

**UN CRECIMIENTO PERSONAL HACIA EL DESARROLLO HUMANO**

**CONTRARIEDAD , CHACRAS Y SIMBOLOS**

**“LA ENFERMEDAD COMO CONTRARIEDAD”**

**DIAGNOSTICO Y CURACION**

**ARTESANAR CARIBE  
ACUPUNTURA AYURVEDICA**

**CHI KUNG - YOGA**

**DR. FRANCISCO FADUL NOYA, MD.**

*Un verdadero hombre es el que lleva una vida de contención y de amor hacia todos por la irradiación de Dios dentro de sí. Vive y vibra en la VERDAD, y sólo da y da siempre sin pedir a cambio nada. Ustedes deben entender que los iniciados no deben andar pidiendo nada a otros. El iniciado debe más bien pensar en dar a los demás.*  
*Kirpal*



## INTRODUCCION

*“Un loco que sabe que es loco,  
No es tan loco como un loco  
que no sabe que está loco.  
Un idiota que sabe que es idiota  
no es tan idiota como otro idiota  
que no sabe que es idiota”*  
Chuang Zu

## EL CAMINO

Decía Kirpal que paradójicamente, el Ser Humano no es solamente una criatura de su destino (pasado), sino también un creador de su propio destino (Futuro).

Todo ser puede elevarse por encima de su pasado patológico y convertir su existencia en un hermoso pasaje de bondad y belleza. “Todo pecador tiene su pasado y todo buscador tiene su futuro”. El único campo de batalla es el presente, que es un eterno comenzar cada día en búsqueda del equilibrio perdido, de la armonía olvidada, de la belleza no vista y del sereno encanto de la dulzura solidaria y la sonrisa por dentro...

El comenzar es lo más duro: saber dónde nos encontramos, saber en qué punto del viaje de la vida estamos.

Hay una fórmula “Definitiva y Paradojal”: **“Abajo todo, viva el resto”**.

¿Y qué es el resto?... La fantasía, los sueños, el arte, el amor, lo no comercial, lo trascendente, lo trascendental, Lo Innombrable, lo profundo, lo interior, lo inefable, un verso, un poema, o una flor. Es el saberse atado, como Aureliano, al árbol del patio de las miserias materiales y soltarse.

“A vosotros inquisidores algebraicos de mi canto, os reto a enloqueceros de Amor por un instante, a embriagarnos en la divina indiferencia, a abrir las puertas del espíritu y del destino para sentaros en la quietud de un instante en el que una gota de rocío cae sobre la flor que contempláis esa mañana y resbala hacia el vacío de la nada”.\*

La fórmula definitiva y paradojal es mirar hacia adentro sin dormir, escudriñar los sentimientos sin decir “lo siento” es mirarse sin lamentar. Es reconocer que tan **Ultra-Responsables** (léanse miedosos) nos hemos vuelto, que **tan intolerantes** con la locura del otro, que tan exigentes o **tan adustos** nos hemos vuelto con los demás que tan **egoístas** y **“Pantalleros”** nos tornamos y que tan **anclados en el recuerdo**, en el pasado, en la tristeza y en el **rencor** estamos; que tanto nos estamos ahogando en la **estrechez de espíritu**: Qué tan **flexible** es nuestro molde de pensamiento. Porque lo primero y definitivo es moldear Pensamientos luminosos, que moldearán sentimientos más tiernos que a su vez moldearán acciones flexibles. Si algo de esto reconocemos, es suficiente para iniciar un tratamiento alquímico de nuestro Ser. La sanación ha empezado.

**De Hegel a Hamer:**

## La enfermedad como contrariedad

*“Era inevitable: El olor de las almendras amargas le recordaba siempre el destino de los amores contrariados. El doctor Juvenal Urbino lo percibió desde que entró a la casa.”*

GGM, “El Amor en los Tiempos del Cólera”. Párrafo1º

### I

La enfermedad es un estado de contrariedad manifiesta. Los signos y síntomas son su proclama ante el tribunal público del orden semiótico.

Entiendo por contrariedad un accidente que impide o retarda el logro de un deseo.

Toda enfermedad es un programa de ajuste que el cerebro pone en marcha automáticamente después de una contrariedad.

Hay contrariedades externas y contrariedades internas. Antiguas y recientes. Superficiales y profundas. Visibles e invisibles, y así sucesivamente en el inagotable siempre posible de las polaridades dialécticas.

Junto a la denotación de la contrariedad como dificultad, contratiempo, obstáculo u oposición, nuestra lengua otorga la connotación semiológica de desagrado, disgusto, decepción, incomodidad, contradicción, adversidad, antagonismo, fastidio y desazón, sin mencionar otros matices que se derivan de la sutileza semántica de la sinonimia española, que tantos elogios despierta en los poetas de otras lenguas del mundo, como dolores de cabeza en los eruditos y traductores.

Siguiendo con este previo ejercicio de pulcritud semántica, en términos gestálticos la **contrariedad** sería una *catexis* perversa que frustra la satisfacción de una necesidad. **Catexis** es “**la opción**” actitudinal; la libertad de elegir entre contacto o retirada ante algo que ofrece esperanza o temor. En la enfermedad el proceso normal de acercarse a lo positivo y retirarse de lo negativo se rompe porque el enfermo no ve, está ciego. No distingue entre necesidad y apego. (Gita, III-61-62 y TTK, 71).

**Necesidad** es un hecho imperativo y categórico que sucede por encima de la voluntad del hombre, por ejemplo, la sucesión del día y la noche, la ebullición del agua a cien grados, el movimiento intestinal en masa tras la ingesta alimentaria, etc. En el enfoque humanista, es un deseo sentido, profundo, inexorable, que, de no ser satisfecho, su energía irrumpe en forma patológica, poniendo así en evidencia la Resistencia.

**La Resistencia** es una defensa patológica inconsciente que niega la pulsión de la **sombra**. **La Sombra** es todo lo que negamos, ocultamos, disimulamos o maquillamos. Todo lo que no queremos ser, o lo que queremos ser sin ver lo que realmente somos. Un error humano en La Divina Proporción (0.618) entre aspiraciones y capacidades. La sombra, para Dahlke, es “la suma de todo lo que estamos convencidos que tendría que desterrarse del mundo para que este fuera santo y perfecto”. **Para nosotros, la contrariedad es la guadaña de la sombra.**

La Nueva Medicina, la verdadera innovación de Hamer, es el sesgo dado a la noción de enfermedad, que puso patas arriba la vieja visión soberbia que juzga al dolor, el sufrimiento, la enfermedad y , por supuesto, a la muerte, como algo feo, absurdo, sucio, malo, insensato y peligroso que debe ser eliminado con guantes de seda o a coñetazo limpio, a plomazos de láser o a machetazo de bisturí, con suavidad o violencia, pero es malo y la única solución es desecharlo.

Hamer trae una percepción paradigmática diferente: la enfermedad es para él un proceso inteligente del cerebro ante un trauma externo, y forma parte de un programa filogenético de supervivencia de la especie. Un hecho sabio, protector y equilibrante, dinámico, bifásico, purificador, que despliega selectivamente a endobiontos, virus, bacterias y hongos de acuerdo con la ontogenética del órgano en correspondencia con las tres hojas embrionarias (endo, meso y ectodermo) que están programadas filogenéticamente para acudir, incluso, a la ayuda de los microbios según las necesidades del sistema.

Ni qué decir de la deuda de Hamer con Hegel, al acudir, en sus leyes, a la polaridad inexorable del tiempo bifásico, descrita por indios y chinos desde los tiempos del Charaka Samhita y el So Wen. Una primera fase yang, caliente, superficial, activa, aguda y simpaticotónica y una segunda fase yin, fría, profunda, lenta, crónica y parasimpaticotónica. Es la dialéctica de la contrariedad, percibida dentro del orden creativo del campo unificado de la ley natural. La enfermedad es no sólo señal del tiempo de conflicto, sino también el signo inexorable de la solución biológica de la contrariedad, a la cual Hamer llama “el conflicto”.

Ya vimos cómo la enfermedad como contrariedad es intuita desde “El amor en los tiempos del cólera” cuando el olor amargo (olor del elemento fuego que se alberga en el corazón y rige la respuesta del Shen, el psiquismo, de acuerdo con las leyes del enfermar en la Alta Tradición), ese olor de las ciruelas trasnochadas, evoca, en García Márquez el destino de los AMORES CONTRARIADOS.

He tomado la noción de enfermedad como CONTRARIEDAD VIVIDA, como un concepto más maduro que el de trauma psíquico externo que se vive como CONFLICTO en Hamer, de la idea del dolor como CONTRADICCIÓN SENTIDA (“Der gefühlte Widerspruch”) como lo definió Hegel, el verdadero padre de la Nueva Medicina, porque el juego de las polaridades \_\_que tanto exquisitó “ La enfermedad como camino”, el clásico alemán de los setentas\_\_ pone en evidencia el triunfo definitivo de la dialéctica sobre la percepción lineal, monotemática, aplanada, chata y cerrada del cientificismo médico actual que desconoce la necesidad de una semiología clínica ejercida con arte y pulcritud semántica. Aunque yo tampoco pretendo enseñar Hegel a los alemanes. El asunto es hablar de lo mío. De lo que sé porque lo he vivido.

## II

**Primer intento de aproximación al dolor, el sufrimiento, la enfermedad y la muerte en la perspectiva de la música folklórica.**

*“Yo quiero pegar un grito y no me dejan  
Yo quiero pegar un grito vagabundo” –  
Guillermo Buitrago*

Cuando Leandro Domínguez ponía el tango “La cama vacía” en su “picó” a dos esquinas de la casa, la vieja Alicia se retorció de amargura en su mecedora de hierro y plástico acomodada con esterillas y cartones y pedía sin más explicación que la llevaran para su cama. Mi padre salía entonces a exhortar al amigo vecino que, por favor, no volviera a poner ese disco de acetato de 78 RPM que tanto hacía sufrir a mi madre en su invalidez.

Debo suponer que la elegía “en un tétrico hospital donde me hallaba internado casi agónico y tumbado” le recordaba sus meses de estancia en la sala Putnan Tanco del viejo Hospital Barranquilla, donde Rubio Segura, el Neurocirujano, le había hecho el “clipaje” de un aneurisma en las profundidades del cerebro, año y medio después que las clínicas particulares de Cartagena y Barranquilla habían dejado en la ruina a la familia. Sobre todo debía dolerle ese pedacito que dice: “de tantos amigos míos ninguno ha venido a verme”.

El dolor es agudo y físico, el sufrimiento es crónico y mental; la enfermedad es la combinación de las dos cosas y la muerte es algo espiritual.

Intento en estos párrafos dilucidar una curiosa relación entre el dolor, el sufrimiento, la enfermedad y la muerte con los símbolos populares, y su hermenéutica en las canciones de la Costa Caribe colombiana, algunos aires latinoamericanos y otros cantos universales, incluyendo el canto sagrado de los yoguis en los cuartos subterráneos del desierto de Rajasthan en India, y la poesía mística cristiana del siglo XVI.

La primera parte de este ensayo se refiere a los **Juglares de la costa Caribe Colombiana**

El primer grito lo dio Buitrago:

*“Ay! cómo me compongo yo en el día de hoy  
Cómo me compongo yo en el de mañana  
Cómo me compongo yo, si vivo triste  
Cómo me compongo yo, si tu no me amas.”*

Creo que la dialéctica del chandé, del bolero, o del canto funerario mismo, que en nuestro caso cultural es el Lumbalú, o, mas aún, ciertas elegías vallenatas en ritmo de merengue -“El viejo Miguel” de Adolfo Pacheco, por ejemplo- tienen su contrariedad sentida, su sentido del dolor. Es un juego de letras movedizas, tristes, en medio de la ebullición cálida de un ritmo alegre, majestuoso de tambores, flautas y guacharacas cómplices que gritan, cantan y lloran desenfrenadas un himno a la vida que arrasa con el dolor como el río humano de una batalla de flores, en una fiesta interminable a la memoria del muerto.

Letras desgarradas con música reconfortante, o música arrebatada con canto triste, es la dialéctica del chandé. O el merengue, donde el repique de la caja vallenata acompaña elegías de ausentes o despedidas anodinas, como en “El Viejo Miguel” de Adolfo o en “La Maye” de Escalona. Tenemos el mismo caso en “Te olvidé”, chandé-himno a la amalgama del río y el mar, al alma barranquillera, donde la trompeta interpreta un fandango para sanar las heridas dejadas por ciertos amores contrariados.



Me atrevo a afirmar que el día que la humanidad comprenda la dialéctica del merengue, o, aunque más no fuera, la del bolero, la paz devendría en firme porque los contrarios reconocerían la necesidad del otro, sin pretender, víctimas del orgullo, forzarlo a doblegarse en una reconciliación alienante.

**Alienación** significa para mí, exactamente lo que dice el DRAE: “Proceso mediante el cual el individuo o una colectividad transforman su conciencia hasta hacerla contradictoria con lo que debía esperarse de su condición”.

La alienación del diálogo sanador-enfermo enturbia el proceso de autorreflexión que permitiría el cierre y la sanción de las “Gestalts Inconclusas”.

Bueno. Sigamos en lo que estábamos: la conciencia de la contrariedad como categoría liberadora que nos protege como un manto de cualquier intento de complicidad con la Mentira Interior (ver: I CHING Hexagrama 61 hay referencia discográfica en Tito Rodríguez, “se te olvida que me quieres a pesar de lo que dices”).

Ahora en lo que estoy trabajando es en eso de “Ver” a qué canción corresponde la contrariedad sentida, el dolor, el sufrimiento y la enfermedad de cada paciente. Cada cual tiene su canción. ¿La ve? Si puede verla, ya comenzó a articular, y, por supuesto, a dansarse. No se trata de ilusionismo ni de una nueva religión, pero en la Nueva Medicina, huya de un médico sin arte, pseudomaestros tibios, medio embalsamados, que confunden serenidad con indiferencia o copian y recitan de memoria, confundiendo recordar con memorizar, creyendo que la verdad se encuentra en los libros, olvidan que ellos sólo relatan el encuentro de otros con su propia realidad.

Todo enfermo tiene su contrariedad auestas. Y el que se cree sano también. ¿Cuál es la suya en este momento? Hay una contrariedad de fondo, de base, la eterna, la permanente, la incurable, que viene con el Designio Celeste y otra que es la contrariedad del momentum energético mental, que viene con el Destino Terrestre, ese es el meollo del aquí y ahora.

¿Qué es más contrariedad: vivir con alguien que no puedes amar o amar a alguien con quien no puedes vivir?

Para el movimiento oriente-occidente, de acuerdo con el enfoque psicológico occidental que escojamos, así veremos la energía del enfermo y podremos resolver el caso, bien usando un enfoque a-histórico a lo Perls, un enfoque histórico a lo Freud, Logoterapia de Victor Frankl, o el enfoque transpersonal a lo Wilber, o bien un enfoque ecléctico. (Hay más de 250 enfoques conocidos pero todos confluyen a tres escuelas: el conductismo, el psicoanálisis o el humanismo).

Sólo de manos de un enfoque riguroso y una fiel actitud, se puede encontrar la Palabra o el gesto sanador, el Remedio Único energético, alquímico, u homeopático, o el Punto Único Acupuntural, la dieta, o el masaje distinto que ayude a nuestro hermano adolorido a sobrellevar sus contrariedades.

Por último, debo anunciarles que **la categoría contrariedad** es un caleidoscopio, (EN REALIDAD FUE UN REGALO DE FU HSI A HEGEL), que nos permite ver las imágenes del individuo o del colectivo sin caer en el vago asedio de la incertidumbre tartajosa que nada tiene que ver con el sano ejercicio de la prudencia diagnóstica que requiere el universo de la semiótica médica.

Estoy convencido de que la Contrariedad podría ser una categoría fundante en la nueva mirada de los viejos problemas. Ahora sigue encontrar su validez para otro tipo de conjeturas y procedimientos epistémicos. Por ejemplo, ver, a la luz de su hermenéutica, los matices sociológicos de la Costa Caribe colombiana frente a sus enfermos, frente al sufrimiento, el sacrificio, la violencia, el dolor y la muerte.

Para Hegel la cultura es lo que el hombre hace con la muerte. Enrique Díaz es el juglar que más le ha cantado a las relaciones del hombre con la muerte, no con los muertos. El resume todo, cuando canta *“El hombre que trabaja y bebe déjenlo gozar la vida / el consuelo que se lleva es que tarde o temprano muere/ ¡ay!, después de la caja negra/ creo que más nada se lleve”*.

En otra canción, duda de los conocimientos matemáticos de Dios mismo: *“Óyeme Diosito santo, tu de aritmética nada sabías/ dime por qué la platica la repartiste tan mal repartía/ ...más adelante le pregunta “en cuál colegio era que tú estudiabas? Por qué a unos les diste tanto/ y, en cambio, a otros no nos diste nada”*. Es obvia la relación entre pobreza y sufrimiento que el autor pretende destacar.

*“No quieres que yo vaya a ver a tus padres porque te afrenta/ porque ellos tienen plata y yo simplemente soy un chofer”* es el reclamo que Julio De la Ossa le hace a su colegiala en el mismo orden de ideas donde la pobreza es la condición generadora de la **contrariedad sentida** (Der Gefulthe Widersspruch Hegeliana).

De alguna manera la parranda cumple una función sanadora en la medida en que exorciza los miedos del Vallenato tal como lo revela los versos del amor, amor de Don Abel Antonio Villa *“Este es el amor, amor, el amor que me divierte/ cuando estoy en la parranda / no me acuerdo de la muerte”*.

El orden jerárquico de aparición de los síntomas y signos de los enfermos de amor, corresponde exactamente a un orden universal: Sufrimiento, dolor, enfermedad, agonía y muerte. Aquí la Contrariedad sentida, significa exactamente, un estado de frustración, ante la imposibilidad real de satisfacer una necesidad sentida, más que un deseo o un simple capricho. Cuando una necesidad no se satisface, aparece el sufrimiento, si el sufrimiento es prolongado y no se elabora a través del canto, la danza, el arte, la fiesta, la vida, entonces el doliente pagará con dolor su estúpida ignorancia.

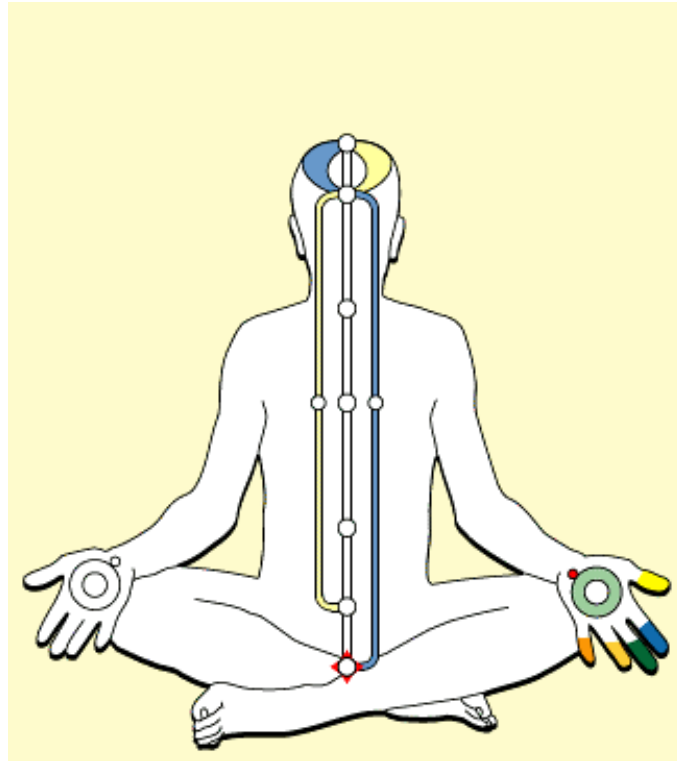
La música es como el sol, el mar, el aire, que son los médicos gratuitos para sanar las enfermedades según la Medicina Ayurveda (*Ayus=buena vida; veda=arte*). La agonía es presentida con sutileza en *“Ausencia”*, de Gustavo Gutiérrez; la añoranza es tratada en *“Anhelos”* de Alfredo Gutiérrez, un revolucionario acordeonero de la Sabana que es al vallenato lo que Amstrong es al Jazz. La desesperación espiritual por tantas penas hace que Jorge Oñate diga que *“... hasta llegué apensar que ya mi fuente se secaba”*.

Pero el culmen de la metáfora del dolor en las canciones del Valle de Upar, es la alegoría del Viejo Alejandro Durán *“Yo creía que un mejoral podía curarme este gran dolor / pero qué me va a curar/ si es una pena de amor”*. Seguramente se está refiriendo a la pena que le dejó la ausencia cuando el maldito carro 039 se la llevó: *“... es que me duele y es que me duele, válgame Dios!/ cero treinta y nueve, cero treinta y nueve, cero treinta y nueve se la llevó...”*

Ya para terminar, concluyo diciendo que cada cual tiene su canción. Supongo que los argentinos acudirán a sus milongas, los tolimenses al bunde, los venezolanos al joropo, los santandereanos a sus guabinas y los paisas al pasillo o al tango, como los cubanos al guaguancó, los españoles a sus sevillanas, etc. Lo importante es hacer el ejercicio de usar la música de cada región como detector semiológico de la contrariedad subyacente en cada caso clínico. Eso es todo.

## LOS SIETE CHAKRAS





**PRIMER CHAKRA:**

**MULADHARA**

**SEGUNDO CHAKRA:**

**SVADISTHANA**

**TERCER CHAKRA:**

**MANIPURA**

**CUARTO CHAKRA:**

**ANAHATA**

**QUINTO CHAKRA:**

**VISHUDHA**

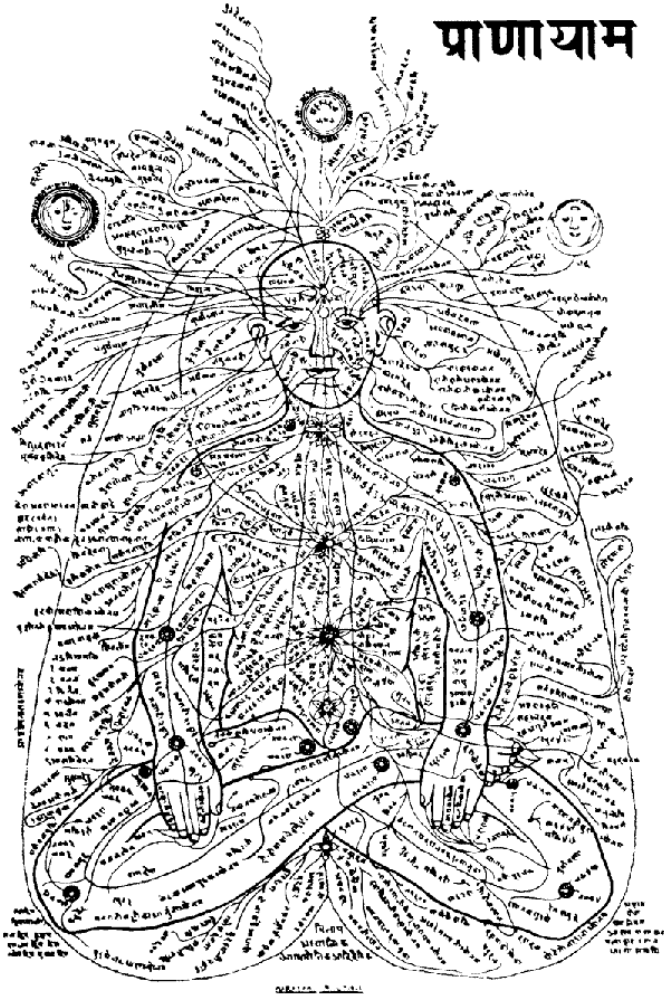
**SEXTO CHAKRA:**

**AJNA**

**SEPTIMO CHAKRA:**

**SAHASRARA**

**La trama etérica (akásica) es la interfase entre la mente y el cuerpo**



## PRIMER CHAKRA

### MULADHARA

<b><i>Significado:</i></b>	<b>Raíz, fundación.</b>
<b><i>Localización:</i></b>	<b>Base de la columna vertebral. En el periné, área genital.</b>
<b><i>Sentido:</i></b>	<b>Olfato</b>
<b><i>Color:</i></b>	<b>Rojo</b>
<b><i>Elemento:</i></b>	<b>Tierra</b>
<b><i>Órgano :</i></b>	<b>Glándulas suprarrenales, intestinos, genitales, columna.</b>
<b><i>Aspectos:</i></b>	<b>Centro de la energía vital, sede de la estabilidad, arraigo deseo de vivir , supervivencia, fertilidad y procreación.</b>
<b><i>Síntomas:</i></b>	<b>Pérdida de energía vital, inestabilidad, desarraigo, depresión, cobardía, infertilidad.</b>

## EL BIOTIPO SEGÚN LOS CINCO ELEMENTOS

### EL INDIVIDUO TIERRA:

Los de **TIERRA** son atentos, calmos, tienen buena memoria. Son colaboradores y se preocupan por el otro. Aman la buena comida. Usualmente tienen un físico de buen tamaño, con rasgos suaves, bien redondeados y buena piel. Pueden sufrir de retención de agua, de problemas musculares e indigestión. Les gusta estar en control hasta el punto de ser sobreprotectores. Su principal emoción es la tristeza.

Los tipo **TIERRA** tienen el tinte amarillo, la cabeza grande, la cara redonda, los hombros y la espalda carnosos, los muslos y el vientre gordos, las manos y los pies pequeños, son calmados generosos y no son muy ambiciosos, no buscan los honores.

**Tierra:** Racionalidad y simpatía, comprensión y compasión romántica.

*La tierra es el centro de la reflexión que pregunta al recuerdo y decide. El doctor Padilla (Escuela Neijing, España) solía decir que toda reflexión que dure más de tres minutos es obsesión y daña a la tierra. Sin embargo, anota que en la reflexión de la tierra el hombre adquiere el compromiso de coexistencia pacífica con todo lo que existe. La tierra invita a una reflexión que decide en forma constante y rítmica. Lo*

*contrario es el estancamiento, la cual induce a una especie de ahogo en su propia humedad, ya sea que se exprese en forma de obesidad o en masas tumorales.*

Cuando el bazo esta estimulado en exceso la persona suele ponerse sentimental y excesivamente compasiva, hasta el punto de debilitar a los demás. *La tierra es el territorio del ego y rige la polaridad dependencia-autonomía, obsesión-casualidad, culpabilidad-desculpabilidad.* Cuando el bazo está fuerte, hay una comprensión y compasión profundas de los demás, pero no un sentimentalismo dulzón.

## **SINTOMAS**

Frialdad, congestión, rigidez, pesadez y falta de fluido, letargo, pérdida de apetito, pesadez en los miembros, falta de circulación, rigidez en las articulaciones, palidez, náusea y exceso de sueño.

<b>ENERGIA</b>	<b>TIERRA</b>
<b>Rasgos</b>	Boca
<b>Cuerpo</b>	Músculos
<b>Expresión</b>	Tristeza
<b>Color</b>	Amarillo
<b>Gusto</b>	Dulce
<b>Fuerza</b>	Humedad
<b>Estación</b>	Fines del verano.
<b>Orientación</b>	Centro



## ESFERAS DE LA CONTRARIEDAD

### ESFERA DE LA TIERRA

<b>CONTACTO</b>	<b>RETIRADA</b>
Contentamiento	Ambición
Solidaridad	Apego
Altruismo	Egoísmo
Confianza	Celos
Compasión	Dureza

### TIERRA

<b>POLARIDAD</b>	<b>BAZO</b>	<b>ESTÓMAGO</b>
<b>(-)</b> <b>DEFICIT, AGOTAMIENTO</b> <b>ASPECTO PSÍQUICO</b>	Obsesión por detalles, conducta obsesiva, ansiedad e inquietud permanente, piensa demasiado, insomnio intermitente. Polaridad: acidez/dulzura, compasión/crueldad	Personas maniáticas, malhumoradas, obsesivas, auto observadoras, compulsivas, inseguras, falsas ideas de debilidad, se sienten víctimas, infelices y frustradas; son incapaces de elogiar las dificultades, autocompasivas. Polaridad: cambio/continuidad
<b>SOMATIZACIÓN</b> <b>(-) DEFICIT ,</b> <b>AGOTAMIENTO</b>	Estancamiento circulatorio de los pies, lumbalgias, propensión al resfriado, acidez, desabrido el gusto, indigestión, boca seca, fascies amarilla.	Ansiedad por alimentos blandos y fríos, inapetencia paradójica, melindrosas respecto a lo que comen, piernas pesadas, agrieras y acidez estomacal, dolor de estómago cansancio, estreñimiento, diarrea, colon irritable.
<b>(+)</b> <b>EXCESO, SOBRECARGA</b> <b>ASPECTO PSÍQUICO</b>	Autocompasión, sensibilidad, rechazo al consuelo, sexualidad reprimida y/o compulsiva, humor cambiante y fastidio, aburrimiento y/o descargas de energía. Polaridad: Compasión/Crueldad	Pensadera inútil, ilusiones perdidas, frustración, golosas, insatisfechas, insaciables emocional y físicamente. Ningún éxito las llena, tragan a prisa, sin apreciar lo que comen, no saborean Polaridad: calidos/ fríos, efusivas/secas.
<b>SOMATIZACIÓN</b> <b>(+) EXCESO, SOBRECARGA</b>	Hipoglucemia, dulceros, impotencia, problemas menstruales.	Comen en exceso y/o poco apetito, tirantez u opresión en hombros, dolor leve, mala circulación, piel seca y áspera, tendencia a la anemia, problemas en órganos sexuales femeninos.

## SIGNOS CHINOS CORRESPONDIENTES A TIERRA

### DRAGON

TIERRA

"YO PRESIDIO"

CANAL DEL ESTOMAGO

Potente	Rígido	Atrevido
Triunfador	Insatisfecho	Alentador
Fuerte	Receloso	Materialista
Entusiasta	Jactancioso	Independiente
Valeroso	Apasionado	Mitómano
Sentimental	Apegado	

### SERPIENTE

TIERRA

"YO INTUYO"

CANAL DEL BAZO

Intuitivo	Disimulador	Inteligente
Seductor	Gastador	Misteriosa
Discreto	Perezoso	Intuitiva
Sagaz	Codicioso	Atrevida
Clarividente	Presuntuoso	Ordenada
Compasivo	Exclusivista	Sofisticada

## CORRESPONDENCIA SIGNOS CHINOS Y OCCIDENTALES

SIGNO CHINO	SIGNO OCCIDENTAL	CARACTERISTICAS	
Dragón	Aries	Valeroso Enérgico Cordial Afable Talentoso Emprendedor	Ingenuo Ostentoso Testarudo Excesivo Mojigato Dominador
Serpiente	Tauro	Ardiente Determinado Industrioso Paciente Lógico Sensual	Lánguido Prejuicioso Huraño Glotón Suficiente Celoso

### La Personalidad del Dragón:

El Dragón es el símbolo del Emperador, el poder. Contagia vitalidad y salud. Su signo es la suerte.

Está lleno de vitalidad pero también de altivez, orgullo y hasta egoísmo. Es excéntrico y dogmático. No puede estarse quieto jamás, corre de un lado a otro, derrama y contagia impetuosidad y actividad. Ama la perfección y exige a los demás tanto como así mismo. Es impetuoso, entusiasta y fogoso, por lo que se sale de las casillas con facilidad.

Es un líder y puede triunfar en cualquier cosa que se proponga.

Tiene muy buenas relaciones con la Rata, el Mono y el Gallo. Hay armonía con la Serpiente, Cabra y Cerdo. Sin embargo las relaciones son en general malas con el Buey y Perro.

**La Personalidad de la Serpiente:**

Este animal se mueve con rapidez y gracia, ondulando. Es el signo de la sabiduría. Filósofo, teólogo y enigmático. Es un esotérico que le atrae la literatura y el psicoanálisis. Gusta de la lectura, música, teatro y artes en general. Es poca comunicativa y confía más en sus sentimientos e intuición que en la de los demás. Tiene gran voluntad y las decisiones las toma con rapidez. Son atractivos y la mujer posee una seductora belleza. Sus relaciones son muy buenas con el Gallo y bien con la Rata, Buey, Liebre y Dragón. Sin embargo no se puede decir lo mismo de las relaciones con el Tigre y Cerdo.

**La personalidad de Aries:**

Confiere a su nativo un carácter enérgico, temerario y valiente, osado, entusiasta y dinámico, con capacidad para dirigir y mandar a los demás. ¡ Es el número UNO en todo! Pero en su aspecto negativo vuelve a la persona dominante y egoísta, impaciente, impulsiva y voluntariosa, empeñada en tener siempre la razón y en querer hacer las cosas a su manera, sin escuchar consejos.

**La personalidad de Tauro:**

Es paciente y confiable, de corazón tierno y amoroso, persistente y determinado en sus asuntos, plácido y amante de la seguridad, y muy sensual en la intimidad, pero también puede ser muy celoso y posesivo, receloso, inflexible, terco, autoindulgente y hasta codicioso cuando afloran sus partes negativas.

## SEGUNDO CHAKRA

### SVADHISTHANA

<b><i>Significado:</i></b>	<b>Lugar sacro, donde habita el ser.</b>
<b><i>Localización:</i></b>	<b>Región púbica, entre la quinta vértebra lumbar y el hueso sacro.</b>
<b><i>Sentido:</i></b>	<b>Gusto</b>
<b><i>Color:</i></b>	<b>Anaranjado</b>
<b><i>Elemento:</i></b>	<b>Agua</b>
<b><i>Órgano:</i></b>	<b>Órganos reproductores, sistema urogenital, riñones, gónadas: ovarios y testículos.</b>
<b><i>Aspectos:</i></b>	<b>Influye sobre los jugos gástricos, regula la digestión y el sistema urinario. Potencia la autoestima, la vitalidad y las ganas de vivir.</b>
<b><i>Síntomas:</i></b>	<b>Indigestión, problemas urinarios, autoestima baja, pérdida de la vitalidad y de deseo de vivir.</b>

## EL BIOTIPO SEGÚN LOS CINCO ELEMENTOS

### EL INDIVIDUO AGUA

Los de energía **AGUA** son articulados e inquietos, con hambre de sabiduría. Reservados acerca de sus emociones. Son los más creativos y con mayor imaginación entre los cinco tipos de energías. Tienen cuerpos fuertes pero son propensos a tener problemas en la espalda, bajo contenido sexual y pueden sufrir de migrañas y falta de energía. Su principal emoción es miedo.

Los tipo **AGUA** tienen el tinte negruzco, la cabeza grande, los hombros estrechos, el vientre gordo; aman el movimiento, su columna vertebral es más larga que lo normal; a menudo no son honestos.

**Agua:** Sorpresa y temor. Cuando los riñones están débiles experimentamos más temor, nos sorprendemos con mayor facilidad, tenemos menos determinación y perdemos

fuerza de voluntad. Los riñones, sede de la voluntad, nos sirven para orientarnos en la vida, sobre todo cuando nos enfrentamos a la adversidad.

*La felicidad no es reposo, droga, sueño, cielo o muerte, es decir, no es un estado definitivo y acabado, sino un estado de búsqueda, conquista, lucha y trabajo. Son las palabras con que Estanislao Zuleta recordaba a Nietzsche.*

*El riñón rige la responsabilidad y el intestino grueso la prudencia. Sin embargo al agua confluyen patologías como el rencor y el odio porque en ella se encuentra el punto de equilibrio de el atreverse en medio del peligro y la duda. Cuando el agua está en equilibrio hay calma y sentido de autosuficiencia. La polaridad responsabilidad- irresponsabilidad y sumisión asertividad e incluso la de carencia de aspiraciones vs. búsqueda de sensaciones son regidas sin duda por la energía del agua. En el agua se determina nuestro papel en el karma colectivo y la movilización del reconocimiento desde el recuerdo hacia el aquí y el ahora.*

#### **SINTOMAS:**

Edema de los tejidos y articulaciones, aumento en la pesadez de los miembros, agotamiento, aumento de la salivación, flema, tos intensa, glándulas hinchadas, hinchazón de las articulaciones, fiebres bajas.

<b>ENERGIA</b>	<b>AGUA</b>
<b>Rasgos</b>	Orejas
<b>Cuerpo</b>	Huesos
<b>Expresión</b>	Miedo
<b>Color</b>	Negro
<b>Gusto</b>	Salado
<b>Fuerza</b>	Frío
<b>Estación</b>	Invierno
<b>Orientación</b>	Norte

## ESFERAS DE LA CONTRARIEDAD

### ESFERA DEL AGUA

<b>CONTACTO</b> Miedo Envidia Maldad Responsabilidad Inocencia	<b>RETIRADA</b> Valor Goza logros ajenos Bondad Irresponsabilidad Culpabilidad
---	---

### AGUA

POLARIDAD	RIÑÓN	VEJIGA
<b>(-) DEFICIT, AGOTAMIENTO ASPECTO PSÍQUICO</b>	Ansiedad y miedo permanentes, falta de determinación, problemas familiares por falta de paciencia y aguante. Polaridades: responsabilidad/irresponsabilidad, riesgo/cautela	Quejumbrosos crónicos, timidez, nerviosismo, miedos irracionales, fobias, muy sensibles emocional y físicamente. Polaridad: arraigo/desarraigo
<b>SOMATIZACIÓN (-) DEFICIT , AGOTAMIENTO</b>	Piel sin elasticidad, mala circulación, micciones frecuentes, dolor en parte baja de la espalda, impulso sexual débil, problemas en los oídos.	Micciones frecuentes, mal control de la vejiga y tensión nerviosa, además mala circulación, tirantez en las piernas y frío en la columna y nalgas, sudores nocturnos.
<b>(+ ) EXCESO, SOBRECARGA ASPECTO PSÍQUICO</b>	Adicción al trabajo, nerviosismo, ambición, sadismo, perfeccionismo; motivada por miedo al fracaso, sensación de fracaso inminente, cansancio crónico por exceso sexual o de trabajo.	Personas cositeras, se preocupan por nimiedadaes, nerviosas, inquietas, hipersensibles, pretensiosas, tienen temor a desastres y desgracias.

## SIGNOS CHINOS CORRESPONDIENTES AL ELEMENTO AGUA

MONO  
AGUA

"YO PLANIFICO"  
CANAL DE LA VEJIGA

Improvisador	Egocéntrico	Vivaz
Esmerado	Oportunista	Perspicaz
Estable	Locuaz	Entretenido
Ingenioso	Pueril	Osado
Hábil	Artero	Creativo
Líder	Descarado	
Inocente	Independiente	

GALLO  
AGUA

"YO SUPERO, YO  
COMPITO"  
CANAL DEL RIÑÓN

Flexible	Conservador	Llamativo
Entusiasta	Engreído	Capaz
Franco	Jactancioso	Comunicativo
Elegante	Pedante	Honesto
Divertido	Mandón	
Confiado	Disperso	
Valiente	Protector	

## CORRESPONDENCIA SIGNOS CHINOS Y OCCIDENTALES

SIGNO CHINO	SIGNO OCCIDENTAL	CARACTERISTICAS	
Mono	Leo	Noble Poderoso Leal Filántropo Cálido Protector	Arrogante Megalómano Vanidoso Tiránico Promiscuo Inmodesto
Gallo	Virgo	Lúcido Discernidor Cortés Práctico Servicial Decoroso	Detallista Enigmático Esnob Meticuloso Maniático Reservado

### La personalidad del Mono:

Este es un animal muy juguetón, ágil, dicharachero, se divierte con todo. Su signo es la fantasía. Es intelectual, muy inteligente y posee una inventiva admirable, lo que lo hace apto para resolver cualquier problema. Su memoria es maravillosa, es ágil, rápido, versátil, entretiene siempre, puede engañar a otros y reirse de todos. Tiene un encanto especial y conquista con él a todos por lo que difícilmente se le guarda rencor.

ES muy conversador, tanto que puede llegar a aburrir. Es extravertido y arribista. Eso sí, trata de llevarse bien con todo el mundo.

Se enamora con mucha facilidad pero las relaciones no son duraderas.

Las relaciones con la Rata y el Dragón son excelentes y también se lleva bien con el Cerdo. Con el Tigre es con quien menos se lleva.

**La personalidad del Gallo:**

Con sus plumas vistosas, su porte pomposo quiere saberlo todo, llamar la atención, ser el mejor. Está a cargo del gallinero. Su signo es la franqueza.

El Gallo da demasiada importancia al exterior en menoscabo del interior. Pero es muy franco y dice las cosas directamente, sin adornos y sin importarle si con ello hiere a los demás. Es totalmente carente de diplomacia.

Es vanidoso, intrépido, valiente, fanfarrón, pero en cuanto al humor desconoce su significado.

Sus logros los hace con dificultad, a fuerza de trabajo y perseverancia. Es vigilante y trabajador pero sueña con proyectos irrealizables.

Sus relaciones son muy buenas con la Serpiente, Dragón y Buey. Tiene malas relaciones con la Liebre y peor aún con otro Gallo.

**La personalidad de Leo:**

Se caracteriza por la generosidad y abundancia, el corazón noble, magnánimo, creativo, entusiasta, con una mentalidad muy amplia, expansivo, fiel y amoroso, pero ¡cuidado!, en su aspecto negativo se vuelve arrogante y soberbio, altanero, dominante y obstinado piensa que siempre tiene la razón, intolerante hacia los demás y muy pomposo queriendo mandar a todo el mundo.

**La personalidad de Virgo:**

Es un trabajador infatigable, modesto, organizado, práctico, diligente, muy confiable, analítico e inteligente. No obstante, como todo, tiene su lado negativo en cuyo caso puede volver a quien lo tiene en una persona altamente crítica, perfeccionista al máximo, conservadora y dura con sus palabras.



## TERCER CHAKRA

### MANIPURA

<b><i>Significado:</i></b>	<b>El lugar de las gemas.</b>
<b><i>Localización:</i></b>	<b>Plexo solar.</b>
<b><i>Sentido:</i></b>	<b>Vista</b>
<b><i>Color:</i></b>	<b>Amarillo.</b>
<b><i>Elemento:</i></b>	<b>Fuego.</b>
<b><i>Órgano:</i></b>	<b>Estómago, hígado, vesícula biliar, páncreas y plexo solar.</b>
<b><i>Aspectos:</i></b>	<b>Actúa sobre el sistema digestivo, especialmente sobre el páncreas. Proporciona fuerza poder y energía.</b>
<b><i>Síntomas:</i></b>	<b>Problemas digestivos, pérdida de Energía, envejecimiento prematuro, Diabetes.</b>

## EL BIOTIPO SEGÚN LOS CINCO ELEMENTOS

### EL INDIVIDUO FUEGO

Quienes están regidos por el **FUEGO** disfrutan de nuevas experiencias, aman el riesgo y son propensos a ser muy indulgentes, especialmente en placeres prohibidos. Son tiernos, sensibles y protectores. Tienen lindas manos y pies, largos cuellos, brazos y manos, pueden sufrir de problemas con el sueño, presión y circulación y mareos. Se cansan con facilidad; su principal emoción es la alegría.

Los tipos **FUEGO** tienen el tinte rojo, la cabeza pequeña, el mentón puntiagudo; la espalda, los hombros, las caderas, el vientre redondeados, las manos y los pies pequeños; caminan rápido, ágiles y activos y tienen mucha energía; son precavidos, pero susceptibles y no mantienen sus promesas; sus vidas son en general de bastante corta duración.

**Fuego:** Alegría e histeria. *Pero también pena, amor propio, sensualidad, impetuosidad, alegría de vivir y sinceridad.*, El corazón y el intestino delgado son las fuentes internas

de la alegría. *El corazón es el receptáculo de todo el psiquismo, de todo aquello que no se puede tocar pero existe.* Cuando el corazón está equilibrado y funciona bien, nos es más fácil experimentar alegría en nuestra vida. *El intestino delgado es el órgano que rige la creatividad del artista interior. Esta connotación nos permite pensar que si el corazón es el órgano de la alegría el intestino delgado lo es del goce estético.*

*Deficiencia de fuego:* Cuando los sanadores orientales se encontraban con una persona que sufría de infelicidad crónica reconocían *de inmediato la debilidad del fuego del corazón, sabían* que en la vida de esa persona no había nada, *algo o alguien,* que la estimulara, nada que le ofreciera una nueva dirección. **NO HABIA FUEGO EN SU VIDA.** Por lo tanto, los sanadores le trataban el corazón, el elemento fuego, *es decir trataban su espíritu indicándoles el camino del amor, la verdad consigo mismo, la verdad interior, enamorarse, volver a estar de novios con la vida.*

*Es de rigor advertir que el corazón es el albergue del SHEN, o sea, el alma espiritual, el intelecto más cercano al alma, la inteligencia y el sentido moral de la existencia. Sin embargo, no olvidemos que, además del shen orgánico dependiente del elemento fuego, también existe un shen hereditario que, según Duron, revela la energía Ching de los padres.*

**Exceso de fuego:** *Ahora Ohasi nos recuerda que:* En ocasiones, el elemento fuego puede estar excesivamente estimulado y en ese caso experimentamos histeria: desenfrenadas demostraciones de emoción, totalmente descontroladas. Esto también indica un grave desequilibrio del elemento fuego, que hay que tenerlo en cuenta si se quiere sanar el trastorno.

<b>ENERGIA</b>	<b>FUEGO</b>
<b>Rasgos</b>	Lengua
<b>Cuerpo</b>	Pulso
<b>Expresión</b>	Alegría
<b>Color</b>	Rojo
<b>Gusto</b>	Amargo
<b>Fuerza</b>	Calor
<b>Estación</b>	Verano
<b>Orientación</b>	Sur

## **ESFERAS DE LA CONTRARIEDAD**

<b>CONTACTO</b> Amor	<b>RETIRADA</b> Odio
Cariño Alegría Encuentros	Agresividad Tristeza Desencuentros

### FUEGO

<b>POLARIDAD</b>	<b>MAESTRO DEL CORAZÓN</b>	<b>TRIPLE CALENTADOR</b>
<b>(-) DEFICIT, AGOTAMIENTO ASPECTO PSÍQUICO</b>	Personas inquietas, distraídas, insomnes, mojigatas. Polaridad: introversión/extraversión	Muchas obsesiones, se identifica con falsos valores consecuencia de mimos en la infancia, son hipersensibles. Polaridad: satisfacción/insatisfacción
<b>SOMATIZACIÓN (-) DEFICIT, AGOTAMIENTO</b>	Dificultad para tragar, faringitis, amigdalitis, hipotensión, disnea.	Sensible al clima, resfriados, piel sensible, ojos cansados, alergias al polen y otros, opresión en el tórax y hara, hipotensión, cervicalgia y dolor en las sienes.
<b>(+) EXCESO, SOBRECARGA ASPECTO PSÍQUICO</b>	Personas con inquietud, desasosiego, nerviosismo, huida de los problemas, esquizofrenia.	Desconfianza, cautela, hipersensible, siempre alerta, disgustos por cambios climáticos y en el entorno.
<b>SOMATIZACIÓN (+) EXCESO, SOBRECARGA</b>	Palpitaciones, hipertensión, mareos, cansancio crónico, rigidez en el hara, mala circulación, sd, de túnel carpiano, colón irritable.	Cansancio fácil, moco nasal, propensión a accidentes, mala circulación, picazón en la piel, gingivitis, estomatitis, aftas, pesadez en las piernas.

## SIGNOS CHINOS CORRESPONDIENTES AL ELEMENTO FUEGO

**CABALLO**  
FUEGO  
"YO EXIJO"

### CANAL DEL CORAZON

Convincente	Egocéntrico	Trabajador
Persuasivo	Inescrupuloso	Gregario
Autónomo	Rebelde	Amigable
Apreciado	Precipitado	Enérgico
Distinguido	Ansioso	
Hábil	Pragmático	
Talentoso	Leal	

**CABRA**  
FUEGO  
"YO DEPENDO"  
CANAL DEL INTESTINO  
DELGADO

Inventivo	Caprichoso	Adaptable
Sensible	Pesimista	Honesta
Perseverante	Moroso	Creativa
Cortés	Imprevisor	Imaginativa
Fantasioso	Inseguro	Sincera
Exquisito	Nervioso	
Consolador	Pacífica	

**PERRO**  
FUEGO  
"YO ME PREOCUPO"  
CANAL MAESTRO DEL  
CORAZON

Fiel	Atormentado	Leal
Constante	Insaciable	Sensitivo
Respetable	Falto de tacto	Moral
Inteligente	Desasosegado	Confiable
Sacrificado	Crítico	Imaginativo
Responsable	Cínico	

**PUERCO-JABALI**  
FUEGO  
"YO VIVO LA VIDA"  
CANAL TRIPLE  
CALENTADOR

Escrupuloso	Crédulo	Sensual
Galante	Colérico	Generoso
Sincero	Indeciso	Alegre
Cultivador	Materialist a	Tolerante
Honesto	Glotón	Afortunado
Voluptuoso	Terco	Ansioso

## CORRESPONDENCIA SIGNOS CHINOS Y OCCIDENTALES

SIGNO CHINO	SIGNO OCCIDENTAL	CARACTERISTICAS	
Caballo	Géminis	Intelectual Perspicaz Flexible Polifacético Expresivo Hábil	Impaciente Verborrágico Inconstante Iluso Superficial Indeciso
Oveja	Cáncer	Imaginativo Perceptivo Tenaz Afectuoso Receptivo Precavido	Avaro Irritable Melancólico Posesivo Ciclotímico Hipersensible
Perro	Libra	Justo Esteta Encantador Gentil Equilibrado Idealista	Discutidor Manipulador Contemporizador Sibarita Apático Locuaz
Cerdo /Jabalí	Escorpión	Dedicado Soberano Inspirado Magnético Tierno Disciplinado	Implacable Fanático Sádico Rencoroso Suspica Intransigente

### **La personalidad del Caballo:**

Su signo es la elegancia y el ardor. Es vivaz, enérgico, impetuoso, apasionado, tenaz e impulsivo. Gusta de los ejercicios, los deportes y competencias donde podrá lucir su cuerpo con elegancia y demostrar su rapidez de reflejos. Además le gusta el público, lucirse y exhibirse. Viste con alegría y gracia.

Por otro lado es impulsivo con un temperamento muchas veces explosivo.

Le gusta conversar y tiene facilidad con la oratoria, con la cual es capaz de convencer a la mayoría, ya que además tiene poder de persuasión.

Tiene una memoria digna de elogios, aunque su inteligencia no está acorde a su memoria, es decir su creatividad e imaginación y como él lo sabe se siente inseguro.

Suele hacer muchas cosas a la vez y es muy impetuoso pero si no logra sus propósitos y fracasa, esto lo afectará grandemente. A causa de su carácter no gusta de la soledad.

Se llevan muy bien con el Tigre y la Cabra y también con el perro y otros Caballos Sin embargo las relaciones con la Rata dejan bastante que desear.

### **La personalidad de la Cabra:**

Este es un animal apacible, tranquilo, que necesita de alguien que lo guíe. Su signo es el arte.

Ama a la naturaleza, gusta de los detalles, los cuales tienen mucha importancia para él, al igual que las miniaturas, el aire, las antigüedades, etc.

Tiene un carácter suave, apacible, dulce, simpático. Por otro lado es gentil, generoso pero cambiante e indeciso y por esta razón necesita de un apoyo, de alguien que lo dirija, que lo mande y oriente. Dicho de otro modo, le falta seguridad y carece de independencia.

Vive el presente sin preocuparse por el pasado o porvenir. Mientras tenga seguridad y bienestar será dichoso y feliz, en caso de lo contrario no dejará de quejarse.

En general la suerte acompaña a estos animales, pero los nacidos en invierno, cuando el pasto escasea, tendrán muchas dificultades en la vida.

Las relaciones son muy buenas con la Liebre y Caballo. Buenas, aunque no tanto, con el Dragón, Serpiente y Cerdo. Con la Rata y el Buey dejan mucho que desear. La alianza con el mono es favorable.

### **La personalidad del Perro:**

El perro es un guardián leal, lo da todo por el amo y solo a él le permite sobrepasarse. Su signo es justamente la lealtad.

La moral y el deber tienen un alto significado para él, están por encima de todo. Desconoce lo que es traición, es un amante de la justicia y reaccionará con violencia ante cualquier engaño.

Es un guardián alerta y trabajador que está siempre dispuesto a ayudar a los demás. Es un ser que inspira confianza y sabe guardar muy bien los secretos que le confían.

Es pesimista siempre está viendo la parte negativa de las cosas. Se entristece por la miseria, por el hambre de los demás, por todo. Con frecuencia anda haciendo críticas.

Se lleva muy bien con el Tigre y Liebre. Las relaciones son cordiales con el Caballo y el Gallo, pero malas con el Dragón.

### **La personalidad del Cerdo:**

El Cerdo (o Jabalí) es un animal simple y sencillo en extremo. Su signo es la Honestidad.

Es un ser ingenuo, puro, confiado. Cree todo lo que se le dice por lo que con mucha facilidad resulta engañado. El, por su parte, es incapaz de engañar o de un hecho desleal.

Es pesado, lento, tanto en sus reacciones como pensamientos y hechos. Le cuesta decidirse, lo piensa una y otra vez, ve las ventajas y desventajas que ello le causa, pero una vez que se decide por algo lo emprende con vigor, ya nada ni nadie lo hará cambiar. Tiene buenas relaciones con la Rata, Tigre, Liebre y Cabra. Por otro lado las relaciones con la Serpiente son malas.

### **La personalidad del Géminis:**

La persona que posee el ascendente geminiano suele ser muy despierta y vivaz, versátil y curiosa, de mente ágil adaptable, ingeniosa, elocuente, juvenil y fresca; pero cuando la dominan sus cualidades negativas, entonces se vuelve superficial, vana e inconsciente, incapaz de concentrarse bien, tensa, inquisitiva y entremetida, ¡ hablando hasta por los codos!

**La personalidad del Cáncer:**

Proyecta un tono amoroso y maternal, altamente intuitivo e imaginativo, con sueños clarividentes, protector de la familia, comprensivo, cauteloso en los negocios y en las palabras, confiable y gran amigo, pero en su aspecto negativo puede ser temperamental y cambiar de carácter un día.

**La personalidad del Libra:**

En este caso, se imparte un tono diplomático y circunspecto, elegante, educado, romántico y encantador, fácil de tratar, sociable, idealista, amante de la paz, justo y equitativo, amante de la belleza y la armonía. En su lado negativo, sin embargo, vuelve muy indeciso y susceptible a quien lo tiene, fácil de influir por los demás, autoindulgente, muy zalamero y con poca fuerza de voluntad.

**La personalidad del Escorpión:**

Es el de una persona decidida, fuerte, con gran voluntad para hacer las cosas, altamente intuitiva, apasionada, de magnética personalidad y gran carisma. En su aspecto negativo se vuelve muy celosa y resentida, compulsiva, obsesiva, obstinada y muy privada para sus cosas. ¡ A veces es hasta vengativa!.

## CUARTO CHAKRA

### ANAHATA

<b><i>Significado:</i></b>	<b>Indemne.</b>
<b><i>Localización:</i></b>	<b>Plexo cardíaco, en el corazón.</b>
<b><i>Sentido:</i></b>	<b>Tacto.</b>
<b><i>Color:</i></b>	<b>Verde</b>
<b><i>Elemento:</i></b>	<b>Aire</b>
<b><i>Órgano:</i></b>	<b>Corazón, pulmones, circulación y glándula del timo.</b>
<b><i>Aspectos:</i></b>	<b>Controla el corazón y el sistema circulatorio. Estimula la actividad pulmonar. Es el centro de las emociones, el amor, la comprensión, el perdón y la confianza.</b>
<b><i>Síntomas:</i></b>	<b>Enfermedades coronarias, problemas circulatorios, insuficiencia respiratoria, problemas emocionales, desamor, incomprensión, venganza, desconfianza</b>

## EL BIOTIPO SEGÚN LOS CINCO ELEMENTOS

### EL INDIVIDUO AIRE (MADERA)

Las personas con energía madera tienden a ser fuertes, musculosas y a estar siempre en forma. Pueden sufrir de problemas de alta presión. Sufren también de vértigo y son propensas a torceduras de muñecas y tobillos, tensión en el cuello y hombros, migrañas y dolores de cabeza. También resultan individuos rápidos, con gran poder de decisión, no descansan y son impacientes, impulsivos y competitivos. Su principal emoción es la ansiedad.

Los tipos **MADERA** tienen el tinte verdoso, el cuello largo, los hombros anchos, las manos y los pies pequeños, son trabajadores.

**Madera:** Rabia. Cuando el hígado o la vesícula biliar tienen problemas o están dañados, se produce un aumento de la rabia y agresividad. También la rabia puede dañar el hígado y la vesícula. *La madera es también el deseo de trascendencia, las relaciones con el mundo a través del viento, vehículo de una emoción que nos ubica en el eje de las polaridades: paciencia-agresividad, sumisión-asertividad, riesgo-cautela, seguridad-inseguridad, la madera anima el deseo de trascendencia, el espíritu de la fe,*



*verbosidad y el don de gente, así como la sinuosa y flexible curva que propicia la transformación de ying en yang. La fascinación y la sorpresa, la creatividad y la innovación son atributos del movimiento del bambú, el símbolo de la madera.*

**SINTOMAS**

Sequedad en la piel, enfriamiento, alta sensibilidad al viento, pérdida de energía, déficit de la circulación, distensión abdominal, constipación, temor, fatiga, insomnio, espasmos, borborigmos, cansancio, dolor y rigidez articular, dolor lumbar y tos seca.

<b>ENERGIA</b>	<b>MADERA</b>
<b>Rasgos</b>	Ojos
<b>Cuerpo</b>	Tendones
<b>Expresión</b>	Ansiedad
<b>Color</b>	Verde
<b>Gusto</b>	Agrio
<b>Fuerza</b>	Viento
<b>Estación</b>	Primavera
<b>Orientación</b>	Este

**ESFERAS DE LA CONTRARIEDAD**

**ESFERA DEL VIENTO**

<b>CONTACTO</b>	<b>RETIRADA</b>
Paciencia	Prisa
Flexibilidad	Rigidez
Calma	Ira
Admiración	Agresión

**MADERA**

<b>POLARIDAD</b>	<b>HÍGADO</b>	<b>VESÍCULA BILIAR</b>
------------------	---------------	------------------------

<p align="center"><b>(-) DEFICIT, AGOTAMIENTO ASPECTO PSÍQUICO</b></p>	<p>Personas que se enfadan, se irritan y se enfurecen con mucha facilidad; nerviosas, contradictorias, detallistas en cosas triviales, como ancianos y mayores de 40 años, menopáusicos. Polaridad: actividad/inactividad.</p>	<p>Rabia aflora como furia, propensas a tensión nerviosa, tímidas, indecisas, se asustan fácilmente, sueñan despiertas pero carecen de determinación, voluntad y valor para cristalizar sus sueños. Polaridad: reprimida/airada</p>
<p align="center"><b>SOMATIZACIÓN (-) DEFICIT , AGOTAMIENTO</b></p>	<p>Fatiga fácil, mareo, cansancio en los ojos, fatiga sexual, próstata y fiebres.</p>	<p>Diarrea, indigestión, insomnio, vértigo, mareo, lagañas, agrieras.</p>
<p align="center"><b>(+) EXCESO, SOBRECARGA ASPECTO PSÍQUICO</b></p>	<p>Personas tenaces, agresivas, perseverantes, iracundas, coléricos y rabiosos, irónicas, emotivas, enérgicos, “trabajólicas”, gula, compulsivos, (sobre todo alcohólicos). Polaridad: dureza/ternura, culpa/disculpa, rabia/tolerancia, paciencia/impaciencia</p>	<p>“Trabajólicas”, impacientes, apresurados, cositeros, se alteran con facilidad, se sobrecargan de responsabilidades en el trabajo, pensadora (obsesión) Polaridad: paciencia/impaciencia Responsabilidad/irresponsabilidad</p>
<p align="center"><b>SOMATIZACIÓN (+) EXCESO, SOBRECARGA</b></p>	<p>Flatulencia, mal olor corporal, hemorroides, opresión anal, próstata, tirantez testicular, STP, indigestión y opresión del hara.</p>	<p>Insomnio, “dolor en”, hipocondrio, anorexia, escleras levemente icter, rigidez muscular, migraña, estreñimiento, compulsión por dulces y rechazo a los ácidos.</p>

**SIGNOS CHINOS CORRESPONDIENTES AL ELEMENTO AIRE (MADERA)**

**RATA  
MADERA  
"YO DIRIJO"  
CANAL DE LA VESCICULA BILIAR**

Influyente	Nervioso	Determinada
Inteligente	Codicioso	Emprendedora
Carismático	Árido de poder	Práctica
Atrayente	Intrigante	
Sociable	Entrometido	
Seductor	Verboso	
Ahorrativo	Trabajadora	

**BUFALO  
MADERA  
"YO PERSEVERO"  
CANAL DEL HIGADO**

Integro	Terco	Convencional
Perseverante	Vengativo	Confiable
Elocuente	Intolerante	Definido
Innovador	Rutinario	Inteligente
Laborioso	Prejuiciado	
Estable	Reservado	
Paciente	Valiente	

**CORRESPONDENCIA SIGNOS CHINOS Y OCCIDENTALES**

SIGNO CHINO	SIGNO OCCIDENTAL	CARACTERISTICAS
Rata	Sagitario	Jovial Magnánimo Solícito Valeroso Honorable Juicioso Indiscreto Imprudente Áspero Fluctuante Negligente Contradictorio
Buey	Capricornio	Resuelto Sabio Ambicioso Generoso Confiable Rígido Torpe Pretensioso Epicúreo Inseguro de sí

**La personalidad de la Rata:**

La Rata es un animal nocturno. Sale de su cueva, va de un lugar a otro, se detiene, observa, lo investiga todo.

Es atrayente, simpática y vivaz. Su signo es la seducción y la atracción.

Su apariencia es tranquila, apacible, pero la realidad es otra: nerviosa, agitada, agresiva. No obstante tiene una personalidad sociable con una imaginación fecunda. A esto se le suma el encanto, ese magnetismo especial que posee.

Le gusta todo tipo de reuniones. Para lograr sus propósitos no vacila en emplear cualquier método y trata de sacar buen provecho de sus amigos, parientes y conocidos.

Es muy trabajadora por lo que lleva adelante cualquier empresa por difícil que esta sea. Le gusta coleccionar y amontonar cosas. Si consigue dinero lo gasta con facilidad, no se priva de nada.

En el amor es sensual y sentimental

Se entiende bien con el Dragón y el Mono. Siente aprecio por el Buey, Cerdo y Serpiente.

### **La personalidad del Buey:**

El Buey es un animal lento, pesado, que nos facilita el duro trabajo de la agricultura, dando prosperidad a quien lo posee. Su signo es el Equilibrio y la Tenacidad.

El Buey es una persona paciente, trabajadora y rutinaria. Es muy estable, alguien en quien se puede confiar y se convierte a menudo en confidente de los demás. En el trabajo puede llegar a puntos clave, puestos de autoridad y responsabilidad a causa de sus méritos. No le gusta que lo manden, prefiere los trabajos libres. Es callado y poco demostrativo, casi se diría introvertido.

Tiene un individualismo especial, pero en equilibrio interior.

Sus relaciones son muy buenas con el Gallo y buena con la Liebre, Serpiente y con otro Buey. No son buenas con el Perro, Cabra y Tigre.

### **La personalidad del Sagitario:**

Quien tiene como ascendente a Sagitario será alguien amante de la libertad, espontáneo, jovial, de muy buen humor, deportista, honesto, sincero y directo en sus cosas, filosófico e intelectual; pero cuando afloran sus aspectos negativos tienden a ser descuidados e irresponsables, superficiales, con muy poco, o ningún tacto social, inquietos y con un optimismo ciego e irrealista.

### **La personalidad del Capricornio:**

Confiere el sentido práctico y prudente, confiable, disciplinado, con muchas aspiraciones, paciente, cuidadoso, reservado, discreto y de buen humor, pero en su aspecto negativo crea a una persona fatalista, demasiado convencional, rígida, intolerante, con actitudes avaras y quejona.

## **QUINTO CHAKRA**

## VISHUDA

<b>Significado:</b>	<b>Pureza</b>
<b>Localización:</b>	<b>Plexo de la carótida; garganta.</b>
<b>Sentido:</b>	<b>Oído.</b>
<b>Color:</b>	<b>Azul claro.</b>
<b>Elemento:</b>	<b>Éter</b>
<b>Órgano:</b>	<b>Garganta, glándula tiroides, parte superior de los pulmones.</b>
<b>Aspectos:</b>	<b>Influye sobre la tiroides, los pulmones y los bronquios. Confiere claridad al hablar, armoniza el pensamiento y la comunicación. Confiere claridad al hablar, armoniza el pensamiento y la comunicación. Potencia la creatividad y el sentido de La responsabilidad.</b>
<b>Síntomas:</b>	<b>Tiroides, bronconeumonía, disfonía, confusión, dificultad en la comunicación, falta de creatividad, irresponsabilidad.</b>

## EL BIOTIPO SEGÚN LOS CINCO ELEMENTOS

### EL INDIVIDUO METAL

Los de energía **METAL** son formales y reservados. Les gusta el orden y la armonía en sus vidas. Se concentran en la lógica y la razón. Pueden sufrir de mala circulación y piel muy seca. Tienen a ser personas pequeñas, con rasgos delicados. Su principal emoción es la preocupación.

Los tipo **METAL** tienen el tinte blanco, la cabeza pequeña, los hombros estrechos, las manos y los pies menudos y finos; son simples, minuciosos, clarividentes; hacen de buenos jueces.

**Metal:** Aflicción. Es importante mantener en perspectiva nuestra tristeza y aflicción y no aferrarnos a ellas si queremos llevar vidas productivas. Cuando la persona se aferra a su aflicción, generalmente hay problemas de intestino grueso.

Por lo tanto para tratar la aflicción, trate el intestino grueso y anime a la persona a liberarse del dolor que persiste.

*Indudablemente la palabra clave del metal es combatividad, conflictividad, la sed de justicia y el espíritu revolucionario, pero también el romanticismo, el buen gusto y la sensualidad a flor de piel. El pulmón es la expresión del ritmo dual contracción-expansión. En cada respiración se reviven el origen del universo, el ritmo de la vida.*

*Nuestra relación con el aire es la prueba de que somos parte de un todo que va más allá de nuestra individualidad porque respiramos algo más que aire y porque compartimos la atmósfera, en sentido real y figurado, respiramos también las alegrías y las tristezas de quienes nos acompañan en nuestro viaje por la vida.*

## **SINTOMAS**

Afección del hígado, sabor amargo en la boca, rabia, conjuntivitis, vómitos biliosos, diarrea, sensación de quemazón, desórdenes digestivos.

<b>ENERGIA</b>	<b>METAL</b>
<b>Rasgos</b>	Nariz
<b>Cuerpo</b>	Piel / pelo
<b>Expresión</b>	Preocupación
<b>Color</b>	Blanco
<b>Gusto</b>	Picante
<b>Fuerza</b>	Seco
<b>Estación</b>	Otoño
<b>Orientación</b>	Oeste

## **ESFERAS DE LA CONTRARIEDAD**

### **ESFERA DEL ÉTER**

<b>CONTACTO</b>	<b>RETIRADA</b>
Justicia	Injusticia
Romanticismo	Sequedad
Perdón	Justicia

### **METAL**

<b>POLARIDAD</b>	<b>PULMÓN</b>	<b>INTESTINO GRUESO</b>
	Depresión, ansiedad, pérdida	Falta de agallas,

<p align="center"><b>(-) DEFICIT, AGOTAMIENTO ASPECTO PSIQUICO</b></p>	<p align="center">de agudeza mental, hipersensibilidad, histeria por disnea. Polaridad: ansiedad/calma.</p>	<p align="center">determinación y valor ante las dificultades. Pueden sucumbir a la desesperación y amargura. Polaridades: riesgo/cautela, control/audacia, dependencia/autonomía</p>
<p align="center"><b>SOMATIZACION (-) DEFICIT , AGOTAMIENTO</b></p>	<p align="center">Resfriados, pesadez en la cabeza, congestión, tos.</p>	<p align="center">Estreñimiento, congestión nasal, Asma, diarrea por fibras.</p>
<p align="center"><b>(+) EXCESO, SOBRECARGA ASPECTO PSIQUICO</b></p>	<p align="center">Personas con obsesión y angustias por minucias, dificultad para liberar la energía reprimida, suspiros en exceso, dificultad para expresar físicamente el amor (estreñimiento emocional). Polaridad: flexibilidad/dogmatismo.</p>	<p align="center">Insatisfacción, incapacidad de apreciar nada: ni el trabajo, ni los padres, ni a si mismas. Mezquindad, resentimiento, recuerdos negativos, y/o inútiles, estreñimiento emocional. Depresión. Polaridades: limitación/búsqueda de sensaciones, sociabilidad/insociabilidad, extroversión/introversión.</p>
<p align="center"><b>SOMATIZACION (+) EXCESO, SOBRECARGA</b></p>	<p align="center">Tos productiva, asma respiratoria.</p>	<p align="center">Odontalgias, piel pálida, ojos blanquecinos, dolor de hombros, estreñimiento/diarrea, hemorroides, resfriados, cefalea, moqueo, epistaxis, faringoamigdalitis y gingivitis.</p>

### **SIGNOS CHINOS CORRESPONDIENTES A METAL**

**TIGRE  
METAL  
"YO VIGILO"  
CANAL DEL PULMÓN**

Fervoroso	Impetuoso	Atrevido
Valiente	Arrebatado	Entretenido
Magnético	Desobediente	Agotador
Afortunado	Fanfarrón	Apasionado
Benevolente	Inmoderado	Peligroso
Decidido	Nervioso	Apresurado
Poderoso	Itinerante	

**LIEBRE O GATO**  
METAL  
"YO ME RETIRO"  
**CANAL DEL INTESTINO GRUESO**

Diplomático	Sigiloso	Sensible
Refinado	Quisquilloso	Ególatra
Virtuoso	Pedante	Discreto
Prudente	Diletante	
Longevo	Hipocondríaco	
Ambicioso	Tortuoso	
Generoso	Intuitivo	

**CORRESPONDENCIA SIGNOS CHINOS Y OCCIDENTALES**

SIGNO CHINO	SIGNO OCCIDENTAL	CARACTERISTICAS	
Tigre	Acuario	Visionario Original Altruista Tolerante Independiente Individualista	Excéntrico Desapegado Neurótico Desobediente Irreflexivo Cruel
Liebre	Piscis	Comprensivo Perceptivo Creativo Dúctil Consciente Espiritual	Apocado Remiso Pusilánime Engreído Irascible Indeciso

**La personalidad del Tigre:**

El Tigre esconde en su tranquilidad la inquietud. Es un rebelde con un carácter explosivo, irritable, indisciplinado. Está siempre al acecho y es temerario, obstinado y testarudo. Su signo es el coraje.



Está preparado para la actividad, lleva a cabo todo con dinamismo y su vivacidad e impulsividad es contagiosa. No confía en nadie y con frecuencia está en conflicto con alguien. Es apasionado y romántico en el amor. Tiene dotes de jefe y se siente muy bien en este papel, principalmente donde tenga que tomar decisiones arriesgadas. Se lleva muy bien con el Caballo y el Perro. También hay armonía con el Cerdo. Las relaciones con el Buey, Serpiente y Mono no son las mejores.

#### **La personalidad del Conejo:**

Ya sea Liebre, Conejo o Gato, como se le denomina en distintos países, es un animal que siempre cae parado. Es el emblema de la longevidad. Su signo es la virtud.

Las peleas y discusiones no son de su agrado por lo que dispara de las situaciones conflictivas. Es un ser diplomático y simpático. Gusta de la calma, la paz y el confort, dispara de los cambios. Los nacidos bajo el signo de la Liebre son discretos, diplomáticos, inteligentes y muy intuitivos, por lo que son muy apreciados.

Es un conservador y se opondrá a todo lo que pueda poner en peligro su seguridad y confort, ya que prefieren la inmovilidad, la vida familiar. Por lo general tiene suerte en los negocios y transacciones monetarias.

Se lleva muy bien con la Cabra y armoniza con el Cerdo, Perro, Serpiente, Buey y con otra Liebre. Las relaciones son malas con el Gallo y la Rata.

#### **La personalidad de Acuario:**

Crea unas actitudes imprevisibles y espontáneas. Es el de la persona original, creativa y humanitaria, proyectada al futuro y llena de ideas innovadoras y espectaculares, universales y fantásticas. En su parte negativa puede ser alguien muy distante y privado, altamente inestable y capaz de ayudar a todos los necesitados del mundo, ¡ menos a la gente que vive en su casa.

#### **La personalidad de Piscis:**

Otorga mucha imaginación y sensibilidad, compasión y bondad, intuición y una gran capacidad para el sacrificio personal. En sus aspectos positivos proyecta la personalidad idealista y espiritual; pero cuidado, porque si se desarrollan las partes negativas se vuelven imprecisos y de poca voluntad.

## **SEXTO CHAKRA**

### **AJNA**

<b><i>Significado:</i></b>	<b>Poder ilimitado.</b>
<b><i>Localización:</i></b>	<b>Un “No – Lugar” a un tsun del entrecejo</b>
<b><i>Sentido:</i></b>	<b>Todos los sentidos purificados.</b>
<b><i>Color:</i></b>	<b>Índigo.</b>
<b><i>Elemento:</i></b>	<b>Luz</b>
<b><i>Órgano:</i></b>	<b>Parte inferior del cerebro, glándula pituitaria hipófisis, ojo izquierdo, oídos y nariz.</b>
<b><i>Aspectos:</i></b>	<b>Estimula la intuición, la clarividencia y la telepatía. Favorece la comprensión, la visión interior, la inspiración y el despertar espiritual.</b>
<b><i>Síntomas:</i></b>	<b>Dispersión mental, retraso mental, falta de inspiración y creatividad, desesperación, desinterés espiritual</b>

## **7. SEPTIMO CHACRA**

### **SAHASRARA**

<b><i>Significado:</i></b>	<b>Mil pétalos.</b>
<b><i>Localización:</i></b>	<b>Fontanela superior. Centro del cráneo.</b>
<b><i>Color:</i></b>	<b>Violeta.</b>
<b><i>Elemento:</i></b>	<b>Pensamiento</b>
<b><i>Órgano:</i></b>	<b>Parte superior del cerebro, ojo derecho, glándula pineal o epífisis.</b>
<b><i>Aspectos:</i></b>	<b>Completa la persona, acentúa las facultades humanas, la sensatez y la intuición. Conexión con el Yo superior, con la guía interior y con el amor que lo abarca todo.</b>
<b><i>Síntomas:</i></b>	<b>Inmadurez, deshumanización, insensatez, dispersión mental, ateísmo, incapacidad de concentrarse, desamor, incapacidad de amar</b>

### **AUTOTEST DE LOS CHAKRAS**

El mejor procedimiento para iniciarse en el análisis de los chakras es comenzar por uno mismo: examinar nuestro sistema de energías, los defectos y las virtudes, la consistencia del deseo de cambiar. El cuestionario siguiente puede servir para determinar cuál es nuestra distribución. Contesta con sinceridad, o consulta la opinión de un buen amigo.

*Instrucciones:* Contesta sinceramente y según tu mejor saber y entender.

<b>N</b> = nunca	<b>M</b> = <i>malo</i>
<b>P</b> = pocas veces	<b>R</b> = regular
<b>F</b> = con frecuencia	<b>B</b> = bueno
<b>S</b> = siempre	<b>E</b> = excelente

Las respuestas que recaigan en la columna 1 (N o M) valen un punto; en la columna 2 (P o R), dos puntos; en la columna 3 (F o B), tres puntos, y en la columna 4 (S o E), cuatro puntos. Suma los puntos correspondientes a cada chakra y compara.

**Primer chakra: La tierra, la supervivencia, el fundamento.**

	<b>RESPUESTA</b>	<b>PUNTUACION</b>
¿Sueles pasear por el bosque o por Algún parque público, ponerte de Alguna otra manera en contacto con La naturaleza?	N P F S	_____
¿Acostumbras a realizar ejercicio? (gimnasia, yoga, etc.)	N P F S	_____
¿Cómo valorarías tu salud física)	M R B E	_____
¿Y tu relación con el dinero y el Trabajo?	M R B E	_____
¿Te consideras persona bien Fundamentada?	N P F S	_____
¿Te gusta tu cuerpo?	N P F S	_____
¿Te sientes con derecho a ocupar Un lugar aquí?	N P F S	_____
	<b>Total</b>	_____

**Segundo chakra: El agua, las emociones, la sexualidad.**

	<b>RESPUESTA</b>	<b>PUNTUACION</b>
¿Cómo juzgarías tu capacidad para Expresar tus emociones?	M R B E	_____

¿Cómo calificarías tu vida sexual?	M R B E	_____
¿Dedicas mucho tiempo a las Pequeñas satisfacciones de la vida?	N P F S	_____
¿Cómo valoras tu flexibilidad Emocional?	M R B E	_____
¿Sueles ofrecerte para cuidar a otras Personas? ¿Tienes disposición para Ello?	N P F S	_____
¿Tienes remordimientos relacionados Con tu vida afectiva o sexual?	S F P N	_____
	<b>Total :</b>	_____

### **Tercer chakra: El fuego, el poder la voluntad**

	<b>RESPUESTA</b>	<b>PUNTUACION</b>
¿Cómo valoras tus niveles cotidianos De energía?	M R B E	_____
¿Cómo valoras tu metabolismo y Digestión?	M R B E	_____
¿Consigues llevar a término las Empresas que te propones?	N P F S	_____
¿Tienes seguridad en ti mismo/ Ti misma?	N P F S	_____
¿Te sientes a gusto cuando marcas (en caso necesario) tus diferencias Con respecto a los demás?	N P F S	_____
¿Te intimidan los demás?	S F P N	_____
¿Eres firme en tus propósitos?	N P F S	_____
	<b>Total:</b>	_____

### **Cuarto chakra: El aire, el amor, las relaciones.**

	<b>RESPUESTA</b>	<b>PUNTUACION</b>
¿Te estimas a ti mismo / a?	N P F S	_____

¿Tienes facilidad para establecer Relaciones duraderas?	M R B E	_____
¿Aceptas a los demás tal como son?	N P F S	_____
¿Te sientes en conexión con el Mundo que te rodea?	N P F S	_____
¿Acumulas en tu corazón muchos Agravios pasados?	S F P N	_____
¿Tienes compasión para con los Agobiados por sus defectos o Problemas?	N P F S	_____
¿Eres capaz de perdonar las ofensas?	N P F S	_____
	<b>Total:</b>	_____

**Quinto chakra: El sonido, la comunicación, la creatividad.**

	<b>RESPUESTA</b>	<b>PUNTUACION</b>
¿Sabes escuchar?	N P F S	_____
¿Cómo valoras tu capacidad Para comunicar tus ideas?	M R B E	_____
¿Sueles decir tu verdad cuando Hace falta?	N P F S	_____
¿Tienes originalidad, eres creativo O creativa? (Esto no se refiere Necesariamente a la práctica de una Actividad artística, se puede ser Original en todo, poniendo la mesa, En las cartas a los amigos, etc.)	N P F S	_____
¿Practicas alguna actividad Artística? (pintura, danza, etc.)	N P F S	_____
¿Tienes una voz resonante?	N P F S	_____
¿Te sientes sincronizado / Sincronizada con la vida?	N P F S	_____
	<b>Total:</b>	_____

**Sexto chakra: La luz, la intuición, la clarividencia.**

	<b>RESPUESTA</b>	<b>PUNTUACION</b>
¿Sueles observar los detalles visuales De lo que te rodea?	N P F S	_____

¿Tienes sueños muy vividos y Los recuerdas luego?	N P F S	_____
¿Has tenido experiencias psíquicas, Precognición, clarividencia, Coincidencias inquietantes?	N P F S	_____
¿Eres capaz de imaginar nuevas Posibilidades, como soluciones Para los problemas?	N P F S	_____
¿Eres capaz de distinguir los temas Míticos (el panorama general) de tu Vida?	N P F S	_____
¿Cómo calificarías tu capacidad Para visualizar?	M R B E	_____
¿Tienes una visión personal que Te sirve de guía en la vida?	N P F S	_____
	<b>Total:</b>	_____

**Séptimo chakra: El pensamiento, el entendimiento, la sabiduría, la inteligencia.**

	<b>RESPUESTA</b>	<b>PUNTUACION</b>
¿Sueles meditar?	N P F S	_____
¿Tienes una fuerte conexión con Algún tipo de potencia superior o más Alta, dios, diosa, espíritu, etc.?	N P F S	_____
¿Eres capaz de reflexionar sobre Tus ataduras y te deshaces de ellas Con facilidad?	N P F S	_____
¿Te gusta leer y acumular nuevas Informaciones?	N P F S	_____
¿Aprendes rápidamente y con Facilidad?	N P F S	_____
	<b>RESPUESTA</b>	<b>PUNTUACION</b>
¿Concedes algún significado especial A tu vida aparte las satisfacciones Inmediatas?	N P F S	_____

¿Mantienes una mentalidad abierta  
Frente a otras maneras de pensar o  
De ser?

N P F S

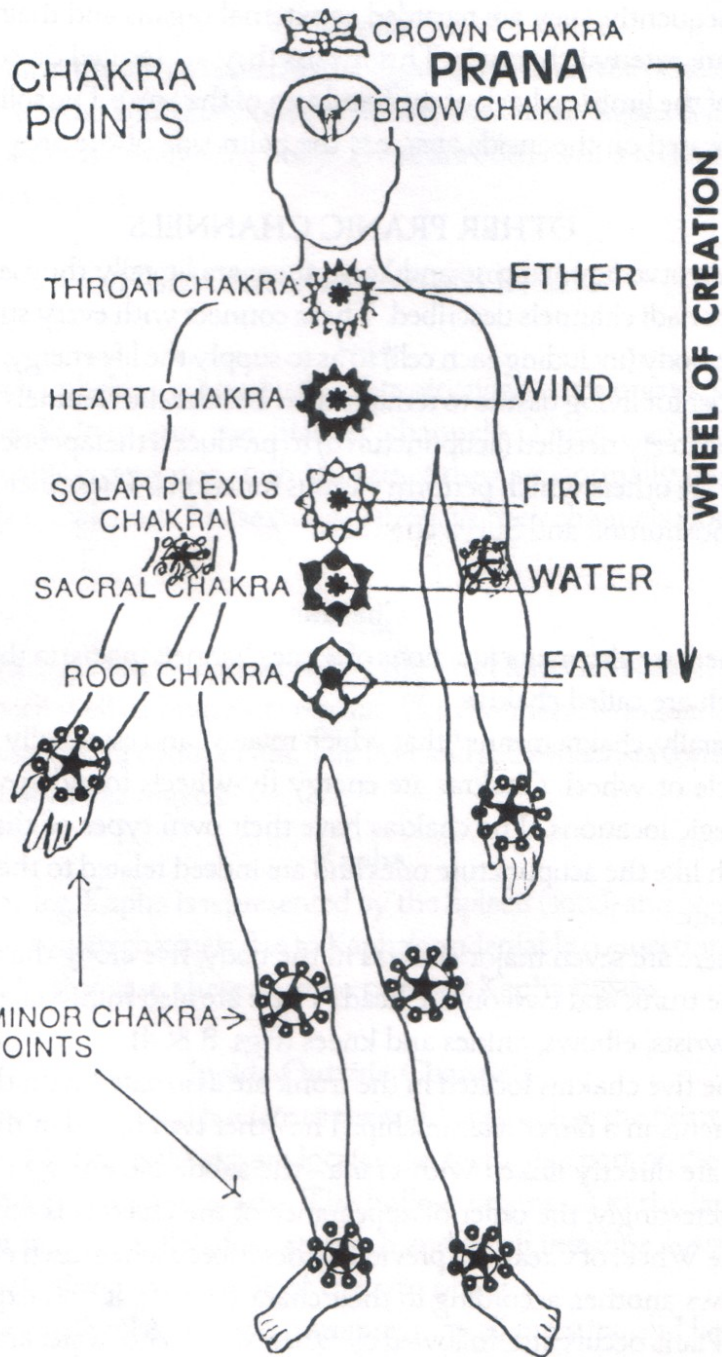
\_\_\_\_\_

**Total:**

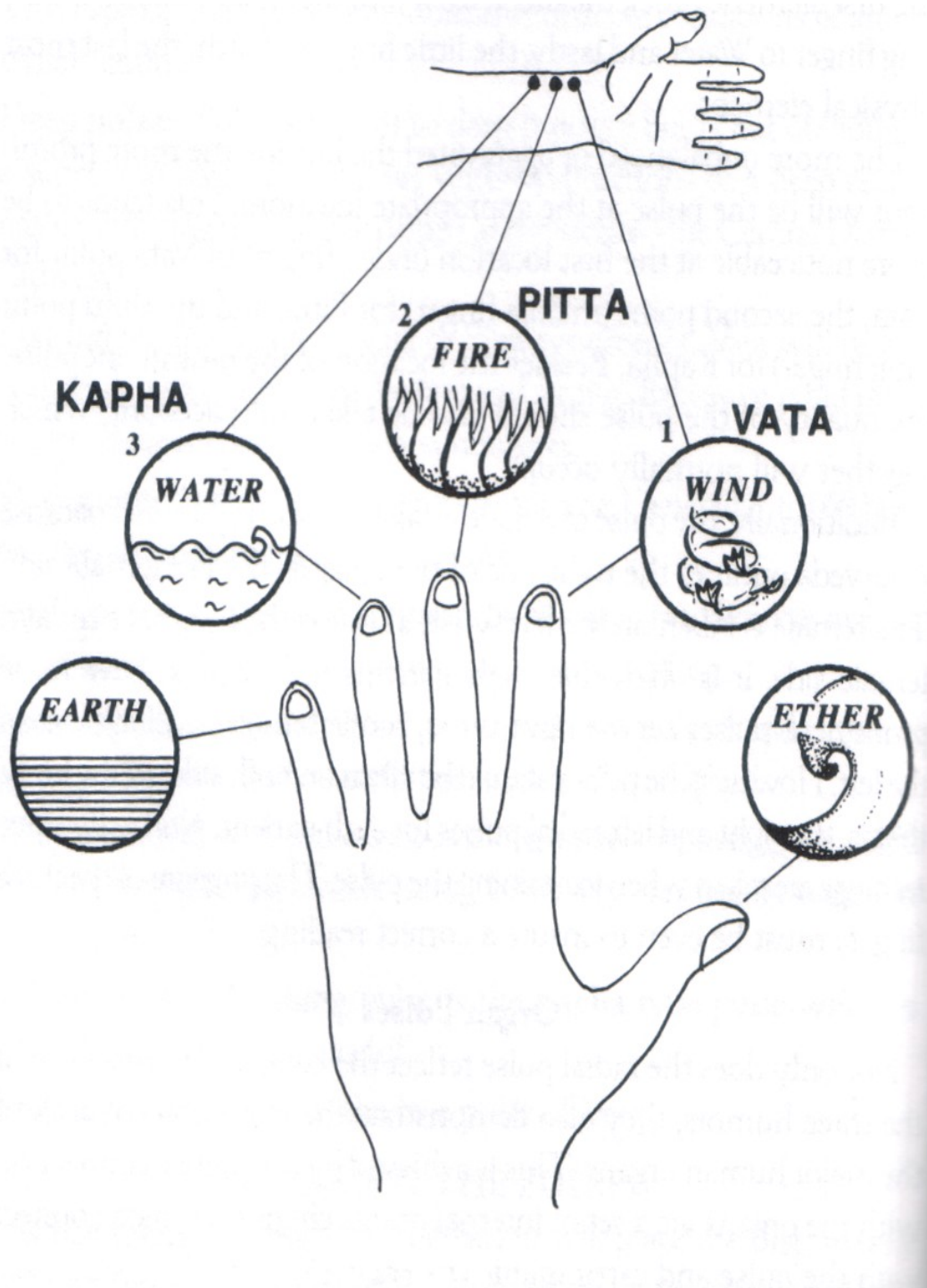
\_\_\_\_\_

Las puntuaciones de 22 a 28 indican un chakra muy fuerte; las de 6 a 12 apuntan a un chakra débil. Los valores de 13 a 21 son medianos pero podrían mejorarse. Sin embargo, lo que importa es la distribución. Compara tu puntuación para las diferentes regiones. Aparte de las categorías de chakras fuertes y débiles. ¿Se plantea una distribución, por ejemplo puntuaciones más fuertes en los chakras inferiores, o en los altos, o en los medios? ¿Coincide esa pauta con la opinión que tienes de ti mismo o de ti misma?









## LOS CINCO ELEMENTOS

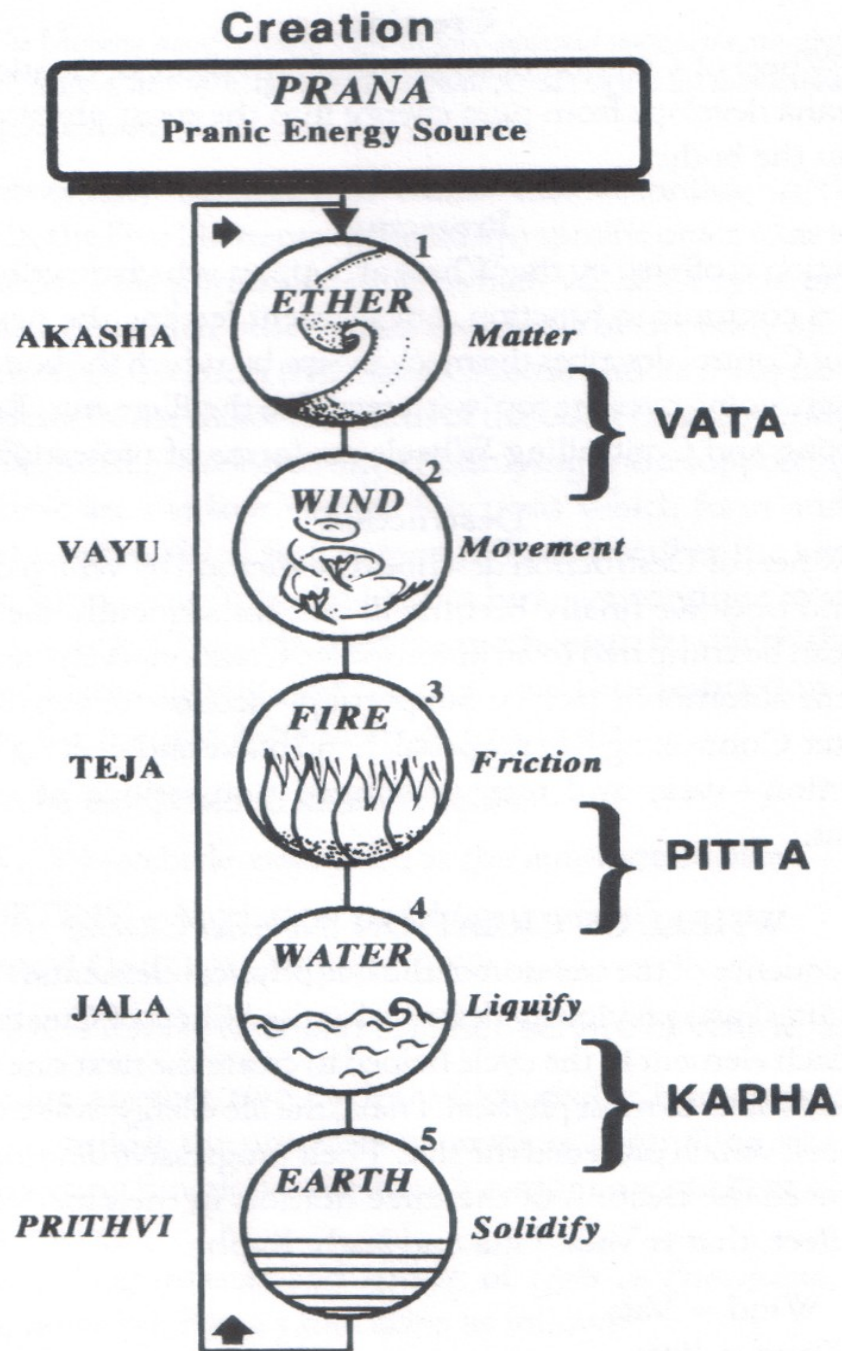
## SEGÚN LA ACUPUNTURA CHINA



## MEDICINA AYURVEDICA

### LAS DIEZ ACTIVIDADES EN AYURVEDA

<b>Parejas Equivalentes YIN / YANG</b>	<b>Actividad Constante</b>
<b>Pesado/Ligero</b>	<b>Peso</b>
<b>Frío/Caliente</b>	<b>Temperatura</b>
<b>Húmedo/seco</b>	<b>Ductibilidad</b>
<b>Lento/Intenso</b>	<b>Intensidad</b>
<b>Estable/Móvil</b>	<b>Fluidez</b>
<b>Blando/Duro</b>	<b>Rigidez</b>
<b>Claro/Pegajoso</b>	<b>Adherencia</b>
<b>Suave/Áspero</b>	<b>Textura</b>
<b>Sutil/Grueso</b>	<b>Densidad</b>
<b>Sólido/Líquido</b>	<b>Viscosidad</b>



## 1. PRINCIPALES NADIS

## **CENTRALES:**

Sushumna

Alambusha

## **IZQUIERDOS**

Visvodhara

Hastijihva

Sarawati

Gandhari

Shankhini

Ida

## **DERECHOS**

Kuhu

Varuna

Yashasvati

Pusha

Payasvini

Pingala

## **NADIS DEL LADO IZQUIERDO**

### **1. VISVODHARA**

Desde la base de la columna al tercer chakra, hasta el ombligo y de allí se ramifica para proveer de *prana* la zona estomacal.

## **2. HASTIJHVA**

Desde la base de la columna al tercer chakra, hasta el ombligo y de allí se ramifica ascendiendo hacia el brazo izquierdo y descendiendo hacia la pierna izquierda. Provee de *prana* las extremidades y les facilita el movimiento.

## **3. SARAWATI**

Desde la base de la columna al quinto chakra, hasta la garganta y luego se ramifica para proveer de *prana* la lengua y la boca.

## **4. GHANDARI**

Desde la base de la columna al sexto chakra, hasta el “tercer ojo” y desde allí se ramifica para proveer de *prana* al ojo izquierdo.

## **5. SHANKHINI**

Desde la base de la columna al sexto chakra, hasta el “tercer ojo” y desde allí se ramifica para proveer de *prana* al oído izquierdo.

## **6. IDA**

Desde la base de la columna al sexto chakra, hasta el “tercer ojo” y desde allí se ramifica para proveer de *prana* al lado izquierdo de la nariz. Poseedor de la energía lunar.

## **NADIS DEL LADO DERECHO**

### **1. KUHU**

Desde la base de la columna hasta el segundo chakra, para continuar hasta los genitales, donde termina. Provee de *prana* el tracto urinario y a los sistemas reproductores.

### **2. VARUNA**

Desde la base de la columna hasta el cuarto chakra y luego se ramifica hacia fuera para así proveer de *prana* todo el cuerpo. De él se dice que está en todas partes.

### **3. YASHASVATI**

Desde la base de la columna al tercer chakra, hasta el ombligo y luego se ramifica hacia el brazo derecho y la pierna derecha. Provee de *prana* las extremidades y les facilita el movimiento.



#### **4. PUSHA**

Desde la base de la columna al sexto chakra, hasta el “tercer ojo” y desde allí se ramifica para proveer de *prana* al ojo derecho.

#### **5. PAYASVINI**

Desde la base de la columna al sexto chakra, hasta el “tercer ojo” y desde allí se ramifica para proveer de *prana* al oído derecho.

#### **6. PINGALA**

Desde la base de la columna al sexto chakra, hasta el “tercer ojo” y desde allí se ramifica para proveer de *prana* al lado derecho de la nariz.

## LAS CINCO CAPAS DEL PRANA

**PRANA VAYU:** “Aire introductorio” Localizado en la cabeza y el corazón, controla el pensamiento, la inhalación, las emociones, las funciones sensoriales y la memoria.

**Prana**, se extiende de la nariz al corazón, y tiene una especial relación con la boca y el habla, el corazón y los pulmones.

**APANA VAYU:** “Aire descendente” Localizado en el colon y controla todos los procesos de eliminación.

**Apana**, controla del plexo solar a las plantas de los pies. Concierno a las funciones de eliminación, de rechazo y nacimiento, teniendo por tanto una especial relación con los órganos de regeneración y eliminación.

**UDANA VAYU:** “Aire ascendente” Localizado en la garganta, controla el habla, poderes psíquicos y los fenómenos físicos.

**Upana**, se encuentra entre la nariz y la cima de la cabeza, con una especial relación con el cerebro, la nariz y los ojos.

**SAMANA VAYU:** “Aire compensador” Localizado en el ombligo y controla el sistema digestivo. Rige la asimilación del aire, emociones y sentimientos.

**Samana**, se extiende del corazón al plexo solar. Tiene que ver con la alimentación del cuerpo a través de alimentos y bebidas, y tiene una relación especial con el estómago.

**VYANA VAYU:** “Aire saturador” Localizado en el corazón desde donde se colma a todo el cuerpo. Controla la actividad nerviosa y muscular, es responsable de la circulación de la comida, la sangre y las emociones.

**Vyana**, término aplicado a la suma total de prana en el cuerpo humano.

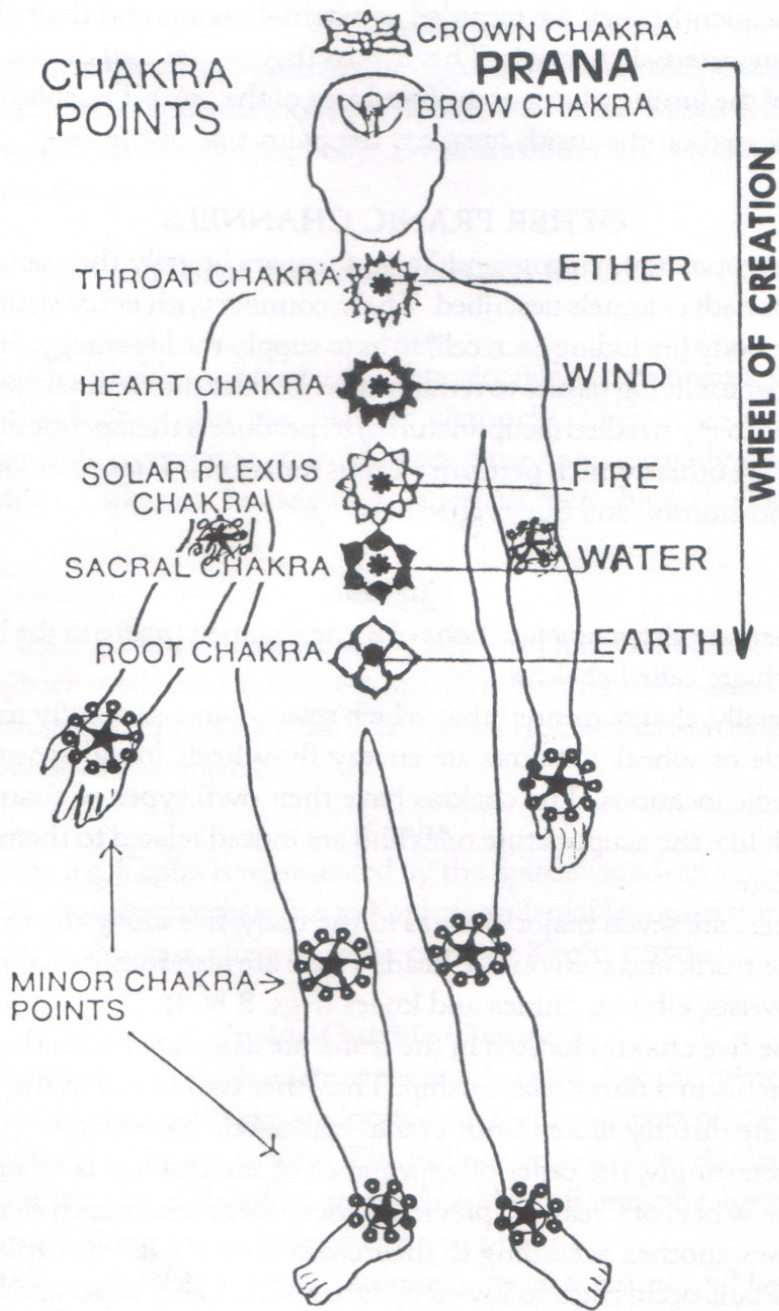


Fig. 3 The Chakras and The Wheel of Creation

## **LA TRIDOSHA**

**VATA    PITTA    KAPHA**

## **Y LOS SIETE TEMPERAMENTOS**

**Vata** (Predominio de **aire**)

**Pitta** (Predominio de **fuego**)

**Kapha** (Predominio de **tierra**)

**Vata/Pitta** (*aire y fuego*)

**Pitta/Kapha** (*fuego y tierra*)

**Vata/Kapha** (*aire y tierra*)

**Vata/Pitta/Kapha** (*Equilibrado*)

## CARACTERISTICAS DE LOS TIPOS FISICOS

VATA	
FE	Cambiante
TEMPERAMENTO	Inseguro, irresoluto
SUEÑOS	Volar, escalar, correr
SUEÑO	Escaso, superficial
HABLA	Rápida, constante
MENTE	Inquieta, activa
SENSIBILIDAD	Frío, viento, sequedad
ACTIVIDAD FISICA	Muy activa, cambiante
PULSO	Rápido, de 80 a 100
EVACUACION	Seca, dura, estreñida
SED	Variable
SABORES PREFERIDOS	Dulce, ácido, salado
APETITO	Variable, escaso
OJOS	Pequeños, apagados
CABELLO	Seco, áspero, frágil
PIEL	Oscura, seca, rugosa, con pecas
PESO	Escaso, huesos prominentes
ESTATURA Y TAMAÑO	Bajo o alto, delgado

### CARACTERISTICAS DEL TIPO VATA

- Constitución física delgada.
- Realiza sus actividades rápidamente.
- Rapidez para captar nueva información y también para olvidar.
- Entusiasmo, vivacidad, imaginación.
- Apetito y digestión irregulares.
- Excitabilidad, cambios de humor.
- Sueño ligero e ininterrumpido, insomnio.
- Se cansa con facilidad; tendencia a esforzarse excesivamente.
- Tendencia a la constipación.
- Tendencia a preocuparse.
- La energía física y mental surge en ráfagas.

**El tema básico del tipo Vata es “variabilidad”**

## Es muy *Vata*:

- Tener hambre a cualquier hora del día o de la noche.
- Gozar con lo excitante, con el cambio constante.
- Acostarse todas las noches a distintas horas, saltarse comidas y tener generalmente hábitos irregulares.
- Digerir la comida bien un día y mal al siguiente.
- Exhibir impulsos emotivos fugaces que se olvidan con facilidad.
- Caminar rápidamente.

### DIETA ARMONIZADORA DE VATA

*Prefiere*: Platos calientes, texturas moderadamente pesadas. Agregue mantequilla y grasa. Sabores salado, agrio y dulce. Alimentos suavizantes y satisfactorios.

### ALIMENTOS ARMONIZADORES DE VATA

#### Hortalizas

##### *Prefiere*

Espárragos	Ajo y cebolla
Betabel	(cocidos)
Pepinos	Zanahorias
Nabos	Rábanos
Alubias Verdes	Verduras
Okra	Calabacitas
(Tipo de Judía Verde).	Coles de Bruselas

##### *Reduce o evita*

Hongos	Brócoli
Col	Pimientos
Patatas	Coliflor
Apio	Berenjenas
Tomates de hoja.	

(Todo cocinado con un poco de aceite, a excepción de las coles y la col de Bruselas). Hortalizas, en general, crudas.

#### Frutas

##### *Prefiere*

Duraznos	Mangos
Aguacates	Melones
Plátanos	Mandarinas
Bayas	Naranjas
Cerezas	Papayas
Cocos	Melocotones
Dátiles	Piñas
Higos	Ciruelas
Uvas	
Fruta hervida, fruta dulce y bien Madura en general.	

##### *Reduce o evita*

Peras	Manzanas
Granada	Bayas negras
(aceptables si se les cocina)	
Frutas secas en general.	
Fruta no madura (en especial, plátanos)	

## **Cereales**

### *Prefiere*

Avena (cocida como seca)  
Arroz  
Trigo

### *Reduce o evita*

Cebada  
Maíz  
Trigo sarraceno

Mijo  
Centeno  
Avena seca.

## **Productos de granja.**

Todos los productos de granja son aceptables.

## **Carnes**

### *Prefiere*

Pollo  
Pescados  
(todo en poca cantidad)

Pavo  
Mariscos

### *Reduce o evita*

Carnes rojas.

## **Leguminosas**

### *Prefiere*

Garbanzos  
Lentejas rosadas.

Tofu (en poca cantidad).

### *Reduce o evita*

Todas, excepto las nombradas.

## **Aceites**

Todos los aceites son aceptables.  
Se recomienda especialmente el de Ajonjolí (Sésamo.)

## **Edulcorantes**

Todos los edulcorantes (naturales) son aceptables.

## **Semillas y nueces**

Todas son aceptables en pequeñas cantidades; las mejores son las almendras.

## **Hierbas y especias**

### *Prefiere*

Casi todas, con moderación,  
Con énfasis en las hierbas y  
Especias dulces y/o caliente  
Tales como:

Canela	Clavo
Pimienta inglesa.	Comino
Hierbas Finas.	Hinojo
Asafétida	Jengibre
Laurel	Bayas de enebro,
Macís	Raíz de regaliz.
Mostaza	Mejorana
Nuez moscada	Alcaravea
Orégano	Cardamomo
Salvia	Cilantro (coriandro verde)
Pimienta negra (en poca cantidad).	Estregón
	Tomillo

### *Reduce o evita*

No debes usar ninguna especia en gran cantidad; reduce al mínimo hierbas y especias amargas y astringentes, tales  
Como:

Cilantro	Azafrán
Perejil	Anís
Alholva (Fenogreco)	

<b>PITTA</b>	
FE	Fanática
TEMPERAMENTO	Agresivo, irritable
SUEÑOS	Fuego, guerra, lucha
SUEÑO	Fácil, moderado
HABLA	Argumentativa, aguda
MENTE	Agresiva, inteligente
SENSIBILIDAD	Calor, fuego
ACTIVIDAD FISICA	Moderada, motivada
PULSO	Intermitente, de 60 a 75
EVACUACION	Blanda, suelta
SED	Excesiva
SABORES PREFERIDOS	Dulce, amargo, agrio
APETITO	Bueno, excesivo
OJOS	Penetrantes, afiliados
CABELLO	Débil, canoso, calvo
PIEL	Clara, blanda, cálida, rosada
PESO	Moderado, tono muscular
ESTATURA TAMAÑO	Y Medio, moderado

### **CARACTERISTICAS DEL TIPO PITTA**

- Complexión mediana.
- Fuerza y resistencia término medio.
- Hambre y sed intensas, buena digestión.
- Tendencia hacia el enojo; irritabilidad con estrés.
- Piel clara o rubicunda, con frecuencia pecosa.
- Aversión al sol y al calor.
- Intelecto vivaz.
- Temperamento emprendedor, le gustan los retos.
- Precisión al hablar y articular.
- No puede saltarse una comida.
- Pelo rubio, castaño, claro o rojo (o con reflejos rojizos).

**El tema básico del tipo Pitta es “intenso”**



## Es muy Pitta:

- Sentir un hambre devoradora si la cena se demora treinta minutos.
- Vivir pendiente del reloj (generalmente costoso) y resentirse por cualquier pérdida de tiempo.
- Despertar por la noche con calor y sed.
- Sentirse responsable de una situación o sentir que uno debe ser responsable.
- Aprender por experiencia que a uno los demás lo consideran demasiado exigente, sarcástico o crítico.
- Caminar con paso decidido.

## DIETA ARMONIZADORA DE PITTA

*Prefiere:* Comidas frías o calientes, pero no sumamente calientes. Texturas moderadamente pesadas. Sabores amargo, dulce y astringente. Menos mantequilla y grasa..

## ALIMENTOS ARMONIZADORES DE PITTA

### Hortalizas

#### *Prefiere*

Espárragos	Lechuga
Brócoli	Hongos
Col de Bruselas	Okra (tipo de
Coles	Judías verdes)
Coliflor	Brotos
Apio	Pimienta
Pepino	dulce.
Boniatos	Calabacines
Leguminosas verdes,	
Verduras de hoja y guisantes.	

#### *Reduce o evita*

Remolacha	Cebolla
Zanahorias	Rábano
Berenjenas	Espinaca
Ajo	Tomate
Pimienta picante	

### Frutas

#### *Prefiere*

Manzanas	Melones
Aguacate	Naranjas
Cerezas	Peras
Coco	Piña
Higos	Ciruelas
Uvas	Ciruelas pasas.
Mangos	Pasas de uva
(Todos deben ser dulces y	
Estar maduros).	

#### *Reduce o evita*

Duraznos	Toronjas
Plátanos	Papayas
Bayas	Melocotones
Arándanos	
Evita toda la fruta que llegue al	
Mercado agria o sin madurar;	
Uvas verdes, naranjas, piñas y	
ciruelas deben ser dulces.	

### Cereales

### *Prefiere*

Cebada                      Trigo  
Avena                        Arroz blanco  
Mantequilla                Helado  
Clara de huevo              Leche  
Ghee (mantequilla refinada)

### *Reduce o evita*

Mijo                      Arroz integral  
Maíz                        Centeno  
Leche con crema  
Crema agria                      Yogurt  
Queso Yema de huevo

### **Carnes**

#### *Prefiere*

Pollo                        Pavo  
Camarones  
(Todo en pequeñas cantidades)

#### *Reduce o evita*

Carnes rojas, pescados y mariscos en general

### **Leguminosas**

#### *Prefiere*

Garbanzos                      Tofu y otros productos de Soya.  
Mongos

#### *Reduce o evita*

Lentejas

### **Aceites**

#### *Prefiere*

Coco                        Soya  
Oliva                        Girasol

#### *Reduce o evita*

Almendra                      Cártamo  
Maíz                              Ajonjolí

### **Edulcolorantes**

Todos los edulcolorantes (naturales) son aceptables, excepto la miel y la melaza.

### **Nueces y semillas**

#### *Prefiere*

Coco  
Semillas de girasol  
Semillas de calabaza

#### *Reduce o evita*

Todas, salvo las nombradas.

### **Hierbas y especias**

#### *Prefiere*

Generalmente se evitan las Especias por ser demasiado Calientes, pero se pueden Consumir algunas dulces, Amargas y Astringentes:  
Cardamomo                      Eneldo  
Cilantro                        Hinojo  
Menta                            Canela  
Azafrán  
Comino y pimienta negra  
En poca cantidad.

#### *Reduce o evita*

Todas las hierbas y especias excepto las nombradas, también en mínimas cantidades:  
Salsa para parrilla.  
Aderezos agrios  
Encurtidos                      Ketchup  
Condimentos picantes  
Sal                                Vinagre  
Mostaza.

<b>KAPHA</b>	
FE	SOSTENIDA
TEMPERAMENTO	Calmado, agradecido
SUEÑOS	Lagos, montañas
SUEÑO	Pesado, prolongado
HABLA	Tranquila, monótona
MENTE	Calmada, lenta
SENSIBILIDAD	Humedad, oscuridad
ACTIVIDAD FISICA	Letárgica, constante
PULSO	Lento, regular, de 60 a 70
EVACUACION	Regular, dura, lenta
SED	Escasa
SABORES PREFERIDOS	Picante, amargo, agrio
APETITO	Regular sin excesos
OJOS	Grandes, atractivos
CABELLO	Grueso, suave, graso
PIEL	Gruesa, pálida, fría, grasosa
PESO	Pesado, firme
ESTATURA Y TAMAÑO	Alto, corpulento

### **CARACTERISTICAS DEL TIPO KAPHA**

- Compleción sólida y fornida; gran fortaleza física y resistencia.
- Sueño pesado y prolongado.
- Piel fresca, suave, gruesa, pálida y con frecuencia grasa.
- Afectuosos, tolerantes, perdonan fácilmente.
- Energía estable, lentos y graciosos en acción.
- Personalidad tranquila y relajada; difícil que se enoje.
- Digestión lenta, apetito ligero.
- Lentitud para captar nueva información, pero buena retentiva.
- Tendencia a ser posesivos y complacientes.
- Tendencia a la obesidad.

**El tema básico del tipo Kapha es “tranquilo”**

**Es muy *Kapha*:**

- Darle muchas vueltas a los asuntos antes de decidir.
- Despertar poco a poco, permanecer largo rato acostado y necesitar café al levantarse.
- Estar conformes con el *statu quo* manteniendo y conciliando a los demás.
- Respetar los sentimientos de otras personas y sentir una auténtica empatía.
- Buscar consuelo emotivo en la comida.
- Tener movimientos graciosos, ojos líquidos y deslizarse, aunque se esté excedido de peso.

## DIETA PACIFICADORA DE KAPHA

*Prefiere:* Comidas calientes y ligeras. Platos secos, preparados sin demasiada agua. Un mínimo de mantequilla, aceite y azúcar. Sabores amargo, picante y astringente. Alimentos estimulantes.

## ALIMENTOS PACIFICADORES DE KAPHA

### Hortalizas

#### *Prefiere*

En general, todas,

Incluyendo:

Espárragos	Lechuga
Remolacha	Hongos
Brócoli	Okra
Col de Bruselas	Cebollas
Coles	Arvejas
Pimientos	Zanahorias
Papas	Coliflor
Rábanos	Apio
Berenjena	Espinacas
Brotes	Ajo
Verduras de hoja.	

#### *Reduce o evita*

Hortalizas dulces y jugosas, tales como:

Pepinos	Tomates
Calabacines	

### Frutas

#### *Prefiere*

Manzanas	Peras
Duraznos	Granadas
Arándanos	
Frutas secas en general:	
Higos, ciruelas, uvas, duraznos.	

#### *Reduce o evita*

Aguacates	Mangos
Plátanos	Melones
Cocos	Naranjas
Dátiles	Papayas
Higos	Ciruelas
En general, frutas dulces,	
Agrias o muy jugosas.	

### Cereales

#### *Prefiere*

Cebada	Mijo
Alforfón	Centeno

#### *Reduce o evita*

Avena	Arroz
Trigo, salvo en poca cantidad.	

Maíz

Los cereales calientes y cocidos al vapor son, en general, demasiado húmedos Y pesados.

### **Productos de granja**

*Prefiere*

Leche descremada

Leche entera en reducida cantidad.

Huevos en poca cantidad, nunca

Fritos ni en mantequilla.

*Reduce o evita*

Todos, salvo los nombrados.

### **Carnes**

*Prefiere*

Pollo

Pavo

Camarones (Todo en poca

Cantidad).

*Reduce o evita*

Carnes rojas, pescados y mariscos en general.

### **Leguminosas**

*Prefiere:* Todas las leguminosas son aceptables, excepto el tofu y las judías.

### **Aceites**

*Prefiere*

Almendra

Cártamo

Maíz

Girasol

*Reduce o evita*

Todos, salvo los nombrados.

### **Edulcorantes**

*Prefiere*

Miel natural, no calentada

*Reduce o evita*

Todos, salvo los nombrados.

### **Nueces y semillas**

*Prefiere*

Girasol

Calabaza

*Reduce o evita*

Todas, salvo las nombradas.

### **Hierbas y especias**

*Prefiere*

Todas; el jengibre es el

Mejor para favorecer la

Digestión.

*Reduce o evita*

Sal.

## **AROMATERAPIA**

Los aceites esenciales de muchas plantas se usan en el masaje y la inhalación de vapor, o en recipientes difusores de aromas para producir olores que tienen efectos terapéuticos sobre la mente y el cuerpo. Los aceites esenciales aromáticos producidos por las plantas son altamente volátiles, cualidad que sirve para atraer a los insectos, desalentar a los depredadores o combatir enfermedades. Cuando las moléculas de estos aceites son detectadas por las células olfativas humanas, hay una respuesta inmediata y profunda en el área límbica del cerebro. Esta área influye en nuestras emociones, libido y memoria. En el ayurveda los aromas se usan para pacificar los doshas agravados.

El método de aplicación de la aromaterapia se determina por el tipo constitucional (prakriti) del individuo que está siendo tratado. Los individuos vata responden mejor a técnicas de masajes que incorporan aceites aromáticos; los individuos pitta responden mejor a la terapia de olla aromática; los tipos kapha son más favorecidos con las técnicas de inhalación de vapor. Sin embargo, es claro que las tres son efectivas, hasta cierto punto, para los tres prakritis. La siguiente tabla ilustra qué aromas de aceites esenciales son mejores para cada uno de los tres doshas.

### **Aceites esenciales recomendados Para pacificar los tres doshas**

<i>Vata</i>	<i>Pitta</i>	<i>Kapha</i>
Lavanda	Sándalo	Eucalipto
Madera de cedro	Rosa	Albahaca
Junípero	Lavanda	Tulsi
Ylang – ylang	Gardenia	Romero
Pachulí	Azafrán	Menta
Mirra	Jazmín	Limón
Salvia	Loto	Alcanfor
Geranio	Vetiver	Olívano
Tulsi		Salvia

Las técnicas de masaje usadas requieren del conocimiento de los **puntos marma** ubicados a lo largo del cuerpo y que son 107 en total. Cada dosha requiere la aplicación de un aceite esencial apropiado y la estimulación de grupos específicos de puntos marma cuando se encuentren en estado agravado.

La aromaterapia de inhalación de vapor involucra la adición de entre seis y diez gotas de aceite esencial a una olla mediana (aproximadamente de dos litros) con agua hirviendo, que se coloca sobre una mesa. El paciente se inclina sobre el agua vaporosa que contiene el aceite aromático, envuelve una toalla sobre la cabeza y la olla para crear un efecto de “tienda de campaña”, y aspira los vapores de 5 a 15 minutos.

Las ollas difusoras son recipientes pequeños de cerámica a los que se le agrega agua caliente y de 10 a 15 gotas de aceite esencial. Debajo de este recipiente se pone una vela

pequeña que provee el calor necesario para volatilizar el aceite gradualmente en el aire que lo rodea. Por lo general, la olla se deja en la habitación de dos o tres horas para difundir su aroma.

Está más allá del alcance de esta breve introducción, al describir algunas de las formas más esotéricas del tratamiento ayurvédico, pero con el fin de proporcionar un conocimiento más completo, simplemente las mencionaré.

Los médicos ayurvedas se entrenan tradicionalmente en lo que nosotros podemos llamar climatología, mineralogía y psicología. También reciben un entrenamiento extensivo en el arte de la astrología predictiva o  *jyotish* . Esto frecuentemente permite al médico vahadilla saber si un individuo tiene ciertas predisposiciones por enfermedades particulares en momentos determinados. Los remedios para algunas de las situaciones astrológicas incluyen el uso de gemas y mantras. Estas dos formas de tratamiento eran en parte del entrenamiento ayurvédico en tiempos antiguos. Hoy, mucho de este conocimiento de la naturaleza vibratoria de los sonidos y las estructuras cristalinas se ha perdido o deformado, pero afortunadamente algo de ello, por lo menos, ha sobrevivido.

El Ayurveda también reconoce el valor de diversos  *asanas*  yoga o posturas, como las descritas por Patanjali. Este gran sabio de la antigüedad describe ocho ramas de prácticas yoga:

- *Yama* : Conducta externa correcta en la vida diaria: no dañar; veracidad; abstención de robo; impureza y codicia.
- *Niyama* : Conducta interior correcta en la vida diaria: pureza y serenidad; aspiración ferviente y estudio de las escrituras; obediencia perfecta al Maestro.
- *Asana* : Posturas corporales perfeccionadas mediante el esfuerzo constante.
- *Pranayama* : Respiración correcta.
- *Pratyahara* : Atención
- *Dharana* : Concentración.
- *Dhyana* : Meditación.
- *Samadhi* : Balance perfecto.

Uno podría dedicar vidas enteras a comprender el valor total de cualquiera de estas prácticas. Nuestro propósito aquí, es indicar que la medicina ayurvédica incorpora la tercera rama, lo asanas, para desarrollar la fortaleza y flexibilidad física del cuerpo, así como para distribuir la libre corriente de energías a lo largo de la mente – cuerpo. Las diversas posturas también ayudan a liberar y remover las impurezas y energías estancadas que se hayan acumulado en los puntos marma y en los chakras. Cuando a estas energías se les permite permanecer estancadas, a menudo dan origen a desórdenes físicos y psicológicos. Hay también asanas específicos que son muy apropiados para cada tipo constitucional de individuo. Estos deben prescribirse individualmente por un médico ayurveda que esté familiarizado con la ciencia de asanas yoga y con la condición total del paciente.

## COMO USAR LA AROMATERAPIA

**En el Ayurveda los aromas se usan para enviar señales específicas para equilibrar las tres doshas.**

## **Generalmente:**

**Vata** se equilibra con la mezcla de aromas dulces y ácidos que son calientes, como la albahaca, la naranja, la rosa, el geranio, el clavo y otras especies.

**Pitta** se equilibra con la mezcla de aromas dulces y frescos como el sándalo, la rosa, la menta, la canela y el jazmín.

**Kapha** es muy similar a Vata, se equilibra con la mezcla de aromas calientes, pero combinados con un poco de especies como el eucalipto, el alcanfor, el clavo y la mejorana.

## **MASAJE AYURVEDICO: -ABHIANGA-**

El propósito de este masaje como parte de la rutina diaria, es ayudar a prevenir la acumulación de residuos fisiológicos, de toxinas y lubricar y promover flexibilidad en los músculos, los tejidos y las articulaciones.

### **INSTRUCCIONES**

1. A menos que otro aceite haya sido recomendado para usted, utilice aceite de ajonjolí. Si encuentra este aceite inapropiado por algún motivo, los aceites de oliva o de coco son una alternativa.
2. Cure el aceite calentándolo hasta 100° C (el punto de ebullición del agua). Adicionando un par de gotas de agua al aceite, usted sabrá que se va alcanzando la temperatura apropiada cuando el agua se evapora.
3. Antes de comenzar el masaje, caliente ligeramente el aceite por encima de la temperatura corporal.
4. Comience masajeando la cabeza. Aplique un poco de aceite en los dedos y palmas de las manos y masajee el cuero cabelludo suavemente con movimientos circulares. Dedíquelo 1 o 2 minutos.
5. Ahora aplique aceite en su cara (frente, pómulos, nariz y mentón) y masajee sus orejas durante unos 30 segundos (no entre al conducto auditivo).
6. Masajee el cuello y la nuca y la parte superior de la columna usando siempre las palmas de sus manos.
7. Comience el masaje en sus brazos en dirección del hombro hacia abajo. Haga 4 o 5 movimientos longitudinales (bajando y subiendo) sobre los huesos largos. En la mano incluya el dorso, la palma y los dedos.
8. Aplique en pecho y abdomen. Haga también movimientos circulares sobre el pecho y longitudinales sobre el esternón. En el abdomen los movimientos



circulares son amplios y de derecha a izquierda en la dirección de las manecillas del reloj.

9. Masajee la espalda, la columna y la cintura hasta donde sus manos alcancen.
10. Ahora aplique aceite en las piernas. Al igual que en los brazos, haga movimientos circulares sobre las articulaciones (cadera, rodilla, tobillos) y longitudinalmente sobre los huesos largos.
11. De último masajee los pies, use la palma de su mano sobre el empeine y las plantas. Masajee también el talón y los dedos.
12. Esto completa el **MASAJE AYURVEDICO** diario. Idealmente dedique 10 o 20 minutos diariamente para toda la secuencia. Cuando esté de afán, masajee al menos el cuero cabelludo, las orejas y los pies.

**EXAMEN PARA DETERMINAR EL TIPO CONSTITUCIONAL  
SEGÚN LA MEDICINA TRADICIONAL**

## AYURVEDA

### PITTA: FUEGO

#### TEST: PITTA

- 1.Me considero eficiente.
  - 2.Todo lo que hago es preciso y tiene un objetivo concreto.
  3. Tengo mucha resolución y puedo imponerme sin dificultades.
  - 4.El tiempo cálido y húmedo me hace sentir cansado e incomodo.
  - 5.Sudo mucho.
  - 6.Aunque no siempre lo demuestro, me irrito o enfado con facilidad.
  - 7.Cuando puedo comer o cenar, o tengo que hacerlo de tarde, me siento descompensado.
  - 8.Mi cabello cumple una de estas características: se vuelve grisáceo o cae prematuramente; es fino, sedoso y liso; es rojizo o ligeramente rojizo.
  - 9.Tengo buen apetito y puedo comer mucho.
  - 10.Las personas me considera testarudo.
  - 11.Tengo buena digestión.  
Soy mas propenso a las diarreas que al estreñimiento.
  - 12.Pierdo fácilmente la paciencia.
  - 13.Me gusta el perfeccionismo.
  - 14.Me enfado con rapidez, pero olvido con la misma rapidez.
  - 15.Me gusta las bebidas frescas y la comida fría.
  - 16.Soy muy directo y más bien extrovertido.
  - 17.No digiero bien las comidas muy condimentadas o muy calientes.
  - 18.No soy tan tolerante como debería ser.
  - 19.Me gustan los desafíos y soy perseverante a la hora de conseguir mis objetivos.
  - 20.Soy muy critico conmigo mismo y con los demás.
- SI=5 ; NO=0

#	SI	NO
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		

**Puntuación total de Pitta:** \_\_\_\_\_

## EXAMEN PARA DETERMINAR EL TIPO CONSTITUCIONAL SEGÚN LA MEDICINA TRADICIONAL

## AYURVEDA

### KAPHA: FLEMA

#### TEST: KAPHA

1. Normalmente soy lento y no tengo prisa.
2. Engordo con mas facilidad y adelgazo con mayor dificultad que los demás.
3. Soy de naturaleza tranquila y seria. Pierdo los estribos muy ocasionalmente.
4. No me molesta dejar de comer o cenar.
5. Soy propenso a tener mucosidades, suciedad de estómago, estreñimiento crónico o asma.
6. Necesito al menos ocho horas de sueño para sentirme bien al día siguiente.
7. Tengo un sueño profundo.
8. Me excito en muy pocas ocasiones.
9. Aprendo con más lentitud que los demás, pero tengo una memoria excelente a largo plazo.
10. No tengo problemas con el dinero.
11. No me gusta el tiempo frío y húmedo.
12. Mi cabello es abundante, oscuro y ondulado o grueso.
13. Tengo la piel suave, fina y pálida.
14. Tengo un cuerpo vigoroso.
15. Soy de naturaleza alegre, afable, cariñosa. Perdono con facilidad.
16. Digiero con regularidad, incluso cuando estoy de viaje.
17. Soy perseverante y poco influenciable. Mi nivel energético está equilibrado.
18. Voy despacio y paso a paso.
19. Me gusta dormir mucho y me cuesta ponerme en marcha por las mañanas.
20. Como con tranquilidad y normalmente soy lento y metódico.

#	SI	NO
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		

SI=5 ; NO=0

**Puntuación total de Kapha:** \_\_\_\_\_

**EXAMEN PARA DETERMINAR EL TIPO CONSTITUCIONAL  
SEGÚN LA MEDICINA TRADICIONAL  
AYURVEDA**

**VATA: AIRE**

**TEST: VATA**

- 1.Soy rápido.
- 2.Me cuesta memorizar las cosas y retenerlas largo tiempo.
- 3.Soy animado y emprendedor.
- 4.Soy de constitución ligera y me cuesta engordar.
- 5.Aprendo las cosas nuevas con rapidez.
- 6.Camino rápido y con ligereza.
- 7.Me cuesta decidirme.
- 8.Suelo tener problemas de flatulencia y estreñimiento.
- 9.Se me enfrían los pies y las manos fácilmente.
- 10.A menudo me siento preocupado y angustiado.
- 11.Me adapto al frío con mayor dificultad que los demás.
- 12.Hablo rápido y mis amigos me consideran muy hablador.
- 13.Cambio de humor con facilidad y reacciono con vehemencia.
- 14.Me cuesta dormirme y me despierto a menudo durante la noche.

SI=5 ; NO=0

- 15.Suelo tener la piel seca, especialmente en invierno.
- 16.Soy muy activo mentalmente, a veces infatigable, tengo ideas incesantemente.
- 17.Mis movimientos son rápidos y activos, la energía viene en repentinas oleadas.
- 18.Me excito fácilmente.
- 19.Si depende de mí, como y duermo con irregularidad.
- 20.Me molestan las corrientes de aire.

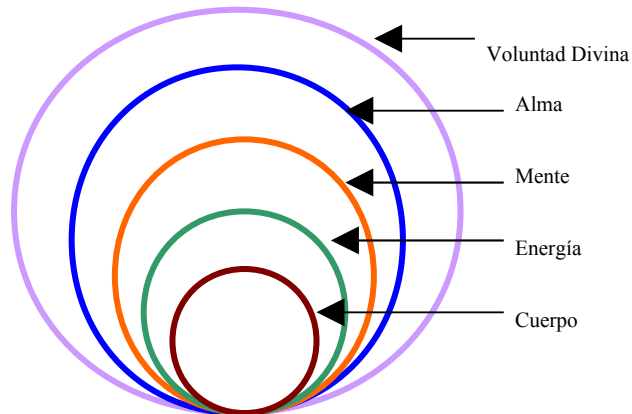
#	SI	NO
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		

**Puntuación total de Vata:** \_\_\_\_\_

## LA CUESTION DE LOS NIVELES

## LAS MANIFESTACIONES DEL TAO EN LOS TRES NIVELES

Representación en el YANG	Nivel	Representación en el YIN	AYURVEDA
La Luz	Primer nivel: <b>CIELO</b>	La Oscuridad	Sátvico
El Perdón	Segundo nivel: <b>HOMBRE</b>	La Justicia	Rajásico
La Flexibilidad	Tercer nivel: <b>TIERRA</b>	La Rigidez	Tamásico
Vida		Muerte	



### ORDEN JERARQUICO DE LOS HOLONES DEL SER (HOLARQUIA)

### DICE EL TAO TE CHING

El hombre Celeste sigue el Tao sin ambages.  
 El hombre de nivel Humano lo sigue en lo que le conviene.  
 El hombre de nivel Terrestre se burla del Sendero Interno (Tao).

Si no se burlase, entonces no sería El Sendero.

“La enfermedad no es un proceso natural del hombre, sino un fruto del dejar de hacer la parte que le corresponde a cada uno. La enfermedad es un estado extraño al hombre”

José Luis Padilla

La salud es el estado natural y espontáneo del Ser. En lo externo se percibe claramente porque los sentimientos brotan del corazón en forma auténtica, como el vuelo del pájaro, el nado del pez, el madurar del mango. La salud corresponde a un proceso armonioso de relación del hombre con Lo Celestial. Se entiende aquí por lo Celeste las fuerzas arquetípicas que rigen la vida. Así, el sujeto en armonía con el Cielo y en correspondencia con el Suelo, fluye suave. Lo único que ha de hacer el terapeuta con el trabajo es auspiciar el encuentro con el Chong Fu (Verdad Interior). Bastaría ese ejercicio para resolver todas las enfermedades. Otra cosa es que el proceso se traduce en “ajustes” que los médicos interpretan como algo “malo” y “lo elimina”. Al mover la energía se propicia el descubrimiento de algunas claves que estimulan al individuo a actuar con solidaridad, vivir con humildad, simplificar la existencia, desplazarse con armonía y caer solaz bajo la tiranía de la belleza. La salud humaniza.

El primer acto de responsabilidad de un paciente ante su enfermedad es preguntarse por que ha enfermado, tratar de explicarse por sí mismo la causa de su estado. No importa que tan torpe le parezca su propia interpretación, pero, puede estar seguro que es el primer paso hacia la sanación. Hay un por qué y un para qué del dolor, el sufrimiento y la enfermedad. El por qué se relaciona con el pasado, el para qué con el futuro. El presente es el momento del enfermar. Descubrir por qué y para qué ha enfermado hace que el padecimiento se convierta en una experiencia pedagógica. Así crece internamente y aunque **Duela**, ya no **Sufre** porque es libre.

Recientes estudios de Hamer han demostrado que:

.....

Existe una relación entre el tiempo de enfermar y la puerta de la iluminación. La enfermedad es una experiencia pedagógica de la que nadie puede escapar sin un esfuerzo tácito o expreso que le permita, como persona, crecer, no solamente en el sentido material, sino, crecer como un ser que busca descubrir que es lo que le toca hacer solidariamente ahora. En cama, en el sufrimiento, los pacientes tienen la oportunidad de descubrir algún recurso en sus actos que los haga más humanos y les ayude a encontrar su camino de retorno al Hogar Verdadero, el camino de la Iluminación que es Prudencia con Sabiduría.

## **LA LEY DEL DOS: LA DUALIDAD, EL YIN Y EL YANG**

Cuenta la tradición que cuando el emperador Fu Shi ascendió a lo alto de “la montaña”, habiéndose hecho **UNO** con el Tao, trajo a los hombres una Ley: Todo el Universo está diseñado y funciona con base en una ley de Polaridad de opuestos complementarios: El Día y la Noche, la Montaña y el Lago, el Cielo y la Tierra, el Principio Femenino y el

Principio Masculino, el agua y el Fuego, el Amor y la Justicia, la Vida y la Muerte. Para que los hombres lo vieran mejor representa los dos principios con dos signos: Una línea continua única entera y una línea discontinua, doble partida, que en resumidas cuentas las denominó Yang a la entera e Inn a la discontinua, siendo el Yang móvil, activo, suave, flexible, luminoso y el Inn, quieto, pasivo, duro, rígido y oscuro.

En realidad el Inn y el Yang son opuestos, pero inconcebibles el uno sin el otro; es más, se transmutan de manera permanente en el Ser, en la Tierra y en el Cielo, y ello constituye la razón del Movimiento, el Cambio, la Transformación, la Evolución, la Dinámica del Cosmos.

Toda las actividades del Cielo, las estaciones, el tiempo y el espacio tienen su Inn y su Yang. Todas las actividades del hombre, su cuerpo, su mente y sus funciones les corresponde la ley del Inn y del Yang. Todas las actividades de la Tierra, los Árboles, la Siembra, la llegada de los insectos, los Ríos, el Mar, todos tienen su Inn y su Yang y se rigen por la ley de la dualidad, que Hegel más tarde denominó las Tres Leyes de la Dialéctica. Se sabe que cuando Hegel enseñó Taoísmo en la Universidad de Düsseldorf denominó el dolor, el sufrimiento y la enfermedad como La Contrariedad Sentida, adelantándose a su época y a todas las pruebas que las modernas Neurociencias aportan a su definición.

La salud y la enfermedad se rigen por esta ley. Quien conoce esa ley, conoce la manifestación del Tao. El Tao se manifiesta en dos principios: La Luz y el Sonido. La Luz en este caso es Inn y el Sonido Yang. El verbo es primero (el sonido), después fue la luz.

### **LEY DEL 3**

En la instancia suprema de los ocho trigramas (Pa Kua), símbolos guías entre el misterio y la realidad se nos señala: **Cielo-Hombre-Tierra**.

Dice el Shuo Kua:

	En el lado INN	En el lado Yang
Lo CELESTE:	Es lo Oscuro	Es lo Luminoso
Lo HUMANO:	Es la Justicia	Es el Amor
Lo TERRESTRE:	Es la Rigidez	Es la Flexibilidad

NON - SANCTO

	En MEDICINA	En el DEPORTE
Lo CELESTE:	Medicina Tradicional	El "Rodillón"
Lo HUMANO:	Bioenergética	El Deporte Olímpico
Lo TERRESTRE:	Medicina Moderna	Es Deporte Profesional

	En el CHAMANISMO	En lo PARADIGMÁTICO
Lo CELESTE:	Es del Amor	Lo Teleológico
Lo HUMANO:	Es de la Energía	Lo Psicosocial
Lo TERRESTRE:	El que usa Alucinógenos	Lo Biocibernético

	<b><i>En Materia de SABIOS</i></b>
Lo CELESTE:	Es Callar
Lo HUMANO:	Es Escribir
Lo TERRESTRE:	Es Hablar

Lo Celeste corresponde al Pensamiento.  
Lo Humano corresponde al Sentimiento.  
Lo Terrestre corresponde a la Acción.



## WANG

Cuando la vertical del vacío une las tres instancias se forma Wang, emperador celeste, el hombre como intermediario de las fuerzas del cielo y la tierra. Cuando el pensamiento, el sentimiento y la acción están verticalizados el hombre es libre. Deja de ser un burócrata de su propia existencia y se convierte en un emperador de su vida. Curiosamente, la tradición descubre al emperador como un ser sumiso ante Dios, humilde ante los hombres y recto en su acción.

Los Tres Niveles:

CIELO  
HOMBRE  
TIERRA

Jung los Describe así:

PENSAMIENTO  
SENTIMIENTO  
ACCIÓN

Otra vez el tres...

Se corresponden perfectamente con la noción Ayurvédica de  
SATVA = Esencia = Espíritu = Principio Creativo  
RAJAS = Energía = Mente = Principio Activo  
TAMAS = Materia = Cuerpo = Principio Destructivo

Carl Jung lo recibió de su amigo Richard Wilhelm (el erudito monje Traductor del I Ching), quien durante toda su misión en China (57 años) alcanzó a convertir una sola almita (bautizó un caso), su labor de jesuita culto fue esa “soberbia” traducción del I Ching, el Tao Te Ching de Lao Tse, y el secreto de la Flor de Oro.

## CUARTA PARTE LECTURAS COMPLEMENTARIAS

LI MING

“No importa cuanto corras, de todas maneras, Joselito, siempre te mueres el martes de Carnaval”

### **Bullerengue de Barranquilla**

El hombre en su narcisista prepotencia pretende torcerle el pescuezo al gallo del destino para que cante como el pájaro que a él se le antoja. El resultado es el dolor, la enfermedad, el sufrimiento y la muerte. Hay cosas que vienen escritas en la frente: el color de la piel, el lugar donde se nace, el lugar donde se muere, las inclinaciones estéticas, las declinaciones patéticas!. Todo ello pertenece al Designio Celeste, según los chinos “Li Ming” (fuerza del destino) y Prahlabda Karma (acción del destino) para la tradición India o Ananke Psiqué, para la tradición Griega o cualquier otro nombre que en las diferentes culturas recibe la acción del Li Ming sobre la vida de los hombres. El Canto del Gallo del Destino sucede inevitablemente al amanecer. Truene, llueva o relampaguee.

A veces, los despropósitos del orgullo no alcanzan a romper completamente el Gallo del Destino, pero lo dejan tan maltrecho y suena tan desafinado, que la enfermedad es ineluctable así como tener que esperar el tiempo necesario para la re-afinación de su Canto. Negarse a buscar ayuda para el crecimiento personal y la sanación definitiva es un acto de presuicidio latente.

### **DARWIN KARMÁTICO**

No hay felicidad completa en este planeta. La tierra es un lugar oscuro en donde cada habitante está en una lucha contra otros por la supervivencia. A veces, como algo muy raro, se encuentra uno grupos que están viviendo de, para y por la solidaridad, la belleza, el amor, la luz y la vida. En este planeta cada uno tiene que cargar con su propio dolor, afrontarlo, sobrellevarlo y aprender de él para poder algún día emprender **Un Viaje Interno** de Retorno al Hogar Verdadero a través del vehículo estelar que es la meditación.

*¡Los hombres Machos si Lloran y, además, hacen Poesía!*

Aún los que parecen felices, llevan algo oculto en su corazón que les produce amargura, les mortifica. Nada que no sea la recuperación de la propia Fuerza inherente a cada Ser en particular y común al hombre como especie, - llamémosle fuerza hereditaria de pasión de vida -, puede ayudar a recordar el Verdadero Origen de las penas y removerlas. Grandioso es el arte de manejar las energías hereditarias para recuperar la Fe y con ella el Amor y con él La Luz, y con ella las ganas de volver al Hogar

Verdadero mas allá de las Estrellas, pero más grande es dejarse llevar a él por la Gracia de un Maestro Perfecto. Cortarse la cabeza y entregarse (es decir, cumplir los mandamientos de la ley divina) es un acto de Valor. La felicidad embarga a los hombres inocentes y confiados en su Fuerza y su Poder. Hombres así, también pagan con dolor sus Karmas, pero no lloran porque los aceptan, no sufren. Es más, algunos hasta ríen y cantan.

## **LA RELACIÓN HOMBRE-MUJER EN LA TRADICIÓN**

La mujer desde siempre, en la historia de la humanidad, ha sido el centro, el sostén, el pivote, la viga del centro del hogar, aún después del matriarcado, como antes de la derrota temporal que le infringiera el sexo masculino a la hembra, esta condición se ha mantenido. En esta época, en los hogares donde la mujer tiene que abandonar la casa para cumplir un horario de trabajo, con el consecuente desmembramiento de la energía del centro de los hijos, aún bajo tan difíciles circunstancias ella simboliza el eje alrededor del cual gira la fuerza de la unidad familiar. Ella, normalmente, también es movida por la fuerza de su amado.

Más allá de las consideraciones Machistas-Feministas, un hogar en el cual el padre desaparece conserva mucho más la estabilidad que uno en el cual desaparece la madre; peor en los casos donde no hay figura de reemplazo como los abuelos, tíos, etc. La desaparición de la pequeña economía agrícola donde uno de los dos cuida la siembra y el otro cuida la casa fue un duro golpe a la estabilidad de El Centro de los Hogares, ahora todos son empleados del monopolista.

En el caso de las ciudades es cada vez más difícil, por las distancias, que quede tiempo para educar y comunicarse en el hogar. El Kinder reemplazó a la casa y la T.V. a las legendarias reuniones para oír cuentos de los abuelos. La recuperación de la energía de El Centro debe ser un propósito de sanación de la pareja: que la hembra no pierda su relación e identificación con el principio femenino universal (Inn), y que el varón sea el reflejo del Tao masculino universal (Yang), solo así se recupera la perfecta armonía en la sexualidad, la solidaridad, la amistad, el amor y la conciencia espiritual de la pareja. Uno de los primeros pasos fundamentales en la armonización con la Medicina Tradicional China, consiste en la recuperación del Ser mujer y la esencia del Ser varón, para que se refleje así la humildad, la transparencia y el amor en la una y la ternura, la disponibilidad y la locura en el otro, para que otra vez sea el varón quien corteje y la hembra quien seduzca. Trascendental es el tiempo de la recuperación del Tao de la pareja.

## **SEXUALIDAD**

*El objetivo del coito para el hombre es engendrar sus energías; para la mujer, eliminar las enfermedades.*

Su Nu King

Existe una misteriosa leyenda que habla de lluvias celestes procedentes de la Luna, símbolo de lo femenino, el INN. En el cuerpo de la mujer, en la caverna maravillosa, en lo profundo del palacio del INN, se aloja una perla de rocío de luna de la cual emana un néctar exquisito, que al tragarlo renueva la vida del varón. Es el “elixir de flor de luna”, el agua celestial que brota en los manantiales de las estrellas y ellas guardan en sus secretos laberintos las puertas del Palacio del INN que solo pueden ser abiertas con la llave del Amor. Aquel que sabe encontrarla y disfrutar de sus bondades se convierte en inmortal y recibe todas las bendiciones de la Divinidad.\*

\* Leyenda de Wu Hsien

## **ACERCA DEL EMBARAZO Y LA HERENCIA**

La embarazada expulsa en sus vómitos todas las impurezas del pensamiento que afectan la sutil estructura del espíritu del recién encarnado, por eso el tratamiento correcto debe ser alquímico: la sangría de las dos venas sublinguales en los puntos Yuye y Jinjin.

El mejor homenaje que una embarazada puede hacerle a su marido es un hijo son, que no herede las taras de los padres ni de los abuelos.

Existe un resonador de energía llamado Zhu Bin, el filtro de lo ancestral, u homenaje a los esposos, que debe ser punturado para tal propósito con técnica de aguja larga a los dos, a los cuatro y a los seis meses de embarazo, o también en el tercer y el sexto mes.

Zhu Bin en chino antiguo significa: construir la estancia para agasajar al huésped.

## **ECOSOFÍA**

El Ecólogo estudia. El Ecósofo vivencia.

El aire que respiramos es un bien compartido con todos. La tierra viaja por el espacio envuelta en una atmósfera muy sutil que se carga con la energía de nuestro pensamiento; es decir, estamos compartiendo nuestros deseos y nuestros sentimientos con los demás. La atmósfera se contamina más con los pensamientos que con los gases tóxicos. El cuidado de los sentimientos y pensamientos, la masticación dando gracias a Dios, el Qi Gong, la Meditación, el Yoga y el Arte son los primeros mandamientos ecológicos de la solidaridad mundial, un paso muy importante en la supervivencia del hombre como especie. Por cada palabra de amor que brota una flor y por cada sonrisa vuela una nueva mariposa. Valdría la pena detenernos un segundo antes de nuestro próximo escupitajo.

## VIOLENCIA – ALCOHOL – DROGA

La violencia es una plaga que se viste de trajes muy sutiles. En Colombia se vive en forma burda: de las 28.000 muertes violentas que se produjeron en 1993 sólo 8.000 fueron causadas por la guerrilla y el narcotráfico, las otras 20.000 ocurrieron en asuntos particulares. El alcohol esta en el centro de todo este negocio, las demás drogas se encargan del resto. Sin embargo, hay comerciales de televisión que estimulan el alcoholismo.

Los moldes de pensamiento de esta Era de Hierro (Kali Yuga) cuya característica es la poca espiritualidad, y la desconexión de la realidad Invisible, la cortedad de la vida, la Prisa, el Ego y la Violencia son la causa fundamental de este Dharma (Karma colectivo) de Nuestra Era. El principio fundamental para curar esta enfermedad colectiva está en cambiar esos moldes rígidos de pensamiento, por modelos ideativos más complejos y sublimes que eduquen a la comunidad a partir del Principio de Hermandad de Todos los Humanos y la paternidad de Dios.

*La virtud zozobra en la fama y la sabiduría  
se va en los debates.*

Chuang Tiu

Todo retorna a la Nada, a la oscura y silenciosa Virtud Luminosa y Sonora a la vez. Todo el mundo fenoménico paradójicamente procede del sonido, la luz, la música y el color, que en armonioso entretejido unido por las cuerdas del amor entretienen la existencia. La existencia física es corta en el tiempo, pero eterna en el infinito espacio del espíritu inmortal. La vida es un fruto del Amor. El hombre, como Dios, es un Ser de Amor, pero está atrapado en la cárcel del temor, la ira, la vanidad, el narcisismo, la soberbia, el ego y la lujuria. Nadie será un verdadero hombre mientras sea esclavo de estas criaturas.

Vivir es leer la partitura del destino, la felicidad es conocer el secreto de la armonía entre el sonido y el silencio. La vida es un testimonio mudo de la perfección del Tao. La armonía de la vida es un misterio, el verdadero equilibrio de los seres no es simétrico. La simetría es la negación de la vida. La muerte es una forma de existencia simétrica, pero en el plano de lo asimétrico. El estado de No-Ser es la simetría del vacío, la conjunción del **No-Ser** con el **Super-Ser** Universal; **La Meditación es el camino de la Verdadera Vida, la Felicidad es fundirse con Dios.** Vía dura, pero no hay otra vía.

La historia de los hombres que habitamos el planeta es aburrida: Las mismas guerras por las mismas causas: El Poder, el Dinero y el Ego. Las mismas torpezas desde el Ramayana y el Mahabarata pasando por la Ilíada. Hasta nuestros días, cada era de la humanidad se embrutece más, los unos hace hoy con los otros lo que apenas ayer los otros hicieron con ellos.

## SOBRE LAS DIETAS

Todas las escuelas espirituales del más alto orden recomiendan la dieta **Lacto-Vegetariana** como la que más suaviza las relaciones con los demás seres vivos del planeta. A ésta postura alimentaria se le conoce en la Tradición India como el principio de **AHIMSA**, (en lengua original sánscrita quiere decir No Agresión contra ninguna criatura viviente de la creación).

No obstante, el hecho de ser Vegetarianos no garantiza el conocimiento superior, la sabiduría de las enfermedades. “Dieta” en su sentido original (griego) significa estilo de vida. Podemos llevar la dieta Vegetariana y seguir siendo tan agresivos, arbitrarios y mentirosos como cualquier carnívoro. Es más, hay carnívoros mucho más amorosos y sanos que algunos Vegetarianos. La salud depende del Karma constitucional energético de cada persona.

El Vegetarianismo como doctrina aislada es un sofisma alienante. Ser Vegetariano por razones de salud es solo una medida terapéutica, una pastilla invisible. El cumplimiento del quinto mandamiento, “no matarás”, o AHIMSA, para entonces vendrá como una gracia del Cielo cuando el hombre encuentre Su Centro. Ser Vegetarianos será un acto de gran elegancia y caballerosidad espiritual cósmica.

La alimentación según la Tradición está basada en los cinco sabores (salado, ácido, amargo, dulce y picante), y los cinco colores (negro, verde, rojo, amarillo y blanco), combinados de manera correcta y permanente en las recetas de cocina. Generalmente, tanto vegetarianos como carnívoros se alimentan tan mal en este sentido, que sus recetas son un verdadero atentado contra la movilidad de la energía; comen mal, a veces en exceso, otras se subalimentan con chucherías supuestamente naturales, el asunto merece una revisión en capítulo aparte.

Lugar de honor, en cambio, ocupa el ayuno en casi todos los momentos y personas, exceptuando los niños, ancianos, embarazadas, desnutridos y personas de constitución fuego en fase de exceso.

Desde hace veintitres años soy Vegetariano porque así me lo indicó El Hombre del Desierto, el Maestro Ajaib Singh. No obstante, de ninguna manera pretendo violentar las convicciones personales ni la libertad de escogencia de la alimentación de cada cual. Las cosas impuestas por la fuerza o con engaños no son duraderas porque son inauténticas.

Lo que sale de la boca, las palabras, son un reflejo de lo que existe en el corazón. La interpretación de las palabras es como una “prueba de laboratorio” para el terapeuta tradicional. Las palabras falsas son causas del enfermar físico y a la vez son una consecuencia del enfermar del espíritu. Las palabras son causa de la enfermedad del Espíritu llamada Bu Chong Fu, cumple un periplo y regresa. Mentir enferma el útero de las mujeres y el corazón de los hombres.

Lo que sale de la boca esta importante como lo que entra, pero mientras a un corazón herido se le puede curar con amor, a “los millones de animales que el hombre manda diariamente a la olla no hay quien les devuelva la vida”.

Sin ánimo de criticar, ni de sentar una cátedra dogmática, recordemos algunos escritos revelados en Textos Antiguos: “Paga más caro el Vegetariano que critica al que come carne, que el que la come”. “La vida se paga con la vida”. “El Tambor de la ley suena para todo el mundo”. “Cada animal clama un juicio después de muerto, y el último

bramido de las vacas retumba en el universo como un testimonio de la crueldad del hombre con los animales”” La **No-Violencia** es algo más que un planteamiento Ghandiano. Dejar las carnes no es sólo un problema de salud. La dieta vegetariana es un toque de **Elegancia Cósmica**.

## COMENTARIOS AL LI KI Libro de Música

Dice el Li Ki:

“La Virtud es el principio de la Naturaleza Humana, y la música es la flor de la virtud”.

Comentario:

Aquí se expresa textualmente el sentido trascendental de **La Virtud** como esencia del Ser y la música como resultado del movimiento de la esencia del ser artista. Prefiere la música como el ejemplo de la virtud porque ella reúne:

1. El Ritmo, clave de la vida para los Chinos
2. El Canto, emanación de luz y energía por la boca
3. La Melodía porque expresa la naturaleza de Dios.

“Quien se llena de música hasta el punto que le regule el corazón, verá renacer la justicia, la rectitud, el afecto y la sinceridad, habiendo adquirido la justicia, la rectitud, el afecto y la sinceridad, el hombre estará alegre. La alegría es la serenidad; la serenidad es la perseverancia; la perseverancia es el Cielo y el Cielo es la divinidad. El será el Cielo, y se le creará aunque no hable. Él será La Divinidad y se le temerá aunque no se enoje”, Comentario: recordemos que la justicia pertenece al pulmón, la rectitud al riñón, el afecto al hígado y la sinceridad al bazo. Todos confluyen al Shen (Espíritu), luego la música sola es una terapia global. Aún cierta clase de música inferior, se adapta al nivel de quien la escucha, pero, su efecto no logra penetrar profundo ni mover a la energía con fines terapéuticos. Podemos concluir entonces que el sonido de la Música que llena el corazón no es de este plano físico. Es otro Sonido, otro... Verbo, es el sonido del Silencio que debe buscarse en otro estado de conciencia. La música es tanto del Cielo Anterior, como del Cielo Posterior, pero está permanentemente en el “Cielo Interior”.

Hacer Música, oír Música, es una Terapia para el Crecimiento Interior. Lograr estos niveles es producto del trabajo de Qi Gong o de Meditación. Las Fórmulas Rígidas no existen, aunque se pueden intentar simples cantos místicos.

La música China conoció una escala de cinco (5) notas, que se llamó escala Pentáfona. Cada nota tiene una significación precisa y se corresponde con un color, un sabor, un órgano, y una entraña en los cinco (5) reinos mutantes.

El Fa (Kong), representa al príncipe; el Sol (Chang), a los ministros; el La (Kio), al pueblo; do (Che), los negocios; y el Re (Yo), las cosas.

El hermoso mito del origen de la escala cromática cuenta que empezó con dos (2) acorde emitidos en un valle en estado de meditación por un músico místico, en sendas flautas de Bambú. Esas dos notas fueron seguidas por el canto de un par de aves Fénix, el macho y la hembra, ellas cantaban los doce (12) sonidos (seis cada ave); en los tonos enteros que forman lo que en occidente llaman la escala pitagórica. El mito recuerda al espíritu inspirado mas allá de lo físico para explicar el origen y la función de la música.

Leemos en el Li Ki: “La música es la armonía del Cielo y la Tierra, la cual obtiene del Cielo la eficacia de sus principios. Sólo el que sabe con claridad lo que son el Cielo y la Tierra, puede practicar la música correctamente. La música se desarrolla en el Cielo, mientras que los ritos se desarrollan en la Tierra. El Cielo se manifiesta en el movimiento, la tierra en la quietud. Los hombres Santos hablan del rito y la música, porque lo uno representa la quietud y la otra el movimiento  
“.

En la otra doctrina del Yoga del Sonido (Surat Shabd Yoga), se considera al Bajhan (canto sagrado) un pasaporte directo al Cielo para la alabanza del Señor. He tenido la oportunidad de practicarla durante doce (12) años, y no he escuchado Concierto externo que se acerque a la belleza del Sonido Interior.

Hablar de sanación con música es hablar de Inn y de Yang, es decir, de la armonía entre la mente y el alma y entre la energía y el cuerpo . Las concatenaciones intencionales de ritmo y armonía son un método respetable de armonización del paciente. El sonido del tambor en las manos del sanador es un ritual que, en ocasiones debe reemplazar la aguja. Igual sucede con el canto. Algo va del baile a la danza y de la música comercial a la ritual. Goza quien logra a través del no forzar nada, el que se deja llevar del imprevisible sonido interior. Las drogas alucinógenas y estimulantes en general son vulgares tóxicos al lado de los néctares que brinda la Meditación.

## **CHIKUNG DE LOS NÚMEROS**

Sugerimos (Utilizar las manos como pinceles y el espacio como tablero, mientras se pronuncia con cada respiración el nombre del número sincronizadamente con sus trazos.)

En el Uno (1), hay que surgir hacia arriba, que en su bondad desciende el uno.



En el Dos (2), hay un encorvamiento de la fuerza, que luego se manifiesta horizontalmente.

En el Tres (3), la fuerza viene con una horizontal celeste que desciende y luego se expande como en el 2, pero, el cielo posterior. Tres (3) como es arriba es abajo todo lo que es.

En el cuatro (4), la fuerza señala dos disecciones: desciende y se horizontaliza, pero viene asistida por otra verticalidad paralela que desciende y se concretiza.

En el cinco (5), la fuerza sigue asistiendo horizontalmente, desciende por el lado contrario a todos los anteriores y luego se encorva como en el 3 pero ahora es recordando lo existente asistido.

En el seis (6), la fuerza desciende ya en otro propósito, se pliega para que aparezca la vacuidad del círculo o son las energías del cielo en la tierra.

En el siete (7), la fuerza se manifiesta en todo su particular aspecto celeste y la unicidad asistiendo lo que está en él y la F.

En el ocho (8), todos los vacíos de F y tierra se conjugan en la eterna danza del retorno. Es la conjunción de la vacuidad.

En el nueve (9), el vacío desciende con toda la fuerza de la vacuidad y se verticaliza, y en el 0, la vacuidad aparece y ya no hay más que pensar sino vivenciar.

## MÚSICA SIMÉTRICA Y ASIMÉTRICA

“Únicamente la música, es incapaz de mentir”

Los antiguos chinos definían como Cielo Anterior a lo que sucede después de la creación del Mundo Físico, y el Cielo Posterior a lo que sucede después de la Creación. La música mundana del Cielo Posterior, es simétrica y se caracteriza por variaciones que rotan en torno a un pivote fijo: 4/4, 6/8, etc. Su belleza reside en combinar en torno a ese compás fijo una determinada armonía, un ritmo.

La Música Secreta del Orden del Cielo Anterior es asimétrica, absurda, inasible, caótica y perfecta: su única regla es que no tiene reglas. El Sonido brota pulsado por una fuerza que sale de adentro. El centro es perfecto pero cambiante, la armonía se consigue cuando hay instante de combinación simétrica alrededor de un flexible pivote saltarín.

En el Cielo Anterior, el sonido precede al hecho. El murmullo crea el agua. Una de las claves del trabajo con la música hecha con propósitos de sanación es que la Meditación precede al Toque del os instrumentos. Ejemplo: La señora X nunca ha tocado ningún instrumento, pero cuando escuchaba el toque hecho por ella misma y el canto que le surgió después del trabajo de meditación y se lo hacía oír en un cassette a su bebé en el

vientre, sentía que él se alegraba. Después de nacido era el soporífero favorito del nuevo habitante de la casa.

En el Li Ki (libro de los ritos), en un capítulo dedicado a la música, el Yaoki, encontramos: “El sonido claro y variado pertenece al Cielo; el sonido fuerte y profundo pertenece a la tierra; El ritmo de los movimientos de la danza está en correspondencia con el ritmo de las estaciones. Los cambios, la transformación, su evolución, representan en viento y la lluvia”. Ejemplo: La paciente V. Tocó el piano después de un Trabajo de Meditación y Qi Gong, y se sorprendió de “lo que salía”. Hemos trabajado con varios instrumentistas y su experiencia confirma la existencia de ese Ritmo y Armonía que se sale de Todos los patrones conocidos, es una especie de Free Jazz a la N Potencia.

## **CHI KUNG (QI GONG) DEL RITMO INTERIOR**

### **COMO PUEDES LLEGAR A ESTE RITMO**

Puede ser encontrado con la ayuda de un terapeuta especializado porque el Chi Kung tiene diferentes facetas, es el arte de manejar la energía, y una de esas facetas es el sonido. Todo terapeuta tiene que captar el sonido cósmico. Dentro de cada sonido está el ritmo, para un buen Chi Kung, el terapeuta debe recuperar el ritmo interior al cual se puede llegar a través del pulso, escuchándolos dan el ritmo.

### **DE QUE MANERA LLEGAMOS AL RITMO**

Así como existen ritmos universales en cada región, por ejemplo la Cumbia en Colombia, el Joropo en Venezuela, el Guaguancó en Cuba, la Rumba Flamenca en España, la Polka en Rusia, la Ranchera en México, encontramos que de la misma manera dentro de nuestros cuerpos existen muchos ritmos, pero la confluencia de todos ellos hace pensar en la existencia de un ritmo síntesis que en el caso del planeta tierra se asimila a ese golpe que se oye como un tum, por ejemplo en el tambor, y que en el cuerpo humano estaría al nivel del corazón y se expresaría en sus diferentes matices en el pulso. Una vez detectados estos matices se traducen a un lenguaje que simboliza el cielo y la tierra, lo visible y lo invisible, lo materia y lo espiritual, lo divino y lo humano (una negra - una corchea), que no implica un solo golpe o dos golpes, negra – corchea, sin que esté restringida a ese limitante uno (1), dos (2), sino que ellos simbolizan la infinitud de posibilidades en que se divide la Unualidad y la Dualidad, siendo a la vez indivisibles. Una vez que al sujeto se le haya diagnosticado su ritmo interior, se procede a su recuperación a través de ritmos externos consagrados en los 64 hexagramas del I Ching, libro de las mutaciones.

¿Para que sirve entonces una sesión terapéutica de música basada en el Diagnóstico del Canto de la Sangre en el ritmo de los pulsos?

Para centrar la Energía Psíquica del Individuo.

## **TAMBOR**

Para Istvan, David, Shangó y Leonor Dely.

Amor + T.<sup>a</sup> + B.<sup>o</sup>. = Tam-Bor

Corazón vacío, madera comba,  
Repiques de la selva florecen  
En tu lengua secreta,  
¡cuero!, ¡Bombo!  
¡tambor!, ¡madera comba!  
¡Oh, quedad firme!  
Boca misteriosa,  
Brújula de los laberintos  
del mundo invisible.  
Madre bambú... flauta gigante.  
Huracán y viento, suave doncella.  
Ay Tambor, ay Tambora!  
Dime: ¿Quién inventó los tonos broncos,  
de tus 4 cueros que danzan alrededor  
de la campana del centro?  
¿Los inventó la noche?  
¿Los inventó el invierno?  
¿De qué abismo vienes, Tambor?  
¿De qué noche de arrebató surgiste?  
¿Trajeron de los sueños caballos de colores?  
¿Son tus padres el mar y la lluvia?  
¿O el sol y el viento?  
¿O la esencia y el ritmo?  
Un toque, traigo la clave por dentro  
Y busco al Señor.  
¡Señor Tambor!  
Necesito un respiradero Cósmico,  
Quiero un caballo alado de la Fuerza,  
Necesito beber del cuenco Sonoro del Monte.  
Vara mágica!  
Bastón parlante!  
Llamador del espíritu!.  
Timbre frío del recuerdo,  
¡Sortilegio de La Remembranza!  
¡Mensajero del Nombre!  
¡Secreto Perfecto!  
¡Heraldo de Dios!  
Ay Tambor,  
¡Sonido estelar!  
¡Galope sobre el viento!,  
¡Voz de La Fuerza!.

Ay Tambor, ¡Perpetúa el tiempo del encanto!  
No mueras en el amanecer de tu sonido.  
¡Ven plenitud!, ¡Ven armonía!  
¡Ven sonido bronco!

## DANZA

“Danza, Mulata, Danza!”  
J. Artel

Dime como bailas y te diré quien eres.

La danza es a la música lo que la máscara es al carnaval. La ecuación es correcta. El sofisticado mimetismo de la danza nos delata. Ella descubre, desoculta, suaviza y permite que el fantasma de la culpa, el pecado y el error afloren a la superficie desde un trasfondo, a menudo mórbido, que los caracteres introvertidos se esfuerzan en ocultar... La danza es un ramal florecido donde brotan los frutos ocultos del árbol de las defensas.

La danza cuenta de cicatrices, de cuan rígida es tu mente, tanto como tu cuerpo. La danza es el canto de los tabúes y de los fantasmas que nos acompañan.

Baila y sentirás el pulso de tu desarraigo. Baila y tus ojos llorarán de tanto silencio amargo restringido en los huesos. Baila y vivirás un segundo más sobre la tierra que podría ser el definitivo paradójico.

En busca de un rayo de luz dispensado por la misericordia de La Divinidad ante el sacrificio ofrecido, la fuerza de la Danza brota de la tierra para ascender al cielo en busca de un Tambor, a través de los pies, a través de las manos y las pupilas... y las caderas y una rodilla y otra rodilla, un hombro y otro hombro, un brazo y otro brazo y otro... abracarse a la inmortal noche que te observa.

No importa donde se nace, ni donde se vive, la humanidad se divide en tres clases de seres, los que danzan porque pueden, los que quieren danzar y no pueden y los que pueden danzar y no quieren porque se los traga el miedo. Danzar no es necesariamente llavar el tiempo o cumplir la rutina de un patrón de movimiento (Hay una técnica en el teatro”no” que exige prescindir de éllo como los poetas modernistas prescindieron de rima y métrica lineal.

Danzar trae longevidad.

## CANTO

“Una canción vale tanto como mil monedas de oro”

Suché, Siglo XI.

El oro, que es luz condensada, razón de su brillo y su valor, es lo único comparable a la luminosa expresión del canto, razón tenía Suché, al comparar su valor con el oro, la vida está hecha de asperezas y untuosidades, de voces y silencios. El mundo está hecho de Cielo y de Tierra, Montañas y Valles, el claro del día y la oscuridad de la noche. De amaneceres y atardeceres, de alegrías y pesares. La vida es una moneda hecha de caras y sellos unidos por un canto. El canto no es la palabra, ni es la música, tampoco es la suma de los dos, el canto es el filo de la navaja que los comunica. Es una energía que emana de la fuerza del corazón del alma, sale por la boca del emisor convertida en luz y, al tocar a un ser viviente receptor, le produce un gran cambio de naturaleza trascendental en su energía emocional. Trascendental porque lo acerca al Amor (Prem), a la Vida y a la Verdad (Sat).

. Uno canta y se cura.

## LOS DOCE PASOS

He aquí los Doce Pasos que sirven de orientación a los miembros Alcohólicos Anónimos para lograr la sobriedad y madurez espiritual. Al- Anon los considero adecuados para iluminar el camino de sus propios miembros y los adoptó.

La inspiración que los dictó tiene una validez tan universal, que al adoptarlos solo fue preciso cambiar una sola palabra: en el Duodécimo, se sustituyó *alcohólicos* por *personas*.

1. Admitimos que éramos incapaces de afrontar solos el alcohol, y que nuestra vida se había vuelto ingobernable.
2. Llegamos a creer que un Poder Superior a nosotros podría devolvernos al sano juicio.
3. Resolvimos confiar nuestra voluntad y nuestra vida al cuidado de Dios, según *nuestro propio entendimiento de El*.
4. Sin temor, hicimos un sincero y minucioso examen de conciencia.
5. Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos y ante otro ser humano la naturaleza exacta de nuestras faltas.
6. Estuvimos enteramente dispuestos a que Dios eliminase todos estos defectos de carácter.
7. Humildemente pedimos a Dios que nos librase de nuestras culpas.
8. Hicimos una lista de todas las personas a quienes habíamos perjudicado, y estuvimos dispuestos a reparar el mal que les ocasionamos.
9. Reparamos directamente el mal causado a estas personas cuando nos fue posible, excepto en los casos en que el hacerlo les hubiese inflingido más daño, o perjudicado a un tercero.
10. Proseguimos con nuestro examen de conciencia admitiendo espontáneamente nuestras faltas al momento de reconocerlas.
11. Mediante la oración y la meditación, tratamos de mejorar nuestro contacto consciente con Dios, según nuestro propio entendimiento de El, y le pedimos tan sólo la capacidad para reconocer Su Voluntad y las fuerzas para cumplirla.
12. Habiendo logrado un despertar espiritual como resultado de estos Pasos, tratamos de llevar este mensaje a otras personas, y practicar estos principios en todas nuestras acciones.

## **TERAPÉUTICA DUAL ANGÉLICA**

**Lado Yang**

Guerrero, mírala bien, detenidamente,  
como se estudia con los dedos, delicadamente  
el filo de la espada:  
Ella es, por decir lo menos, tu dama.  
una especie de manantial en el desierto,  
angelical luz protectora en este  
oscuro infierno del mundo.  
Mira bien, guerrero, oye bien, escucha:  
Jamás saques tu espada en su presencia.  
Si vienes de guerrear, guarda tus garras.  
Si vienes de pensar, esconde en tu bolsa  
de piedras preciosas esos pesados conocimientos.  
Si vienes de orar, recuerda la prueba de los justos:  
Perdón al enemigo que se rinde.  
Si vienes de arar, recógete cerca de su vientre.  
En fin. Es como si recordaras que tu propia proyección  
femenina es ella. Tu alter ego, Dios en su otredad.  
El amor, hermano, es el arma que corta el dolor de  
todas las heridas.  
Duele, como un bisturí abriendo la piel del absceso:  
Inevitablemente sangrarás por su mordedura tajante  
seguramente morirás si huyes de él  
es posible que resucites si te quedas.  
También es probable que pierdas la razón.  
Sea para crecer, romper, integrar,  
o bien para trascender, o quizás para mermar el ego  
echar para atrás y cometer estupideces  
como convertir la devoción en fanatismo  
o la entrega en inmolación  
pero no te arredres  
el amor tiene sus secretos encantos.

### **Lado Yin**

Bella dama, angelical hechicera, hermana:  
Vamos a conversar sin trampas, de hembra a hembra,  
de corazón a corazón, de alma a alma.  
Sin más intención que ver, sin carne, la verdad.  
Es tan grande el poder de una mujer sobre su hijo  
como el de una amante sobre su escogido,  
como el de la esposa sobre su hombre casado.  
¡Ella lo tiene!  
Todo podría resumirse así: “Lo tienes”  
Si lo quieres o no lo quieres, eso está demás.  
Tú sabes que a él, como al poder, lo tienes.  
Que aceptes manejar la situación con pétalos  
o con espinas, decídelo.  
Pero haz la prueba y verás

que tus heridas lo debilitan  
que tu dulzura lo enloquece  
que tu transparencia lo abrumba  
que tu fe lo desafía  
que tu perseverancia lo asombra  
que tu entrega lo nutre  
que tu sabiduría lo orienta.  
Ah, y tu alegría lo calma.  
Y tu amor, tu flor,  
tus pétalos de flor  
tus estambres de flor  
tus sonidos de flor sonora lo transportan.  
(Ya conoces su inveterada costumbre  
de negar al comienzo tus dulces dardos  
de miel y pimienta  
de azúcar y limón  
de acre y amargo)  
Todo lo tuyo es tan terrígeno...

Dios dice que prefirió hacerles creer  
a los guerreros que fueron primero que el útero  
del mismo modo que las sabias madres de los  
desiertos  
del Rajhastan, del Gobi o de La Guajira  
proclaman y enseñan a sus hijas que el hombre es  
primero  
El hombre es la cabeza.

La mujer está debajo de él  
siempre en segundo lugar  
como el cuello, sosteniéndole  
y señalando el camino, la dirección  
hacia donde debe mirar.

## El paseo del espejo



*Todo hombre encuentra, precisamente, el destino que trata de eludir.*  
*Alí*

Cuando fui adulator  
me fastidiaban los adultores;  
cuando fui crítico  
me criticaban los criticones;  
cuando fui lujurioso  
me perturbaban los lujuriosos;  
cuando fui envidioso  
me chocaban los envidiosos;  
cuando fui miedoso  
me exasperaban los miedosos;  
cuando fui violento  
me provocaban los violentos;  
cuando fui cobarde  
detestaba a los cobardes;  
cuando estuve triste  
me perseguían los llorones;  
cuando fui codicioso  
criticaba a los ambiciosos;  
cuando clamé justicia  
fui injusticiado por los jueces;  
cuando empecé a perdonar  
vislumbré la compasión de otros;  
cuando ya nada me importó  
todo se hizo luz  
y quedé ciego.

**EL TAHIO**  
**SOBRE LA GRAN CIENCIA O GRAN ENSEÑANZA**

1. EL CAMINO (TAO = el sentido) de la gran enseñanza consiste en cultivar el brillo de la virtud luminosa, renovar el pueblo y buscar la más alta excelencia, la perfección.
2. El que sabe a donde ir, determina el objeto a alcanzar. Tomada esta determinación se consigue tranquilidad, no hay vacilación. Tras la tranquilidad aparece la paz interior. Conseguida la paz interior la meditación es posible. La meditación permite ver lo esencial y conocida la esencia de las cosas se consigue el objeto a alcanzar.
3. Todo tiene una parte principal y otra accesoria. Todo asunto tiene un principio y un fin, causas y efecto. Sabiendo lo que esta antes y esta después, conociendo los motivos y las consecuencias se esta cerca del CAMINO, (la esencia).
4. Los antiguos que querían ilustrar la luminosa virtud en el mundo y renovar los pueblos ponían primero en orden su reino; para poner en orden primero su pueblo regulaban primero su propia casa. Para ordenar su casa se perfeccionaban antes ellos mismos; para perfeccionarse ellos mismos rectificaban primero su corazón hacían previamente sinceras sus intenciones; para hacer sinceras sus intenciones se entregaban antes al máximo perfeccionamiento de los conocimientos mortales.
5. El máximo conocimiento reside en la investigación de las cosas.
6. Al conocer el origen de las cosas y los móviles de las acciones, se obtienen un pensamiento sincero rectas intenciones. Al tener in pensamiento sincero rectifican su corazón. Con el corazón recto llevaban a cabo al cultivo de si mismos. Una vez que se habían cultivado a si mismos, regulaban su propia casa, regulada la casa podían gobernar su reino. Con el reino bien gobernado, la paz reinaba en el mundo. Desde el emperador hasta el más humilde, todos deben tener el cultivo de si mismo como fundamento de vida. Todo hombre tiene el deber de mejorar y corregir su propio ser. Si lo principal esta en desorden, lo que en ello se apoya no puede estar ordenado. Trivializar lo importante o subordinar lo principal a lo secundario es absurdo.

**TA-HSUE  
DE  
CONFUCIO**

## TRES POEMAS ESCOGIDOS DE CONSTANTIN KAVAFIS

### PENSAMIENTOS PELIGROSOS

Dijo Mirtias (un estudiante sirio  
En Alejandría durante el reinado  
De los emperadores Constante y Constancio;  
Medio pagano, medio cristiano):  
“Fortalecido por la meditación y el estudio,  
No temeré a mis pasiones como un cobarde;  
Entregaré mi cuerpo a los placeres sensuales,  
A los goces que he soñado,  
A los más audaces deseos eróticos,  
A los lascivos impulsos de mi sangre,  
Sin sentir el menor temor, porque cuando quiera –  
Dueño de mi voluntad, fortalecido  
Como estaré por la meditación y el estudio-  
Cuando quiera, recobraré en los momentos críticos  
mi ascético espíritu anterior”.

### TANTO COMO PUEDas

Ya que no puedes labrar a placer tu propia vida,  
Al menos intenta tanto como puedas  
No degradarla  
En el continuo contacto con el mundo,  
En demasiada actividad y charla,  
  
No la degrades arrastrándola,  
Tomándola y exponiéndola tan a menudo  
A las estupideces diarias  
De las relaciones sociales y las fiestas,  
Hasta que incluso parezca un fastidioso parásito.

### CRECIENDO EN ESPIRITU

El que espera crecer en espíritu  
Tendrá que trascender obediencia y respeto.  
Sujeto a algunas leyes  
Mayormente violará  
Ley y costumbre, e irá más allá  
De lo establecido, la norma inadecuada.  
Los placeres sensuales tendrán mucho que enseñarle.  
No temerá el acto destructivo:  
Media casa tendrá que caer.  
De esta forma crecerá virtuoso en sabiduría.

**Kavafis; Obra escogida.**

## Oración por los Doce Animales

*A Sadhu Ram*

Llegaste con la primera llovizna de abril a cielo abierto  
Y trajiste la Luz a mi equívoco destino.

Tú salvas el honor de los que ya ni honor tenemos,  
de los que perdimos todo, hasta el amor mundano  
y nos declaramos en bancarrota total. Sin esperanza.  
En quiebra espiritual y material.

Venga Tu Luz y haga brillar a los dragones,  
y devuelva su fuerza a los caballos,  
y permita que el mono se divierta  
y que el perro encuentre un dulce amo.  
Venga Tu Luz para que el gallo cante  
y deje al cerdo disfrutar su casa.  
y que el tigre se lleve su presa  
y el gato viva la gran vida  
y el buey rumie sus ingenios  
y la rata seduzca con su verbo  
y en los altísimos riscos solitarios  
la cabra contemple la belleza  
y la serpiente se transforme en águila.

40960507

## **Maitines**

(Oración del amanecer)

Oh Dios, Todopoderoso y Verdadero  
aquí estoy a Tus Pies, rendido.  
Hoy te ofrezco mi oficio con toda la  
atención.  
Te ofrezco la concentración de mi atención  
en el centro del ojo.  
Te ofrezco este día de trabajo,  
cada paciente que atienda,  
cada persona que escuche,  
cada cosa que pueda hacer,  
cada palabra que tenga que decir,  
cada pensamiento que no pueda controlar,  
cada idea que brote de mi inteligencia,  
cada estupidez que sepa callar,  
cada miedo que sienta,  
cada piedra que lance,  
cada odio que explote,  
cada ego que emane,  
cada tristeza que llore,  
cada pensamiento,  
cada palabra,  
cada acción que en mí sea, te la ofrezco.  
Cada estado, cada instante,  
cada luz, cada tiniebla,  
cada rayo, cada sombra,  
todo lo que mi planta vegetal,  
mis almas vegetativas, mis nervios  
mis líquidos, mi carne, mis huesos  
mi sangre y mis aires sientan,  
muevan, transformen,  
modifiquen, o den en mutación  
te lo ofrezco, Oh, Dios Todopoderoso y  
Verdadero.

Te ofrezco, Dios, puedo ofrecerte

cada cosa y cada no cosa que mis almas  
animales  
tengan por gracia  
y cada inconsciencia emotiva que venga a  
ellas,  
por desgracia, y sin que la mente  
intelectual,  
culta y superegoica, haya incorporado  
desde niño para ser un ser social  
y moral como quería Segismundo.  
Te ofrezco mi ser, mi vida y mi amor.  
Te ofrezco hoy todo lo que en mí sea,  
pueda ser o se dé.  
Me comprometo a no olvidar esta promesa  
de amor  
ni un solo instante.  
Haré un segundo de memoria  
en la frente, en medio de las cejas,  
en el lugar de la fidelidad acertada,  
en el centro de la flauta de bambú,  
en el estanque del agua vacía.  
Con la majagua atada a la cintura  
en facha de silencio,  
en expresión centrada  
y con la sonrisa en el corazón  
bajo los acordes de la piedra sonora,  
cantando en silencio tu quintuple nombre  
te ofrezco  
la oración de tu Nombre innombrable.  
Te ofrezco mi quietud cadavérica por tres  
minutos (porque más no aguanto).  
Te ofrezco el canto de tus pájaros  
el ruido de las máquinas  
los gritos del vendedor ambulante  
la queja del moribundo  
en Su río de riberas dispersas.  
Te ofrezco el color del espíritu  
en el límpido foso abismal del origen  
solitario.  
Los fogones que día a día  
encienden en la mañana las muchachas del  
servicio.

La fuerza del joven misterioso  
que lanza en la ciénaga su atarraya.

Todo lo que oigo, todo cuanto veo  
cada martillazo, cada machetazo  
cada subtotal, cada sello, cada corte  
cada memorando, cada pinchazo  
cada orden cumplida, toda la  
desobediencia  
todas las virtudes, todos los pecados.  
Hoy te ofrezco todo, oh Sat Gurú  
De mis laberintos celestes

Tú, oh Señor de los Milagros  
Eres el pilar suspendido  
de la columna central del templo  
de este cuerpo hecho por ti  
con los cinco elementos, que son seis.  
Tú eres el agua, tú eres el viento  
Tú eres el fuego, tú eres la tierra  
Tu eres el oro, tú eres el éter  
Tú eres el vacío, tú eres el no-vacío  
Y todos los síes que están afirmando mis  
vidas  
Que también hoy te las vengo a ofrecer.  
Acepta este humilde oficio,  
Dios todopoderoso y verdadero  
Yo no soy nada  
Tú lo eres todo  
¿Qué más puedo yo hacer sino ofrecerte mi  
trabajo  
Padre mío?  
Acéptalo por favor  
No me rechaces, ¡acéptalo Dios mío!

## **ORACIÓN CUÁNTICA PARA CONSTRUIR MI DIA**

Tomado de "*What the Bleep Do We Know?*"

**(Señor Dios Todopoderoso y Verdadero)☺**

Dame una señal hoy de que prestaste Atención...  
A cualesquiera de estas cosas que yo he creado  
Y tráelas de una manera que yo no esperaría.  
Así estoy sorprendido  
Ante mi capacidad de poder experimentarlas.  
Y, por favor, hazlo de tal manera  
Que no me quede la menor duda  
De que ha venido de ti.



## EPÍGRAFES

### MÚSICA

“El remedio supremo y más potente para limpiar la mente, así lo dicen todos los Maestros, es el de la comunicación con el Verbo Sagrado, el Poder de Dios en Acción, creando y sosteniendo lo visible y lo invisible. Estar sintonizado con la música del alma es dividir en dos y separar con el alma consciente, aprisionada en el cuerpo con incontables grilletas”.

“Hay gran belleza en el verbo. Tiene una música que está más allá de cualquier música creada por el hombre, la cual atrae el alma hacia sí misma (fuera de lo mundano).”

“En el momento de dar, sienten dentro de ustedes un poco de alegría. Esto es natural, y es la principal compensación, la cual se recibe en ese mismo momento. De manera que, por lo general, todos los hombres deben compartir con los demás, con los necesitados, con los desnudos, con los pobres, con los huérfanos y las viudas, con aquellos que no tienen a nadie que cuide de ellos. O deben dar para algún noble propósito que les permita sentarse juntos y encontrar el camino de regreso a Dios.”

“Si tenéis más dinero del que necesitáis, compartidlo con los demás; de otra manera, será nuestra perdición. Así pues, al dar no perdéis nada. Al final del año, podréis constatar que este dinero lo habéis ahorrado en alguna forma. Tal vez por haberos evitado una enfermedad o cualquier otro problema que surja inesperadamente y que implique gastos.”

“Nunca hagáis daño a nadie. Herimos a los demás al pensar mal de ellos. Esto es malo, ya que los pensamientos tienen gran poder. Cuando pensáis mal de alguien, vuestro

pensamiento reacciona sobre ellos como por un alambre telegráfico. Puede que no digáis nada a nadie, pero si pensáis en esa o esas personas, la irradiación está allí.”

“No es difícil encontrar a Dios. Lo difícil es ser un verdadero hombre. El hombre está en formación. Dios está en busca de un hombre que sea un hombre”.

“No debéis permitirnos ninguna clase de sobrealimentación. Comed sólo cuando estéis verdaderamente hambrientos, no a toda hora. Dos comidas al día son más que suficiente, aunque podéis tomar un desayuno liviano en la mañana”.

“Si tenéis una dieta sencilla y coméis solamente aquello que podéis digerir, el resultado es que no podréis sentaros en paz, no podréis pensar claramente, no podréis dedicar tiempo a vuestra meditación... os sentiréis perezosos. Así pues, una vida sencilla, una dieta simple y un pensar elevado es lo que necesitáis. Solo debéis comer lo que verdaderamente necesitáis. No os sobrealimentéis. El comer demasiado os hará perezosos y flojos. Siempre estaréis dejando las cosas para más tarde. Diréis: “No, lo haré más tarde, dejadme descansar”. Esto es a causa de que el estómago no está bien”.

“Les digo que tomen un bocado menos de lo que realmente desean, que no coman demasiado, que coman siempre un poquito menos, para que cuando se levanten de la mesa se sientan todavía con un poquito de hambre. Les indico que deben comer solamente dos veces al día y que deben trabajar duro. También deben realizar sus meditaciones. Si siguen estas instrucciones nadie se enfermará”

“Aquellos a quienes el Maestro toma bajo su protección son cuidados como niños pequeños, el cuida su desarrollo, alimentación, el confort externo y les da toda clase de facilidades. Incluso suaviza las reacciones del pasado. Cambia la horca por el pinchazo de un alfiler. Tener un Maestro Viviente es una gran bendición”.

“Como os he dicho, esto es un asunto de corazón, no de cerebro. Quienquiera que sabe de amor, sabe de servicio y de sacrificio.”

“El amor es amor si está dirigido a Dios, de lo contrario... es apego.”

Pero...

“El amor es el tributo del alma. Está ya grabado profundamente en el alma, es innato en ella, requiere siempre de algún apego y es la fuerza vivificadora del hombre”.

“El amado quiere que el amante no mire a nadie, que no piense en nadie fuera de él. Esta es una realización del amor.”

“Tenemos océanos enteros de palabras; pero, cuantos gramos de acción? Una onza de práctica es mejor que toneladas de teoría. Por lo tanto, recordad que “Se necesitan reformadores, sí, pero no de los demás sino de sí mismo”.

“¿Qué es Amor? Dios es amor. Nuestra alma es de la misma esencia de Dios, de manera que, el amor es innato en nosotros”.

“De manera que, esta expansión del amor, del amor a sí mismo, a la familia, a la sociedad, al país, está llena de dificultades y peligros. El costo en vidas es más y más.”

“El amor es el camino de regreso a dios. Hablamos de amor. En los púlpitos, todo el mundo habla de amor; pero, ¿Cuántos son los que verdaderamente aman? Aman a sus familias, a sus sociedades y a sus países. Por amor a estas cosas, sacrificarán cientos de vidas. No puede haber paz en el mundo a menos que amemos a Dios”.

“Este es el A B C que tenéis que aprender en el camino de la espiritualidad. Tenéis que salir del engaño. Las prácticas que se os pide realizar diariamente tienen este objeto. ¿Podéis abandonar el cuerpo a voluntad? ¿Podéis pasar al más allá? Alguien debería estar en el más allá para guiarnos y darnos una demostración. Aquel que puede hacer esto es un Santo o Maestro y nunca os abandona, ni aquí ni en el más allá”.

“Este es el A B C que debéis aprender hoy. Estamos todos viviendo un inmenso engaño y tenemos que salir de él. Esto no es solo un tema para hablar, es un asunto práctico, de elevarse en forma práctica, por sobre la conciencia del cuerpo. Si os eleváis diariamente y a voluntad por sobre la conciencia del cuerpo, ¿Dónde está la muerte? Ya no existirá el temor a la muerte”.

“Bien, la mujer que está dedicada solo a un hombre, goza de ellos y es feliz. Toda su atención está concentrada en su esposo. Y el esposo amará también a su esposa que no piensa en otro hombre que no sea él, que le adora y que no tiene a nadie más en su corazón”.

“Si tu ojo fuese único, tu cuerpo entero estaría lleno de Luz. Sabéis que es lo que esto significa? Es una demostración, una prueba de que cuando el tercer ojo se abre, veis la Luz de Dios dentro de vosotros”.

“Bueno, de que vale que se os den los cinco nombres, cinco Mantras o cualquier cosa externa? Esto, incluso una niña os lo puede decir”. Con un poquito de entrenamiento, cualquiera puede realizar y enseñar un ritual. Pero elevarnos por sobre la conciencia del cuerpo y abrir el ojo único, esto solo un Maestro competente puede hacerlo”.

“Los sentimientos, las emociones y el sacar conclusiones están sujetos a error; “ver” está por sobre todo. Aquellos que han visto, dicen lo mismo”.

“Los libros no pueden explicar estas pocas palabras que son por lo demás muy sencillas, muy directas y de gran sentido común”.

“Si el Maestro reside a miles de millas a través del mar y el discípulo reside a este lado, solamente tiene que dirigir su atención al Maestro”.

“Si tan solo veinte minutos os sentáis al lado de un Santo, el beneficio obtenido de ello, es más que el que podríais lograr con miles de años de verdaderas penitencias”.

“Nosotros somos, también, amor personificado. Somos una gota en el Océano de la Totalidad del Amor”.

“Mantén tu vida pura... Durante algún tiempo abandona lo externo y vuélvete hacia dentro... Elévate por sobre la conciencia del cuerpo... Entra en contacto con el Poder de Dios en expresión, que es el Principio de Luz y Sonido... Y luego, elévate por sobre los cuerpos astral y causal. Entonces comprenderás el significado de: “Yo y mi Padre somos Uno”. Y luego, puedes elevarte aún más, hasta el estado de **Super-Conciencia**. Esta es la meta **Ultérrima**”.

Las palabras Verdaderas no son Zalameras. Las palabras Zalameras no son Verdaderas.

**LAO TSE**

“El que no acepta de una vez con resolución, incluso con alegría, la dimensión terrible de la vida, nunca disfrutará de los poderes inefables de nuestra existencia, quedará marginado y, a la hora de la verdad, no estará vivo ni muerto”.

El Emperador Amarillo contestó: “Ud., todavía es joven y su conocimiento aún es inmaduro, y además, no ha conseguido concentrarse en una cosa. La razón por la que un médico no consigue establecer un diagnóstico completo obedece a la ausencia de concentración mental, y al estado anormal de su voluntad y sentimientos, que provoca la falta de concordancia entre lo interno y lo externo y provoca el estado de duda.

El Emperador Amarillo estaba relajándose y convocó a Lei Kong para preguntarle: He leído libros médicos, estudiado teorías médicas, hojeado otras publicaciones, detectado las diferencias existentes entre ellas, combinando sus teorías; así que cuénteme algo sobre su especialización que son las vías del agua; todas ellas son parte imprescindible de la vida humana respecto a las cuales es fácil equivocarse, y por este motivo, debe seguir estudiando hasta alcanzar una perfecta comprensión de las mismas, de otro modo, su ignorancia al respecto ocasionará un desastre a la raza humana.

# **ANEXOS**



## CANALES Y SIGNOS CHINOS

### RATA

MADERA

"YO DIRIJO"

**CANAL DE LA VESICULA BILIAR**

Influyente	Nervioso	Determinada
Inteligente	Codicioso	Emprendedora
Carismático	Árido de poder	Práctica
Atrayente	Intrigante	
Sociable	Entrometido	
Seductor	Verboso	
Ahorrativo	Trabajadora	

### TIGRE

MADERA

"YO VIGILO"

**CANAL DEL PULMÓN**

Fervoroso	Impetuoso	Atrevido
Valiente	Arrebatado	Entretenido
Magnético	Desobediente	Agotador
Afortunado	Fanfarrón	Apasionado
Benevolente	Inmoderado	Peligroso
Decidido	Nervioso	Apresurado
Poderoso	Itinerante	

### BUFALO

MADERA

"YO PERSEVERO"

**CANAL DEL HIGADO**

Integro	Terco	Convencional
Perseverante	Vengativo	Confiable
Elocuente	Intolerante	Definido
Innovador	Rutinario	Inteligente
Laborioso	Prejuiciado	
Estable	Reservado	
Paciente	Valiente	

### LIEBRE O GATO

MADERA

"YO ME RETIRO"

**CANAL DEL INTESTINO GRUESO**

Diplomático	Sigiloso	Sensible
Refinado	Quisquilloso	Ególatra
Virtuoso	Pedante	Discreto
Prudente	Diletante	
Longevo	Hipocondríaco	
Ambicioso	Tortuoso	
Generoso	Intuitivo	

### DRAGON

MADERA

"YO PRESIDIO"

**CANAL DEL ESTOMAGO**

Potente	Rígido	Atrevido
Triunfador	Insatisfecho	Alentador
Fuerte	Receloso	Materialista
Entusiasta	Jactancioso	Independiente
Valeroso	Apasionado	
Sentimental	Apegado	

### SERPIENTE

TIERRA

"YO INTUYO"

**CANAL DEL BAZO**

Intuitivo	Disimulador	Inteligente
Seductor	Gastador	Misteriosa
Discreto	Perezoso	Intuitiva
Sagaz	Codicioso	Atrevida
Clarividente	Presuntuoso	Ordenada
Compasivo	Exclusivista	Sofisticada

**CABALLO**

FUEGO  
"YO EXIJO"

**CANAL DEL CORAZON**

Convincente	Egocéntrico	Trabajador
Persuasivo	Inescrupuloso	Gregario
Autónomo	Rebelde	Amigable
Apreciado	Precipitado	Enérgico
Distinguido	Ansioso	
Hábil	Pragmático	
Talentoso	Leal	

**CABRA**

FUEGO  
"YO DEPENDO"  
CANAL DEL INTESTINO  
DELGADO

Inventivo	Caprichoso	Adaptable
Sensible	Pesimista	Honesta
Perseverante	Moroso	Creativa
Cortés	Imprevisor	Imaginativa
Fantasioso	Inseguro	Sincera
Exquisito	Nervioso	
Consolador	Pacífica	

**MONO**

AGUA  
"YO PLANIFICO"  
CANAL DE LA VEJIGA

Improvisador	Egocéntrico	Vivaz
Esmerado	Oportunista	Perspicaz
Estable	Locuaz	Entretenido
Ingenioso	Pueril	Osado
Hábil	Artero	Creativo
Líder	Descarado	
Inocente	Independiente	

**GALLO**

AGUA  
"YO SUPERO, YO COMPITO"  
CANAL DEL RIÑON

Flexible	Conservador	Llamativo
Entusiasta	Engreído	Capaz
Franco	Jactancioso	Comunicativo
Elegante	Pedante	Honesto
Divertido	Mandón	
Confiado	Disperso	
Valiente	Protector	

**PERRO**

FUEGO  
"YO ME PREOCUPO"  
CANAL MAESTRO DEL CORAZON

Fiel	Atormentado	Leal
Constante	Insaciable	Sensitivo
Respetable	Falto de tacto	Moral
Inteligente	Desasosegado	Confiable
Sacrificado	Crítico	Imaginativo
Responsable	Cínico	

**PUERCO-JABALI**

FUEGO  
"YO VIVO LA VIDA"  
CANAL TRIPLE CALENTADOR

Escrupuloso	Crédulo	Sensual
Galante	Colérico	Generoso
Sincero	Indeciso	Alegre
Cultivador	Materialista	Tolerante
Honesto	Glotón	Afortunado
Voluptuoso	Terco	Ansioso



### CORRESPONDENCIA SIGNOS CHINOS Y OCCIDENTALES

SIGNO CHINO	SIGNO OCCIDENTAL	CARACTERISTICAS	
Rata	Sagitario	Jovial Magnánimo Solicito Valeroso Honorable Juicioso	Indiscreto Imprudente Áspero Fluctuante Negligente Contradictorio
Buey	Capricornio	Resuelto Sabio Ambicioso Generoso Eminente Confiable	Rígido Torpe Pretensioso Solitario Epicúreo Inseguro de sí
Tigre	Acuario	Visionario Original Altruista Tolerante Independiente Individualista	Excéntrico Desapegado Neurótico Desobediente Irreflexivo Cruel
Conejo	Piscis	Comprensivo Perceptivo Creativo Dúctil Consciente Espiritual	Apocado Remiso Pusilánime Engreído Irascible Indeciso
Dragón	Aries	Valeroso Enérgico Cordial Afable Talentoso Emprendedor	Ingenuo Ostentoso Testarudo Excesivo Mojigato Dominator
Serpiente	Tauro	Ardiente Determinado Industrioso Paciente Lógico Sensual	Lánguido Prejuicioso Huraño Glotón Suficiente Celoso
Caballo	Géminis	Intelectual Perspicaz Flexible Polifacético Expresivo Hábil	Impaciente Verborrágico Inconstante Iluso Superficial Indeciso
Oveja	Cáncer	Imaginativo Perceptivo Tenaz Afectuoso Receptivo Precavido	Avaro Irritable Melancólico Posesivo Ciclotímico Hipersensible
Mono	Leo	Noble Poderoso Leal Filántropo Cálido Protector	Arrogante Megalómano Vanidoso Tiránico Promiscuo Inmodesto

Gallo	Virgo	Lúcido Discernidor Cortés Práctico Servicial Decoroso	Detallista Enigmático Esnob Meticuloso Maniático Reservado
Perro	Libra	Justo Esteta Encantador Gentil Equilibrado Idealista	Discutidor Manipulador Contemporizador Sibarita Apático Locuaz
Jabalí	Escorpión	Dedicado Soberano Inspirado Magnético Tierno Disciplinado	Implacable Fanático Sádico Rencoroso Suspica Intransigente

## LAS CINCO ESFERAS DE LA CONTRARIEDAD

ESFERA	CONTACTO	RETIRADA
<b>ESFERA DEL FUEGO</b>	AMOR CARIÑO ALEGRÍA ENCUENTROS	ODIO AGRESIVIDAD TRISTEZA DESENCUENTROS
<b>ESFERA DEL VIENTO</b>	PACIENCIA FLEXIBILIDAD CALMA ADMIRACIÓN	PRISA RIGIDEZ IRA AGRESIÓN
<b>ESFERA DE LA TIERRA</b>	CONTENTAMIENTO SOLIDARIDAD ALTRUISMO CONFIANZA COMPASIÓN	AMBICIÓN APEGO EGOISMO CELOS DUREZA
<b>ESFERA DEL ÉTER</b>	JUSTICIA ROMANTICISMO PERDÓN	INJUSTICIA SEQUEDAD JUSTICIA
<b>ESFERA DEL AGUA</b>	MIEDO ENVIDIA  MALDAD RESPONSABILIDAD CULPABILIDAD	VALOR GOZA LOGROS AJENOS BONDAD IRRESPONSABILIDAD INOCENCIA

**ACUPUNTURA AYURVEDICA**

<b>ELEMENTOS</b>	<b>SINTOMAS</b>	<b>CHACRAS</b>	<b>SINTOMAS</b>
<b>TIERRA</b>	Frialidad, congestión, rigidez, pesadez y falta de fluido, letargo, pérdida de apetito, pesadez en los miembros, falta de circulación, rigidez en las articulaciones, palidez, náusea y exceso de sueño.	<b>PRIMER CHACRA MULADHARA</b>	Pérdida de energía vital, inestabilidad, desarraigo, depresión, cobardía, infertilidad.
<b>AGUA</b>	Edema de los tejidos y articulaciones, aumento en la pesadez de los miembros, agotamiento, aumento de la salivación, flema, tos intensa, glándulas hinchadas, hinchazón de las articulaciones, fiebres bajas.	<b>SEGUNDO CHACRA SVADHISTANA</b>	Indigestión, problemas urinarios, autoestima baja, pérdida de la vitalidad y de deseo de vivir.
<b>FUEGO</b>	Hiperacidez, presión sanguínea alta, enrojecimiento de la piel, tejidos o articulaciones inflamadas, transpiración excesiva, fiebre, irritabilidad, orina amarilla, sed excesiva, palidez de la piel.	<b>TERCER CHACRA MANIPURA</b>	Problemas digestivos, pérdida de energía, envejecimiento prematuro, diabetes.
<b>VIENTO</b>	Sequedad en la piel, enfriamiento, alta sensibilidad al viento, pérdida de energía, déficit de la circulación, distensión abdominal, constipación, temor, fatiga, insomnio, espasmos, borborigmos, cansancio, dolor y rigidez articular, dolor lumbar y tos seca.	<b>CUARTO CHACRA ANAHATA</b>	Enfermedades coronarias, problemas circulatorios, insuficiencia respiratoria, problemas emocionales, desamor, incompreensión, venganza, desconfianza.
<b>ETER</b>	Afección del hígado, sabor amargo en la boca, rabia, conjuntivitis, vómitos biliosos, diarrea, sensación de quemazón, desórdenes	<b>QUINTO CHACRA VISHUDA</b>	Tiroides, bronconeumonía, disfonía, confusión, dificultad en la comunicación, falta de creatividad, irresponsabilidad.

	digestivos.		
<b>PRANA</b>		<b>SEXTO CHACRA</b> <b>AJNA</b>	Dispersión mental, retraso mental, falta de inspiración y creatividad, desesperación, desinterés espiritual.
<b>PRANA</b>		<b>SEPTIMO CHACRA</b> <b>SAHASRARA</b>	Inmadurez, deshumanización, insensatez, dispersión mental, ateísmo, incapacidad de concentrarse, desamor, incapacidad de amar.



SIGNOS CHINOS Y RITMOS DEL CARIBE							
	RITMOS	SONIDOS	INSTRUMENTOS	CANTO	DANZA	CREATIVIDAD	PALABRA – CLAVE
<b>RATA</b>	Merengue Blues Goospels	Guitarra Terror	Bombo Marcha	Chillidos	Árabe	Sombras	Seducción, Astucia Atracción
<b>BUEY</b>	Dixiland  Blues, Style Blues	Profundo (Bajo)  Batería	Caracol  Cuerno	Llamadas  Vaquería	Indígena	Lentitud	Constancia, Equilibrio Tenacidad, Bondad Tozudos
<b>TIGRE</b>	Cumbia	Órgano, Trombón Vibráfono, Dulzaina, Piano	Timbales  Congas con Palo	Jumm!	Cumbia	Asalto  Asecho	Independencia, Coraje Desición, Malicia y Fé
<b>LIEBRE</b>	Cha-cha-cha Calypso Son	Güiros, Maracas Triángulo	Flautas Saxo	Risa	Vals Calypso	Silla (Mambo) Dialogo	Solaz, Prudencia Diplomacia
<b>DRAGÓN</b>	Descarga  6x8 (Marchas)	Tiros (Saxo Terror) Gong	Chinchines Seresesé	Todos	Torito Merengue	Velos Globos Voladores	Loco, Impredecible Contraria
<b>SERPIENTE</b>	  Makuta	Flautas	Castañuelas Guache  Platillos	Shsh	Ochún	Sagacidad Rapidez Gracia - Reflejo	Utilitarista, Sabiduría, \$ Posesión, Bella  Perfección
<b>CABALLO</b>	Mapalé Vals	Trompetas Cítara	Bongó Clave  Castañuelas	Ja! Vals	Mapalé Changó	Elegancia Exhibición  Oratoria	Elegancia, Ardor, Prisa Ideales
<b>CABRA</b>	Danzón	El Piano	Madera	Llanto	Danzón	Fiesta-Goze	Arte, Detalles,

	Bolero Vallenato	El Viento (La Selva)	Chinchines	Vee Quejido	Son Porro	Olvidar el Pasado No preocupar por el futuro	Fiesta Belleza, Miniaturas Naturaleza
		SIGNOS CHINOS Y RITMOS DEL CARIBE					
<b>GALLO</b>	<b>RITMOS</b> Ranchera	<b>SONIDOS</b> Tres Congas Guitarra, Batería	<b>INSTRUMENTOS</b> Campanas	<b>CANTO</b> Guapirr	<b>DANZA</b> Fandango	<b>CREATIVIDAD</b> Capas Sombrillas Bailarinas	<b>PALABRA – CLAVE</b> Candor, Inocencia Responsabilidad
<b>MONO</b>	Guanduco Rumba Reggae	Selva Juegos	Todos	Aullidos de Monos	Samba Libre	Globos, Pelotas Juguetes Recocha, Destreza Habilidad	Fantasía, Improvisación Sabiduría, Inquieto Inventos
<b>PERRO</b>	Bonba Bugalú Calypso	Niños Casa Cascabeles	Cowbell Cencerros	m m m	3 golpes Serese sé	Servicio San Bernardo	Lealtad – Fidelidad
<b>JABALÍ</b>	Tango Conga	Mesa, Bar Copas, Vinos, Barato	Seis chorreo	¡Vivan!	Conga de Comparsa	Vivir Bien Comida Sana	Honestidad – Bondad



## LA DOBLE ASTROLOGIA

ARIES	RATA	BUEY	TIGRE	GATO	DRAGON	SERPIENTE
Valeroso Enérgico Cordial Afable Talento Emprendedor Ingenuo Ostentoso Testarudo Excesivo Mojigato Dominador	Influyente Inteligente Carismático Atrayente Sociable Ahorrativo Nervioso Codicioso Ávido de poder Intrigante Entrometido Verboso	Integro Perseverante Elocuente Innovador Laborioso Estable Obstinado Vengativo Intolerante Rutinario Prejuicioso Reservado	Fervoroso Valiente Magnético Afortunado Benevolente Poderoso Impetuoso Arrebatado Desobediente Fanfarrón Inmoderado Itinerante	Diplomático Refinado Virtuoso Prudente Longevo Ambicioso Sigiloso Quisquilloso Pedante Diletante Hipocondríaco. Tortuoso.	Potente Triunfador Fuerte Entusiasta Valeroso Sentimental Rígido Receloso Insatisfecho Jactancioso Apasionado Voluble.	Intuitivo Seductor Discreto Sagaz Clarividente Compasivo Disimulador Gastador Perezoso Codicioso Presuntuoso Exclusivista
ARIES	CABALLO	CABRA	MONO	GALLO	PERRO	CERDO
Valeroso Enérgico Cordial Afable Talento Emprendedor Ingenuo Ostentoso Testarudo Excesivo Mojigato Dominador	Persuasivo Autónomo Apreciado Distinguido Hábil Talento Egoísta Inescrupuloso Rebelde Precipitado Ansioso Pragmático	Inventivo Sensible Perseverante Cortés Fantasioso Líder Caprichoso Parásito Pesimista Moroso Imprevisor Inseguro	Improvisador Esmerado Estable Ingenioso Hábil Egocéntrico Oportunista Embustero Locuaz Pueril Artero	Flexible Entusiasta Franco Elegante Divertido Confiado Conservador Engreído Jactancioso Pedante Mandón Disperso	Constante Respetable Inteligente Responsable Heroico Moralista Insociable Santurrón Falto de tacto Desasosegado Crítico Cínico	Escrupuloso Galante Sincero Cultivado Honesto Voluptuoso Crédulo Colérico Indeciso Materialista Glotón Terco
TAURO	RATA	BUEY	TIGRE	GATO	DRAGON	SERPIENTE
Ardiente Lánguido Determinado Prejuicioso Industrioso Huraño Paciente Glotón Lógico Suficiente Celoso	Influyente Inteligente Carismático Atrayente Sociable Ahorrativo Nervioso Codicioso Ávido de poder Intrigante Entrometido Verboso	Integro Perseverante Elocuente Innovador Laborioso Estable Obstinado Vengativo Intolerante Rutinario Prejuicioso Reservado	Fervoroso Valiente Magnético Afortunado Benevolente Poderoso Impetuoso Arrebatado Desobediente Fanfarrón Inmoderado Itinerante	Diplomático Refinado Virtuoso Prudente Longevo Ambicioso Sigiloso Quisquilloso Pedante Diletante Hipocondríaco. Tortuoso.	Potente Triunfador Fuerte Entusiasta Valeroso Sentimental Rígido Receloso Insatisfecho Jactancioso Apasionado Voluble.	Intuitivo Seductor Discreto Sagaz Clarividente Compasivo Disimulador Gastador Perezoso Codicioso Presuntuoso Exclusivista
TAURO	CABALLO	CABRA	MONO	GALLO	PERRO	CERDO

Ardiente Lánguido Determinado Prejuicioso Industrioso Huraño Paciente Glotón Lógico Suficiente Celoso	Persuasivo Autónomo Apreciado Distinguido Hábil Talento Egoísta Inescrupuloso Rebelde Precipitado Ansioso Pragmático	Inventivo Sensible Perseverante Cortés Fantasioso Exquisito Caprichoso Parásito Pesimista Moroso Imprevisor Inseguro	Improvisador Esmerado Estable Ingenioso Hábil Líder Egocéntrico Oportunista Embustero Locuaz Pueril Artero	Flexible Entusiasta Franco Elegante Divertido Confiado Conservador Engreído Jactancioso Pedante Mandón Disperso	Constante Respetable Inteligente Responsable Heroico Moralista Insociable Santurrón Falto de tacto Desasosegado Crítico Cínico	Escrupuloso Galante Sincero Cultivado Honesto Voluptuoso Crédulo Colérico Indeciso Materialista Glotón Terco
<b>GEMINIS</b>	<b>RATA</b>	<b>BUEY</b>	<b>TIGRE</b>	<b>GATO</b>	<b>DRAGON</b>	<b>SERPIENTE</b>
Intelectual Impaciente Perspicaz Verborrágico Flexible Inconstante Polifacético Expresivo Superficial Hábil Indeciso	Iluso Influente Inteligente Carismático Atrayente Sociable Ahorrativo Nervioso Codicioso Ávido de poder Intrigante Entrometido Verboso	Integro Perseverante Elocuente Innovador Laborioso Estable Obstinado Vengativo Intolerante Rutinario Prejuicioso Reservado	Fervoroso Valiente Magnético Afortunado Benevolente Poderoso Impetuoso Arrebatado Desobediente Fanfarrón Inmoderado Itinerante	Diplomático Refinado Virtuoso Prudente Longevo Ambicioso Sigiloso Quisquilloso Pedante Diletante Hipocondríaco. Tortuoso.	Potente Triunfador Fuerte Entusiasta Valeroso Sentimental Rígido Receloso Insatisfecho Jactancioso Apasionado Voluble.	Intuitivo Seductor Discreto Sagaz Clarividente Compasivo Disimulador Gastador Perezoso Codicioso Presuntuoso Exclusivista
<b>GEMINIS</b>	<b>CABALLO</b>	<b>CABRA</b>	<b>MONO</b>	<b>GALLO</b>	<b>PERRO</b>	<b>CERDO</b>
Intelectual Impaciente Perspicaz Verborrágico Flexible Inconstante Polifacético Iluso Expresivo Superficial Hábil Indeciso	Persuasivo Autónomo Apreciado Distinguido Hábil Talento Egoísta Inescrupuloso Rebelde Precipitado Ansioso Pragmático	Inventivo Sensible Perseverante Cortés Fantasioso Exquisito Caprichoso Parásito Pesimista Moroso Imprevisor Inseguro	Improvisador Esmerado Estable Ingenioso Hábil Líder Egocéntrico Oportunista Embustero Locuaz Pueril Artero	Flexible Entusiasta Franco Elegante Divertido Confiado Conservador Engreído Jactancioso Pedante Mandón Disperso	Constante Respetable Inteligente Responsable Heroico Moralista Insociable Santurrón Falto de tacto Desasosegado Crítico Cínico	Escrupuloso Galante Sincero Cultivado Honesto Voluptuoso Crédulo Colérico Indeciso Materialista Glotón Terco
<b>CANCER</b>	<b>RATA</b>	<b>BUEY</b>	<b>TIGRE</b>	<b>GATO</b>	<b>DRAGON</b>	<b>SERPIENTE</b>

Imaginativo Perceptivo Irritable Tenaz Melancólico Afectuoso Posesivo Receptivo Ciclotímico Precavido Hipersensible	Avaro	Influyente Inteligente Carismático Atrayente Sociable Ahorrativo Nervioso Codicioso Ávido de poder Intrigante Entrometido Verboso	Integro Perseverante Elocuente Innovador Laborioso Estable Obstinado Vengativo Intolerante Rutinario Prejuicioso Reservado	Fervoroso Valiente Magnético Afortunado Benevolente Poderoso Impetuoso Arrebatado Desobediente Fanfarrón Inmoderado Itinerante	Diplomático Refinado Virtuoso Prudente Longevo Ambicioso Sigiloso Quisquilloso Pedante Dileante Hipocondríaco. Tortuoso.	Potente Triunfador Fuerte Entusiasta Valeroso Sentimental Rígido Receloso Insatisfecho Jactancioso Apasionado Voluble.	Intuitivo Seductor Discreto Sagaz Clarividente Compasivo Disimulador Gastador Perezoso Codicioso Presuntuoso Exclusivista
CANCER	CABALLO	CABRA	MONO	GALLO	PERRO	CERDO	
Imaginativo Perceptivo Irritable Tenaz Melancólico Afectuoso Posesivo Receptivo Ciclotímico Precavido Hipersensible	Avaro	Persuasivo Autónomo Apreciado Distinguido Hábil Talentoso Egoísta Inescrupuloso Rebelde Precipitado Ansioso Pragmático	Inventivo Sensible Perseverante Cortés Fantasioso Exquisito Caprichoso Parásito Pesimista Moroso Imprevisor Inseguro	Improvisador Esmerado Estable Ingenioso Hábil Líder Egocéntrico Oportunista Embustero Locuaz Pueril Artero	Flexible Entusiasta Franco Elegante Divertido Confiado Conservador Engréido Jactancioso Pedante Mandón Disperso	Constante Respetable Inteligente Responsable Heroico Moralista Insociable Santurrón Falto de tacto Desasosegado Crítico Cínico	Escrupuloso Galante Sincero Cultivado Honesto Voluptuoso Crédulo Colérico Indeciso Materialista Glotón Terco
LEO	RATA	BUEY	TIGRE	GATO	DRAGON	SERPIENTE	
Noble Arrogante Poderoso Megalómano Leal Vanidoso Filántropo Tiránico Cálido Promiscuo Inmodesto Protector	Influyente Inteligente Carismático Atrayente Sociable Ahorrativo Nervioso Codicioso Ávido de poder Intrigante Entrometido Verboso	Integro Perseverante Elocuente Innovador Laborioso Estable Obstinado Vengativo Intolerante Rutinario Prejuicioso Reservado	Fervoroso Valiente Magnético Afortunado Benevolente Poderoso Impetuoso Arrebatado Desobediente Fanfarrón Inmoderado Itinerante	Diplomático Refinado Virtuoso Prudente Longevo Ambicioso Sigiloso Quisquilloso Pedante Dileante Hipocondríaco. Tortuoso.	Potente Triunfador Fuerte Entusiasta Valeroso Sentimental Rígido Receloso Insatisfecho Jactancioso Apasionado Voluble.	Intuitivo Seductor Discreto Sagaz Clarividente Compasivo Disimulador Gastador Perezoso Codicioso Presuntuoso Exclusivista	
LEO	CABALLO	CABRA	MONO	GALLO	PERRO	CERDO	

Noble Arrogante Poderoso Megalómano Leal Vanidoso Filántropo Tiránico Cálido Promiscuo Inmodesto Protector	Persuasivo Autónomo Apreciado Distinguido Hábil Talento Egoísta Inescrupuloso Rebelde Precipitado Ansioso Pragmático	Inventivo Sensible Perseverante Cortés Fantasioso Exquisito Caprichoso Parásito Pesimista Moroso Imprevisor Inseguro	Improvisador Esmerado Estable Ingenioso Hábil Líder Egocéntrico Oportunista Embustero Locuaz Pueril Artero	Flexible Entusiasta Franco Elegante Divertido Confiado Conservador Engreído Jactancioso Pedante Mandón Disperso	Constante Respetable Inteligente Responsable Heroico Moralista Insociable Santurrón Falto de tacto Desasosegado Crítico Cínico	Escrupuloso Galante Sincero Cultivado Honesto Voluptuoso Crédulo Colérico Indeciso Materialista Glotón Terco
VIRGO	RATA	BUEY	TIGRE	GATO	DRAGON	SERPIENTE
Lúcido Detallista Discernidor Enigmático Cortés Esnob Práctico Meticuloso Servicial Maniático Decoroso Reservado	Influyente Inteligente Carismático Atrayente Sociable Ahorrativo Nervioso Codicioso Ávido de poder Intrigante Entrometido Verboso	Integro Perseverante Elocuente Innovador Laborioso Estable Obstinado Vengativo Intolerante Rutinario Prejuicioso Reservado	Fervoroso Valiente Magnético Afortunado Benevolente Poderoso Impetuoso Arrebatado Desobediente Fanfarrón Inmoderado Itinerante	Diplomático Refinado Virtuoso Pudente Longevo Ambicioso Sigiloso Quisquilloso Pedante Diletante Hipocondríaco. Tortuoso.	Potente Triunfador Fuerte Entusiasta Valeroso Sentimental Rígido Receloso Insatisfecho Jactancioso Apasionado Voluble.	Intuitivo Seductor Discreto Sagaz Clarividente Compasivo Disimulador Gastador Perezoso Codicioso Presuntuoso Exclusivista
VIRGO	CABALLO	CABRA	MONO	GALLO	PERRO	CERDO
Lúcido Detallista Discernidor Enigmático Cortés Esnob Práctico Meticuloso Servicial Maniático Decoroso Reservado	Persuasivo Autónomo Apreciado Distinguido Hábil Talento Egoísta Inescrupuloso Rebelde Precipitado Ansioso Pragmático	Inventivo Sensible Perseverante Cortés Fantasioso Exquisito Caprichoso Parásito Pesimista Moroso Imprevisor Inseguro	Improvisador Esmerado Estable Ingenioso Hábil Líder Egocéntrico Oportunista Embustero Locuaz Pueril Artero	Flexible Entusiasta Franco Elegante Divertido Confiado Conservador Engreído Jactancioso Pedante Mandón Disperso	Constante Respetable Inteligente Responsable Heroico Moralista Insociable Santurrón Falto de tacto Desasosegado Crítico Cínico	Escrupuloso Galante Sincero Cultivado Honesto Voluptuoso Crédulo Colérico Indeciso Materialista Glotón Terco
LIBRA	RATA	BUEY	TIGRE	GATO	DRAGON	SERPIENTE

Justo Discutidor Esteta Manipulador Encantador Contemporizador Gentil Sibarita Equilibrado Apático Idealista Locuaz	Influyente Inteligente Carismático Atrayente Sociable Ahorrativo Nervioso Codicioso Ávido de poder Intrigante Entrometido Verboso	Integro Perseverante Elocuente Innovador Laborioso Estable Obstinado Vengativo Intolerante Rutinario Prejuicioso Reservado	Fervoroso Valiente Magnético Afortunado Benevolente Poderoso Impetuoso Arrebatado Desobediente Fanfarrón Inmoderado Itinerante	Diplomático Refinado Virtuoso Prudente Longevo Ambicioso Sigiloso Quisquilloso Pedante Diletante Hipocondríaco. Tortuoso.	Potente Triunfador Fuerte Entusiasta Valeroso Sentimental Rígido Receloso Insatisfecho Jactancioso Apasionado Voluble.	Intuitivo Seductor Discreto Sagaz Clarividente Compasivo Disimulador Gastador Perezoso Codicioso Presuntuoso Exclusivista
<b>LIBRA</b>	<b>CABALLO</b>	<b>CABRA</b>	<b>MONO</b>	<b>GALLO</b>	<b>PERRO</b>	<b>CERDO</b>
Justo Discutidor Esteta Manipulador Encantador Contemporizador Gentil Sibarita Equilibrado Apático Idealista Locuaz	Persuasivo Autónomo Apreciado Distinguido Hábil Talentoso Egoísta Inescrupuloso Rebelde Precipitado Ansioso Pragmático	Inventivo Sensible Perseverante Cortés Fantasioso Exquisito Caprichoso Parásito Pesimista Moroso Imprevisor Inseguro	Improvisador Esmerado Estable Ingenioso Hábil Líder Egocéntrico Oportunista Embustero Locuaz Pueril Artero	Flexible Entusiasta Franco Elegante Divertido Confiado Conservador Engréido Jactancioso Pedante Mandón Disperso	Constante Respetable Inteligente Responsable Heroico Moralista Insociable Santurrón Falto de tacto Desasosegado Crítico Cínico	Escrupuloso Galante Sincero Cultivado Honesto Voluptuoso Crédulo Colérico Indeciso Materialista Glotón Terco
<b>ESCORPIO</b>	<b>RATA</b>	<b>BUEY</b>	<b>TIGRE</b>	<b>GATO</b>	<b>DRAGON</b>	<b>SERPIENTE</b>
Dedicado Implacable Soberano Fanático Inspirado Sádico Magnético Rencoroso Tierno Suspica Disciplinado Intransigente	Influyente Inteligente Carismático Atrayente Sociable Ahorrativo Nervioso Codicioso Ávido de poder Intrigante Entrometido Verboso	Integro Perseverante Elocuente Innovador Laborioso Estable Obstinado Vengativo Intolerante Rutinario Prejuicioso Reservado	Fervoroso Valiente Magnético Afortunado Benevolente Poderoso Impetuoso Arrebatado Desobediente Fanfarrón Inmoderado Itinerante	Diplomático Refinado Virtuoso Prudente Longevo Ambicioso Sigiloso Quisquilloso Pedante Diletante Hipocondríaco. Tortuoso.	Potente Triunfador Fuerte Entusiasta Valeroso Sentimental Rígido Receloso Insatisfecho Jactancioso Apasionado Voluble.	Intuitivo Seductor Discreto Sagaz Clarividente Compasivo Disimulador Gastador Perezoso Codicioso Presuntuoso Exclusivista

<b>ESC ORPIO</b>	<b>CABALLO</b>	<b>CABRA</b>	<b>MONO</b>	<b>GALLO</b>	<b>PERRO</b>	<b>CERDO</b>
Dedicado Implacable Soberano Fanático Inspirado Sádico Magnético Rencoroso Tierno Suspicaz Disciplinado Intransigente	Persuasivo Autónomo Apreciado Distinguido Hábil Talentoso Egoísta Inescrupuloso Rebelde Precipitado Ansioso Pragmático	Inventivo Sensible Perseverante Cortés Fantasioso Exquisito Caprichoso Parásito Pesimista Moroso Imprevisor Inseguro	Improvisador Esmerado Estable Ingenioso Hábil Líder Egocéntrico Oportunista Embustero Locuaz Pueril Artero	Flexible Entusiasta Franco Elegante Divertido Confiado Conservador Engréido Jactancioso Pedante Mandón Disperso	Constante Respetable Inteligente Responsable Heroico Moralista Insociable Santurrón Falto de tacto Desasosegado Crítico Cínico	Escrupuloso Galante Sincero Cultivado Honesto Voluptuoso Crédulo Colérico Indeciso Materialista Glotón Terco
<b>SAGITARIO</b>	<b>RATA</b>	<b>BUEY</b>	<b>TIGRE</b>	<b>GATO</b>	<b>DRAGON</b>	<b>SERPIENTE</b>
Jovial Indiscreto Magnánimo Imprudente Solícito Áspero Valeroso Fluctuante Honorable Negligente Juicioso Contradictorio	Influyente Inteligente Carismático Atrayente Sociable Ahorrativo Nervioso Codicioso Ávido de poder Intrigante Entrometido Verboso	Integro Perseverante Elocuente Innovador Laborioso Estable Obstinado Vengativo Intolerante Rutinario Prejuicioso Reservado	Fervoroso Valiente Magnético Afortunado Benevolente Poderoso Impetuoso Arrebatado Desobediente Fanfarrón Inmoderado Itinerante	Diplomático Refinado Virtuoso Prudente Longevo Ambicioso Sigiloso Quisquilloso Pedante Diletante Hipocondríaco. Tortuoso.	Potente Triunfador Fuerte Entusiasta Valeroso Sentimental Rígido Receloso Insatisfecho Jactancioso Apasionado Voluble.	Intuitivo Seductor Discreto Sagaz Clarividente Compasivo Disimulador Gastador Perezoso Codicioso Presuntuoso Exclusivista
<b>SAGITARIO</b>	<b>CABALLO</b>	<b>CABRA</b>	<b>MONO</b>	<b>GALLO</b>	<b>PERRO</b>	<b>CERDO</b>
Jovial Indiscreto Magnánimo Imprudente Solícito Áspero Valeroso Fluctuante Honorable Negligente Juicioso Contradictorio	Persuasivo Autónomo Apreciado Distinguido Hábil Talentoso Egoísta Inescrupuloso Rebelde Precipitado Ansioso Pragmático	Inventivo Sensible Perseverante Cortés Fantasioso Exquisito Caprichoso Parásito Pesimista Moroso Imprevisor Inseguro	Improvisador Esmerado Estable Ingenioso Hábil Líder Egocéntrico Oportunista Embustero Locuaz Pueril Artero	Flexible Entusiasta Franco Elegante Divertido Confiado Conservador Engréido Jactancioso Pedante Mandón Disperso	Constante Respetable Inteligente Responsable Heroico Moralista Insociable Santurrón Falto de tacto Desasosegado Crítico Cínico	Escrupuloso Galante Sincero Cultivado Honesto Voluptuoso Crédulo Colérico Indeciso Materialista Glotón Terco
<b>CAPRICORNIO</b>	<b>RATA</b>	<b>BUEY</b>	<b>TIGRE</b>	<b>GATO</b>	<b>DRAGON</b>	<b>SERPIENTE</b>

Resuelto Rígido Sabio Torpe Ambicioso Pretensioso Generoso Solitario Eminente Epicúreo Confiable Inseguro de sí	Influyente Inteligente Carismático Atrayente Sociable Ahorrativo Nervioso Codicioso Ávido de poder Intrigante Entrometido Verboso	Integro Perseverante Elocuente Innovador Laborioso Estable Obstinado Vengativo Intolerante Rutinario Prejuicioso Reservado	Fervoroso Valiente Magnético Afortunado Benevolente Poderoso Impetuoso Arrebatado Desobediente Fanfarrón Inmoderado Itinerante	Diplomático Refinado Virtuoso Prudente Longevo Ambicioso Sigiloso Quisquilloso Pedante Diletante Hipocondríaco. Tortuoso.	Potente Triunfador Fuerte Entusiasta Valeroso Sentimental Rígido Receloso Insatisfecho Jactancioso Apasionado Voluble.	Intuitivo Seductor Discreto Sagaz Clarividente Compasivo Disimulador Gastador Perezoso Codicioso Presuntuoso Exclusivista
CAPRICORNIO	CABALLO	CABRA	MONO	GALLO	PERRO	CERDO
Resuelto Rígido Sabio Torpe Ambicioso Pretensioso Generoso Solitario Eminente Epicúreo Confiable Inseguro de sí	Persuasivo Autónomo Apreciado Distinguido Hábil Talentoso Egoísta Inescrupuloso Rebelde Precipitado Ansioso Pragmático	Inventivo Sensible Perseverante Cortés Fantasioso Exquisito Caprichoso Parásito Pesimista Moroso Imprevisor Inseguro	Improvisador Esmerado Estable Ingenioso Hábil Líder Egocéntrico Oportunista Embustero Locuaz Pueril Artero	Flexible Entusiasta Franco Elegante Divertido Confiado Conservador Engreído Jactancioso Pedante Mandón Disperso	Constante Respetable Inteligente Responsable Heroico Moralista Insociable Santurrón Falto de tacto Desasosegado Crítico Cínico	Escrupuloso Galante Sincero Cultivado Honesto Voluptuoso Crédulo Colérico Indeciso Materialista Glotón Terco
ACUARIO	RATA	BUEY	TIGRE	GATO	DRAGON	SERPIENTE
Visionario Original Altruista Tolerante Independiente Individualista Excéntrico Desapegado Neurótico Desobediente Irreflexivo Cruel	Influyente Inteligente Carismático Atrayente Sociable Ahorrativo Nervioso Codicioso Ávido de poder Intrigante Entrometido Verboso	Integro Perseverante Elocuente Innovador Laborioso Estable Obstinado Vengativo Intolerante Rutinario Prejuicioso Reservado	Fervoroso Valiente Magnético Afortunado Benevolente Poderoso Impetuoso Arrebatado Desobediente Fanfarrón Inmoderado Itinerante	Diplomático Refinado Virtuoso Prudente Longevo Ambicioso Sigiloso Quisquilloso Pedante Diletante Hipocondríaco. Tortuoso.	Potente Triunfador Fuerte Entusiasta Valeroso Sentimental Rígido Receloso Insatisfecho Jactancioso Apasionado Voluble.	Intuitivo Seductor Discreto Sagaz Clarividente Compasivo Disimulador Gastador Perezoso Codicioso Presuntuoso Exclusivista
ACUARIO	CABALLO	CABRA	MONO	GALLO	PERRO	CERDO

Visionario Original Altruista Tolerante Independiente Individualista Excéntrico Desapegado Neurótico Desobediente Irreflexivo	Persuasivo Autónomo Apreciado Distinguido Hábil Talentoso Egoísta Inescrupuloso Rebelde Precipitado Ansioso Pragmático	Inventivo Sensible Perseverante Cortés Fantasioso Exquisito Caprichoso Parásito Pesimista Moroso Imprevisor Inseguro	Improvisador Esmerado Estable Ingenioso Hábil Líder Egocéntrico Oportunista Embustero Locuaz Pueril Artero	Flexible Entusiasta Franco Elegante Divertido Confiado Conservador Engreído Jactancioso Pedante Mandón Disperso	Constante Respetable Inteligente Responsable Heroico Moralista Insociable Santurrón Falto de tacto Desasosegado Crítico Cínico	Escrupuloso Galante Sincero Cultivado Honesto Voluptuoso Crédulo Colérico Indeciso Materialista Glotón Terco
<b>PISCIS</b>	<b>RATA</b>	<b>BUFY</b>	<b>TIGRE</b>	<b>GATO</b>	<b>DRAGON</b>	<b>SERPIENTE</b>
Comprensivo Perceptivo Creativo Dúctil Consciente Espiritual Apocado Remiso Pusilánime Engreído Irascible Indeciso	Influyente Inteligente Carismático Atrayente Sociable Ahorrativo Nervioso Codicioso Ávido de poder Intrigante Entrometido Verboso	Integro Perseverante Elocuente Innovador Laborioso Estable Obstinado Vengativo Intolerante Rutinario Prejuicioso Reservado	Fervoroso Valiente Magnético Afortunado Benevolente Poderoso Impetuoso Arrebatado Desobediente Fanfarrón Inmoderado Itinerante	Diplomático Refinado Virtuoso Prudente Longevo Ambicioso Sigiloso Quisquilloso Pedante Diletante Hipocondríaco. Tortuoso.	Potente Triunfador Fuerte Entusiasta Valeroso Sentimental Rígido Receloso Insatisfecho Jactancioso Apasionado Voluble.	Intuitivo Seductor Discreto Sagaz Clarividente Compasivo Disimulador Gastador Perezoso Codicioso Presuntuoso Exclusivista
<b>PISCIS</b>	<b>CABALLO</b>	<b>CABRA</b>	<b>MONO</b>	<b>GALLO</b>	<b>PERRO</b>	<b>CERDO</b>
Comprensivo Perceptivo Creativo Dúctil Consciente Espiritual Apocado Remiso Pusilánime Engreído Irascible Indeciso	Persuasivo Autónomo Apreciado Distinguido Hábil Talentoso Egoísta Inescrupuloso Rebelde Precipitado Ansioso Pragmático	Inventivo Sensible Perseverante Cortés Fantasioso Exquisito Caprichoso Parásito Pesimista Moroso Imprevisor Inseguro	Improvisador Esmerado Estable Ingenioso Hábil Líder Egocéntrico Oportunista Embustero Locuaz Pueril Artero	Flexible Entusiasta Franco Elegante Divertido Confiado Conservador Engreído Jactancioso Pedante Mandón Disperso	Constante Respetable Inteligente Responsable Heroico Moralista Insociable Santurrón Falto de tacto Desasosegado Crítico Cínico	Escrupuloso Galante Sincero Cultivado Honesto Voluptuoso Crédulo Colérico Indeciso Materialista Glotón Terco



## SIGNOS CHINOS

### COMPATIBLES I INCOMPATIBLES

	RATA	BUFALO	TIGRE	GATO	DRAGON	SERPIENTE	CABALLO	CABRA	MONO	GALLO	PERRO	CERDO
RATA	Triste	inseguro	Incierto	No	¡Sí!	Quizás	¡ Horror !	Nunca	Regular	¡ Puf...!	Sin interés	A falta de pan.
BUFALO	Inseguro	Raro	Evitar	A ver	¡ Inmedia Tamente!	Regular	Regular	Por una Vez vale	Engaño-So	Perfecto	Dudoso	Poco Frecuente
TIGRE	Incierto	Evitar	Imposible	Descon-Fianza	Excelente	Trivial	Atractivo	¿Por qué No?	Arries-Gado	Difícil	Acuerdo	Desacon-Sejado
GATO	No	A veces	Descon-Fianza	Zalamero	Conflictos	Nulo	Sorpren-De	Muy bien	Hostil	Sombrío	Excitan-Te	Intereses Comunes
DRAGON	¡ Sí!	A ver	Excelente	Conflictos	Tierno	Seducor	Neutro	Brusco	Posesión	Amor	Nada Compar-Tido	Entu-Siasmo
SERPIENTE	Quizás	¡ Inmedia Tamente!	Trivial	Nulo	Seducor	Ausente	Juegos	Un verano	Altibajos	Felicidad	Cansado	Depri-Mente
CABALLO	¡ Horror!	Regular	Atractivo	Sorprende	Neutro	Juegos	Irreal	Cómplice	Elabo-Rado	Claros-Curo	Caluroso	Asexuado
CABRA	Nunca	Por una vez vale	¿Por qué no?	Muy bien	Brusco	Un verano	Cómplice	Natural	Un sueño	Agotador	Irritante	Inestable
MONO	Regular	Engañoso	Arriesgado	Hostil	Posesión	Altibajos	Elaborado	Un sueño	Inaca-Bado	Exótico	Estan-Cado	Reñido
GALLO	¡ Puf...!	Perfecto	Difícil	Sombrío	Amor	Felicidad	Claro-scuro	Agotador	Exótico	Molesto	Tortu-Rado	Indi-Ferente
PERRO	Sin interés	Dudoso	Acuerdo	Excitante	Nada compartido	Cansado	Caluroso	Irritante	Estan-Cado	Tortu--Rado	Incon-Grúñete	Bárbaro
CERDO	A falta de pan-	Poco frecuente	Desacon-Sejado	Intereses comunes	Entusiasmo	Deprimente	Asexuado	Inestable	Reñido	Indife-rente	Bárbaro	Extraño

## TABLA DE BÚSQUEDA DE SIGNOS CHINOS

<b>ELEMENTO</b>	<b>RATA</b> 11:00PM-1:00AM	<b>ELEMENTO</b>	<b>BUFALO</b> 1:00AM-3:AM	<b>ELEMENTO</b>	<b>TIGRE</b> 3:00AM-5:00AM	<b>ELEMENTO</b>	<b>LIEBRE</b> 5:00AM-7:00AM
METAL AGUA MADERA FUEGO TIERRA METALA AGUA MADERA FUEGO	31.1.1900 / 18.2.1901 18..2.1912 / 5.2.1913 5.2.1924 / 23.1.1925 24.1.1936 / 10.2.1937 10.2.1948 / 28.1.1949 28.1.1960 / 14.2.1961 15..2.1972 / 2. 2.1973 2.2.1984 / 19. 2.1985 19. 2. 1996 / 6. 2.1996	METAL AGUA MADERA FUEGO TIERRA METALA AGUA MADERA FUEGO	19. 2.1901 / 7. 2.1902 6. 2.1913 / 2. 5 .1914 24.1.1925 / 12 .2 .1926 11.2 .1937 / 30.1.1938 29.1.1949 / 16.2 . 1950 15.2 .1961 / 4.2 . 1962 3.2 . 1973 / -22.1. 1974 20.2 .1985 / 8.2 . 1986 7.2 .1997 / 6.2 . 1998	AGUA MADERA FUEGO TIERRA METAL AGUA MADERA FUEGO TIERRA	8.2 .1902 / 28.1.1903 26.2.1914 / 13.2.1915 13. 2 . 1926 / 1. 2.1927 31.1.1938 / 18. 2. 1939 17.2 .1950 / 8.2 .1951 5.2. 1962 / 24.1.1963 23.1.1974 / 10.2 .1975 9.2 .1986 / 28.1.1987 28.1.1998 / 15.2 . 1999	AGUA MADERA FUEGO TIERRA METAL AGUA MADERA FUEGO TIERRA	29.1.1903 / 15.2 .1904 14.2 .1915 / 2 .2 .1916 2. 2. 1927 / 22.1.1928 19. 2.1939 / 7 .2.1940 6. 2.1951 / 26.1.1952 25.1.1963 / 12 .2.1964 11. 2.1975 / 30.1.1976 29.1.1987 / 16. 2.1988 16. 2.1999 / 4. 2.2000
<b>ELEMENTO</b>	<b>DRAGON</b> 7:00AM-9:00AM	<b>ELEMENTO</b>	<b>SERPIENTE</b> 9:00AM-11:00AM	<b>ELEMENTO</b>	<b>CABALLO</b> 11:00A-1:00PM	<b>ELEMENTO</b>	<b>CABRA</b> 1:00PM-3:00PM
MADERA FUEGO TIERRA METAL AGUA MADERA FUEGO TIERRA	16.2 .1904 / 3.2.1905 3.2.1916 / 22.2.1917 23.1.1928 / 9.2.1929 8.2.1940 / 28.1.1941 27.1.1952 / 13.2.1953 13.2.1964 / 4.2.1965 31.1.1976 / 17.2.1976 17.2.1988 / 5.2.1989	MADERA FUEGO TIERRA METAL AGUA MADERA FUEGO TIERRA	4.2.1905 / 24.1.1906 23.2.1917 / 10.2.1918 10..2.1929 / 29.1.1930 27.1.1941 / 14.2.1942 14.2.1953 / 2.2.1954 2.2.1965 / 20.1.1966 15.2.1977 / 6.2.1978 18..2.1989 / 26.1.1990	FUEGO TIERRA METAL AGUA MADERA FUEGO TIERRA METAL	25.1.1906 / 12.2.1907 11..2.1918 / 31.1.1919 30.1.1930 / 16.2.1931 15.2.1942 / 7.2.1943 3.2.1954 / 23.1.1955 21.1.1966 / 8.2.1967 7.2.1978 / 28.1.1979 27.1.1990 / 14.2.1991	FUEGO TIERRA METAL AGUA MADERA FUEGO TIERRA METAL	13.2.1907 / 1.2.1908 1.2.1919 / 19.2.1920 17.2.1931 / 5.2.1932 5.2.1943 / 24.1.1944 24.1.1955 / 11..2.1956 9.2.1967 / 9.1.1968 29.1.1979 / 17.2.1980 15.2.1991 / 3.2.1992
<b>ELEMENTO</b>	<b>MONO</b> 3:00PM-5:00PM	<b>ELEMENTO</b>	<b>GALLO</b> 5:00PM-7:00PM	<b>ELEMENTO</b>	<b>PERRO</b> 7:00PM-9:00PM	<b>ELEMENTO</b>	<b>JABALÍ O CERDO</b> 9:00PM-11:00PM
TIERRA MADERA AGUA MADERA FUEGO TIERRA MADERA AGUA	2.2.1908 / 2.1.1909 20.2.1920 / 7.2.1921 6.2.1932 / 25.1.1933 25.1.1944 / 12.2.1945 12.2.1956 / 30.1.1957 30.1.1968 / 20.1.1969 16.2.1980 / 4.2.1981 4.2.1992 / 22.1.1993	TIERRA METAL AGUA MADERA FUEGO TIERRA METAL AGUA	22.1.1909 / 9..2.1910 8..2.1921 / 27.1.1922 26.1.1933 / 13..2.1934 13.2.1945 / 1.2.1946 31.1.1957 / 17..2.1958 17.2.1969 / 5.2.1970 5.2.1981 / 24.1.1982 23.1.1993 / 9.2.1994	METAL AGUA MADERA FUEGO TIERRA METAL AGUA MADERA	10.2.1910 / 29.1.1911 28.1.1922 / 15.2.1923 14.2.1934 / 3.2.1935 2.2.1946 / 21.2.1947 18.2.1958 / 7.2.1959 6.2.1970 / 26.1.1971 25.1.1982 / 12.2.1983 10.2.1994 / 30.1.1995	METAL AGUA MADERA FUEGO TIERRA METAL AGUA MADERA	30.1.1911 / 17.2.1912 16. 2.1923 / 4.2.1924 4.2.1935 / 23.1.1936 22.1.1947 / 9.2.1948 8.2.1959 / 27.1.1960 27.1.1971 / 14.2.1972 13.2.1983 / 1.2.1984 31.1.1995 / 18.2.1996

## ZODIACO OCCIDENTAL

### CAPRICORNIO

Diciembre 22 – Enero 19

#### SI NACISTE DE:

6:00 a.m. a 8:00 a.m. <b>Acuario</b>	8:00 a.m. a 10:00 a.m. <b>Piscis</b>	10:00a.m. a 12:00 m. <b>Aries</b>
12:00 m. a 2:00 p.m <b>Tauro</b>	2:00 p.m. a 4:00 p.m. <b>Géminis</b>	4:00 p.m. a 6:00 p.m. <b>Cáncer</b>
6:00 p.m. a 8:00 p.m <b>Leo</b>	8:00 p.m a 10:00 p.m <b>Virgo</b>	10:00 p.m a 12:00 p.m. <b>Libra</b>
12:00 p.m a 2:00 a.m. <b>Escorpión</b>	2:00 p.m a 4:00 a.m. <b>Sagitario</b>	4:00 p.m. a 6:00 a.m. <b>Capricornio</b>

#### Características del ascendente

##### Capricornio:

Confiere el sentido práctico y prudente, confiable, disciplinado, con muchas aspiraciones, paciente, cuidadoso, reservado, discreto y de buen humor, pero en su aspecto negativo crea a una persona fatalista, demasiado convencional, rígida, intolerante, con actitudes avaras y quejona.

### ACUARIO

ENERO 20 – FEBRERO 19

#### SI NACISTE DE:

6:00 a.m. a 8:00 a.m. <b>Piscis</b>	8:00 a.m. a 10:00 a.m. <b>Aries</b>	10:00a.m. a 12:00 m. <b>Tauro</b>
12:00 m. a 2:00 p.m <b>Géminis</b>	2:00 p.m. a 4:00 p.m. <b>Cáncer</b>	4:00 p.m. a 6:00 p.m. <b>Leo</b>
6:00 p.m. a 8:00 p.m <b>Virgo</b>	8:00 p.m a 10:00 p.m <b>Libra</b>	10:00 p.m a 12:00 p.m. <b>Escorpión</b>
12:00 p.m a 2:00 a.m. <b>Sagitario</b>	2:00 p.m a 4:00 a.m. <b>Capricornio</b>	4:00 p.m. a 6:00 a.m. <b>Acuario</b>

#### Características del ascendente Acuario:

Crea unas actitudes imprevisibles y espontáneas. Es el de la persona original, creativa y humanitaria, proyectada al futuro y llena de ideas innovadoras y espectaculares, universales y fantásticas. En su parte negativa puede ser alguien muy distante y privado, altamente inestable y capaz de ayudar a todos los necesitados del mundo, i menos a la gente que vive en su casa.

### PISCIS

FEBRERO 20 – MARZO 20

#### SI NACISTE DE:

6:00 a.m. a 8:00 a.m. <b>Aries</b>	8:00 a.m. a 10:00 a.m. <b>Tauro</b>	10:00a.m. a 12:00 m. <b>Géminis</b>
12:00 m. a 2:00 p.m <b>Cáncer</b>	2:00 p.m. a 4:00 p.m. <b>Leo</b>	4:00 p.m. a 6:00 p.m. <b>Virgo</b>
6:00 p.m. a 8:00 p.m <b>Libra</b>	8:00 p.m a 10:00 p.m <b>Escorpión</b>	10:00 p.m a 12:00 p.m. <b>Sagitario</b>
12:00 p.m a 2:00 a.m. <b>Capricornio</b>	2:00 p.m a 4:00 a.m. <b>Acuario</b>	4:00 p.m. a 6:00 a.m. <b>Pisicis</b>

#### Características del ascendente Pisicis:

Otorga mucha imaginación y sensibilidad, compasión y bondad, intuición y una gran capacidad para el sacrificio personal. En sus aspectos positivos proyecta la personalidad idealista y espiritual; pero cuidado, porque si se desarrollan las partes negativas se vuelven imprecisos y de poca voluntad.

### ARIES

MARZO 21 – ABRIL 19

#### SI NACISTE DE:

6:00 a.m. a 8:00 a.m. <b>Tauro</b>	8:00 a.m. a 10:00 a.m. <b>Géminis</b>	10:00a.m. a 12:00 m. <b>Cáncer</b>
12:00 m. a 2:00 p.m <b>Leo</b>	2:00 p.m. a 4:00 p.m. <b>Virgo</b>	4:00 p.m. a 6:00 p.m. <b>Libra</b>
6:00 p.m. a 8:00 p.m <b>Escorpión</b>	8:00 p.m a 10:00 p.m <b>Sagitario</b>	10:00 p.m a 12:00 p.m. <b>Capricornio</b>
12:00 p.m a 2:00 a.m. <b>Acuario</b>	2:00 p.m a 4:00 a.m. <b>Pisicis</b>	4:00 p.m. a 6:00 a.m. <b>Aries</b>

#### Características del ascendente Aries:

Confiere a su nativo un carácter enérgico, temerario y valiente, osado, entusiasta y dinámico, con capacidad para dirigir y mandar a los demás. i Es el número UNO en todo! Pero en su aspecto negativo vuelve a la persona dominante y egoísta, impaciente, impulsiva y voluntariosa, empeñada en tener siempre la razón y en querer hacer las cosas a su manera, sin escuchar consejos.

**TAURO**  
**ABRIL 20 – MAYO 20**

**SI NACISTE DE:**

6:00 a.m. a 8:00 a.m. <b>Géminis</b>	8:00 a.m. a 10:00 a.m. <b>Cáncer</b>	10:00a.m. a 12:00 m. <b>Leo</b>
12:00 m. a 2:00 p.m <b>Virgo</b>	2:00 p.m. a 4:00 p.m. <b>Libra</b>	4:00 p.m. a 6:00 p.m. <b>Escorpión</b>
6:00 p.m. a 8:00 p.m <b>Sagitario</b>	8:00 p.m a 10:00 p.m <b>Capricornio</b>	10:00 p.m a 12:00 p.m. <b>Acuario</b>
12:00 p.m a 2:00 a.m. <b>Pisicis</b>	2:00 p.m a 4:00 a.m. <b>Aries</b>	4:00 p.m. a 6:00 a.m. <b>Tauro</b>

**Características del ascendente Tauro:**  
Es paciente y confiable, de corazón tierno y amoroso, persistente y determinado en sus asuntos, plácido y amante de la seguridad, y muy sensual en la intimidad, pero también puede ser muy celoso y posesivo, receloso, inflexible, terco, autoindulgente y hasta codicioso cuando afloran sus partes negativas.

**GEMINIS**  
**MAYO 21 – JUNIO 21**

**SI NACISTE DE:**

6:00 a.m. a 8:00 a.m. <b>Cáncer</b>	8:00 a.m. a 10:00 a.m. <b>Leo</b>	10:00a.m. a 12:00 m. <b>Virgo</b>
12:00 m. a 2:00 p.m <b>Libra</b>	2:00 p.m. a 4:00 p.m. <b>Escorpión</b>	4:00 p.m. a 6:00 p.m. <b>Sagitario</b>
6:00 p.m. a 8:00 p.m <b>Capricornio</b>	8:00 p.m a 10:00 p.m <b>Acuario</b>	10:00 p.m a 12:00 p.m. <b>Pisicis</b>
12:00 p.m a 2:00 a.m. <b>Aries</b>	2:00 p.m a 4:00 a.m. <b>Tauro</b>	4:00 p.m. a 6:00 a.m. <b>Géminis</b>

**Características del ascendente Géminis:**  
La persona que posee el ascendente geminiano suele ser muy despierta y vivaz, versátil y curiosa, de mente ágil adaptable, ingeniosa, elocuente, juvenil y fresca; pero cuando la dominan sus cualidades negativas, entonces se vuelve superficial, vana e inconsciente, incapaz de concentrarse bien,

tensa, inquisitiva y entremetida, i hablando hasta por los codos!.

**CANCER**  
**JUNIO 22 – JULIO 22**

**SI NACISTE DE:**

6:00 a.m. a 8:00 a.m. <b>Leo</b>	8:00 a.m. a 10:00 a.m. <b>Virgo</b>	10:00a.m. a 12:00 m. <b>Libra</b>
12:00 m. a 2:00 p.m <b>Escorpión</b>	2:00 p.m. a 4:00 p.m. <b>Sagitario</b>	4:00 p.m. a 6:00 p.m. <b>Capricornio</b>
6:00 p.m. a 8:00 p.m <b>Acuario</b>	8:00 p.m a 10:00 p.m <b>Pisicis</b>	10:00 p.m a 12:00 p.m. <b>Aries</b>
12:00 p.m a 2:00 a.m. <b>Tauro</b>	2:00 p.m a 4:00 a.m. <b>Géminis</b>	4:00 p.m. a 6:00 a.m. <b>Cáncer</b>

**Características del ascendente Cáncer:**  
Proyecta un tono amoroso y maternal, altamente intuitivo e imaginativo, con sueños clarividentes, protector de la familia, comprensivo, cauteloso en los negocios y en las palabras, confiable y gran amigo, pero en su aspecto negativo puede ser temperamental y cambiar de carácter un día.

**LEO**  
**JULIO 23 – AGOSTO 22**

**SI NACISTE DE:**

6:00 a.m. a 8:00 a.m. <b>Virgo</b>	8:00 a.m. a 10:00 a.m. <b>Libra</b>	10:00a.m. a 12:00 m. <b>Escorpión</b>
12:00 m. a 2:00 p.m <b>Sagitario</b>	2:00 p.m. a 4:00 p.m. <b>Capricornio</b>	4:00 p.m. a 6:00 p.m. <b>Acuario</b>
6:00 p.m. a 8:00 p.m <b>Pisicis</b>	8:00 p.m a 10:00 p.m <b>Aries</b>	10:00 p.m a 12:00 p.m. <b>Tauro</b>
12:00 p.m a 2:00 a.m. <b>Géminis</b>	2:00 p.m a 4:00 a.m. <b>Cáncer</b>	4:00 p.m. a 6:00 a.m. <b>Leo</b>

**Características del ascendente Leo:**  
Se caracteriza por la generosidad y abundancia, el corazón noble, magnánimo, creativo, entusiasta, con una mentalidad muy amplia, expansivo, fiel y amoroso, pero i cuidado!, en su aspecto negativo se vuelve arrogante y soberbio, altanero, dominante y obstinado piensa que siempre tiene la razón,

intolerante hacia los demás y muy pomposo queriendo mandar a todo el mundo.

**VIRGO**  
**AGOSTO 23 – SEPTIEMBRE 21**

**SI NACISTE DE:**

6:00 a.m. a 8:00 a.m. <b>Libra</b>	8:00 a.m. a 10:00 a.m. <b>Escorpión</b>	10:00a.m. a 12:00 m. <b>Sagitario</b>
12:00 m. a 2:00 p.m <b>Capricornio</b>	2:00 p.m. a 4:00 p.m. <b>Acuario</b>	4:00 p.m. a 6:00 p.m. <b>Piscis</b>
6:00 p.m. a 8:00 p.m <b>Aries</b>	8:00 p.m a 10:00 p.m <b>Tauro</b>	10:00 p.m a 12:00 p.m. <b>Géminis</b>
12:00 p.m a 2:00 a.m. <b>Cáncer</b>	2:00 p.m a 4:00 a.m. <b>Leo</b>	4:00 p.m. a 6:00 a.m. <b>Virgo</b>

**Características del ascendente Virgo:**

Es un trabajador infatigable, modesto, organizado, práctico, diligente, muy confiable, analítico e inteligente. No obstante, como todo, tiene su lado negativo en cuyo caso puede volver a quien lo tiene en una persona altamente crítica, perfeccionista al máximo, conservadora y dura con sus palabras.

**LIBRA**  
**SEPTIEMBRE 22 – OCTUBRE 22**

**SI NACISTE DE:**

6:00 a.m. a 8:00 a.m. <b>Escorpión</b>	8:00 a.m. a 10:00 a.m. <b>Sagitario</b>	10:00a.m. a 12:00 m. <b>Capricornio</b>
12:00 m. a 2:00 p.m <b>Acuario</b>	2:00 p.m. a 4:00 p.m. <b>Piscis</b>	4:00 p.m. a 6:00 p.m. <b>Aries</b>
6:00 p.m. a 8:00 p.m <b>Tauro</b>	8:00 p.m a 10:00 p.m <b>Géminis</b>	10:00 p.m a 12:00 p.m. <b>Cáncer</b>
12:00 p.m a 2:00 a.m. <b>Leo</b>	2:00 p.m a 4:00 a.m. <b>Virgo</b>	4:00 p.m. a 6:00 a.m. <b>Libra</b>

**Características del ascendente Libra:**

En este caso, se imparte un tono diplomático y circunspecto, elegante, educado, romántico y encantador, fácil de tratar, sociable, idealista, amante de la paz, justo y

equitativo, amante de la belleza y la armonía. En su lado negativo, sin embargo, vuelve muy indeciso y susceptible a quien lo tiene, fácil de influir por los demás, autoindulgente, muy zalamero y con poca fuerza de voluntad.

**ESCORPION**  
**OCTUBRE 23 – OCTUBRE 23**

**SI NACISTE DE:**

6:00 a.m. a 8:00 a.m. <b>Sagitario</b>	8:00 a.m. a 10:00 a.m. <b>Capricornio</b>	10:00a.m. a 12:00 m. <b>Acuario</b>
12:00 m. a 2:00 p.m <b>Piscis</b>	2:00 p.m. a 4:00 p.m. <b>Aries</b>	4:00 p.m. a 6:00 p.m. <b>Tauro</b>
6:00 p.m. a 8:00 p.m <b>Géminis</b>	8:00 p.m a 10:00 p.m <b>Cáncer</b>	10:00 p.m a 12:00 p.m. <b>Leo</b>
12:00 p.m a 2:00 a.m. <b>Virgo</b>	2:00 p.m a 4:00 a.m. <b>Libra</b>	4:00 p.m. a 6:00 a.m. <b>Escorpión</b>

**Características del ascendente Escorpión:**

Es el de una persona decidida, fuerte, con gran voluntad para hacer las cosas, altamente intuitiva, apasionada, de magnética personalidad y gran carisma. En su aspecto negativo se vuelve muy celosa y resentida, compulsiva, obsesiva, obstinada y muy privada para sus cosas. ¡ A veces es hasta vengativa!.

**SAGITARIO**  
**NOVIEMBRE 22 – DICIEMBRE 21**

**SI NACISTE DE:**

6:00 a.m. a 8:00 a.m. <b>Capricornio</b>	8:00 a.m. a 10:00 a.m. <b>Acuario</b>	10:00a.m. a 12:00 m. <b>Piscis</b>
12:00 m. a 2:00 p.m <b>Aries</b>	2:00 p.m. a 4:00 p.m. <b>Tauro</b>	4:00 p.m. a 6:00 p.m. <b>Géminis</b>
6:00 p.m. a 8:00 p.m <b>Cáncer</b>	8:00 p.m a 10:00 p.m <b>Leo</b>	10:00 p.m a 12:00 p.m. <b>Virgo</b>
12:00 p.m a 2:00 a.m. <b>Libra</b>	2:00 p.m a 4:00 a.m. <b>Escorpión</b>	4:00 p.m. a 6:00 a.m. <b>Sagitario</b>

**Características del ascendente Sagitario:**

Quien tiene como ascendente a Sagitario será alguien amante de la libertad, espontáneo, jovial, de muy buen humor, deportista, honesto, sincero y directo en sus cosas,

filosófico e intelectual; pero cuando afloran sus aspectos negativos tienden a ser descuidados e irresponsables, superficiales, con muy poco, o ningún tacto social, inquietos y con un optimismo ciego e irrealista.

