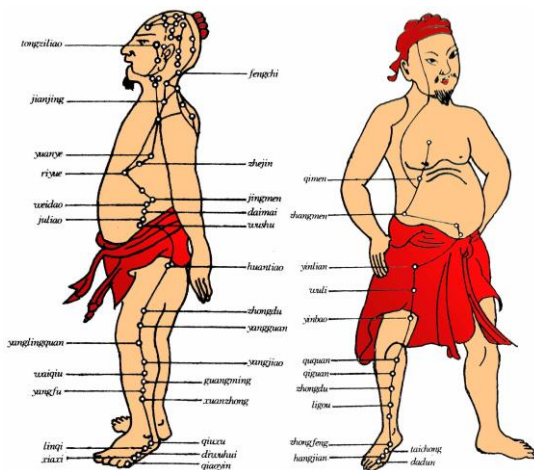


Maestro Corazón · Jue Yin mano

Empieza en el lado externo del pezón. Asciende a la axila y desciende por la parte anterior, central, del brazo hasta la palma de la mano. Termina en la punta del dedo corazón. Tiene 9 puntos.

Triple Calentador · Shao Yang mano

Empieza en la uña del dedo anular. Recorre el dorso de la mano y la parte posterior, central, del brazo hasta llegar al hombro, sube por el cuello y recorre el pabellón de la oreja. Termina en la cola de la ceja. Tiene 23 puntos.



Vesícula Biliar · Shao Yang pie

Empieza en el ángulo externo del ojo. Se dirige a la oreja y la rodea, sube al cráneo y llega a la frente, retrocede y cruza la zona occipital y el cuello hasta llegar al hombro. Desciende en zigzag por la parte lateral del tronco hasta la cadera. Baja por la parte lateral externa de la pierna y del pie. Termina en la uña del cuarto dedo. Tiene 44 puntos.

Hígado · Jue Yin pie

Empieza en la uña del dedo gordo del pie. Recorre la parte dorsal del pie y asciende por la parte interna de la pierna. Cruza la ingle, circula por el abdomen y sube por las costillas. Termina en el 6º espacio intercostal. Tiene 14 puntos.

Meridianos tendinos musculares

Son ramas secundarias de recorrido superficial, que se derivan de los meridianos principales. Por estos meridianos energéticos circula la energía protectora, un buen

caudal de ella, contrarresta los efectos de las energías externas como el frío, el calor, el fuego, el viento, la sequedad y la humedad, equilibrando la homeostasis interna.

Fuente: <https://institutogigong.com/automasaje/meridianos/>
