Cuadros de Medicina China

Varios Autores

www.confiaenlamarea.com

YANG 陰	YIN 陽
Yin y Yang como dos fases de un movimiento cíclico	
Luz, Sol, Claridad, Actividad, Cielo, Circular, Tiempo, Este, Sur, Izquierda	Oscuridad, Luna, Sombra, Descanso, Tierra, Plano, Espacio, Oeste, Norte, Derecha
Yin y Yang como dos etapas de transformación	
Inmaterial, Produce la energía, Genera, No sustancial, Energía, Expansión, Se eleva, Arriba, Fuego	Material, Produce la forma, Crece, Sustancial, Materia, Contracción, Desciende, Abajo, Agua
Yin y Yang y la estructura del cuerpo	
Superior, exterior, Superficie lateral-posterior, Detrás, Función	Inferior, Interior, Superficie medial-anterior, Delante, Estructura
Detrás, Cabeza, Exterior (piel y músculos), Encima de la cintura, Superficie posterior-lateral de miembros, Órganos Yang, Función de órganos, Qi, Qi defensivo	Delante (pecho abdomen), Cuerpo, Interior (órganos), Debajo de la cintura, Superficie anterior-medial de los miembros, Órgano Yin, Estructura de los órganos, Sangre y Líquidos Corporales Qi Nutritivo
Aplicación de los cuatro principios Yin-Yang a la medicina	
Fuego, Calor, Agitación, Seco, Duro, Excitación, Rapidez, No sustancial, Transformación, Cambio	Agua, Frío, Calma, Húmedo, Blando, Inhibición, lentitud, Sustancial, Conservación, Almacenamiento continuo
Enfermedad aguda, Aparición rápida, Evolución rápida, Calor, Inquietud, Insomnio, Rechaza las mantas, Duerme extendido, Miembros y cuerpo calientes, Rostro rojo, Prefiere bebidas frías, Voz alta y habla mucho, Respiración fuerte, Sed, Escasa y oscura orina, Estreñimiento, lengua roja con saburrea amarilla, Pulso lleno	Enfermedad crónica, Aparición gradual, Evolución lenta, Frío, Somnolencia, languidez, Le gusta estar tapado, Duerme acurrucado, Miembros y cuerpo fríos, Rostro pálido, Prefiere bebidas calientes, Voz baja y no le gusta hablar, Respiración superficial y débil, Ausencia de sed, Abundante y pálida orina, Heces blandas, Lengua pálida
Órganos Yin y Yang	
Corazón Hígado Pulmón Bazo Riñón Pericardio	Intestino Delgado Vesícula Biliar Intestino Grueso Estómago Vejiga San Jiao

Giovanni Maciocia. Los Fundamentos de la Medicina China. Aneid Press. 1989

confiaenlamarea@gmail.com

Las principales correspondencias de los cinco elementos

	Madera	Fuego	Tierra	Metal	Agua
Estaciones	Primavera	Verano	Ninguna	Otoño	Invierno
Puntos cardinales	Este	Sur	Centro	Oeste	Norte
Colores	Verde	Rojo	Amarillo	Blanco	Negro
Sabores	Agio	Amargo	Dulce	Picante	Salado
Clima	Viento	Calor	humedad	Sequedad	Frío
Etapa de desarrollo	Nacimiento	Crecimiento	Transformación	Cosecha	Almacenaje
Números	8	7	5	9	6
Planetas	Júpiter	Marte	Saturno	Venus	Mercurio
Yin-Yang	Yang, Menor	Yang, Máximo	Centro	Yin Menor	Yin Máximo
Animales	Pez	Pájaros	Humanos	Mamíferos	Moluscos
Animales domésticos	Oveja	Ave	Buey	Perro	Cerdo
Granos	Trigo	Judía	Arroz	Cáñamo	Mijo
Órganos Yin	Hígado	Corazón	bazo	Pulmón	Riñón
Órganos Yang	Vesícula Biliar	Int.Delgado	Estómago	I. Grueso	Vejiga
Órganos de los sentidos	Ojos	Lengua	Boca	nariz	Oídos
Tejidos	Tendones	Vasos Sanguíneos	Músculos	Piel	Huesos
Emociones	Cólera	Alegría	Preocupación	Tristeza	Miedo
Sonidos	Grito	Risa	Canto	Llanto	Quejido

Giovanni Maciocia. Los Fundamentos de la Medicina China. Aneid Press. 1989

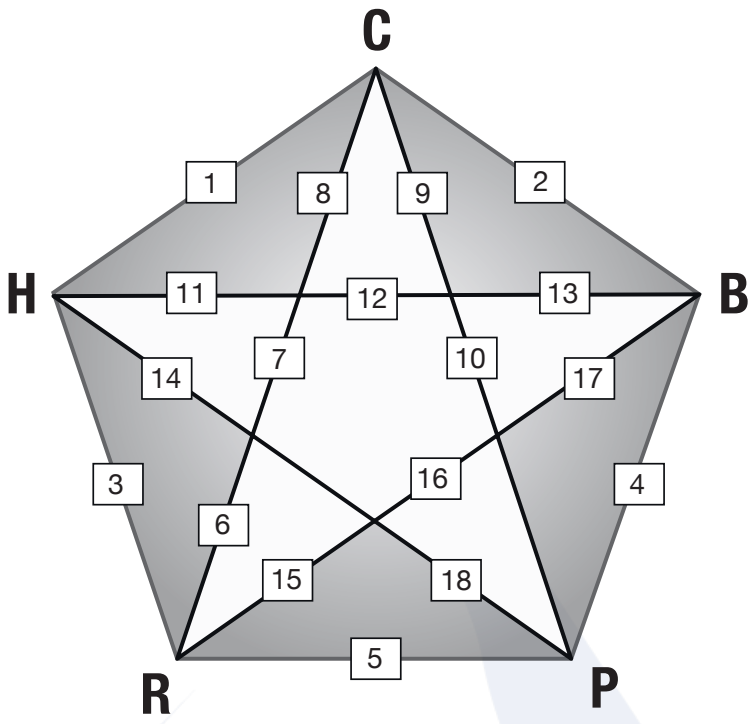
Relación de los cinco elementos con la naturaleza					
5 elementos	Madera	Fuego	Tierra	Metal	Agua
Planetas (astros)	Júpiter	Sol	Saturno	Venus	Mercurio
Cereales	Trigo	Maíz	Mijo	Arroz	Soja
Animales	Gallina	Cordero	Buey	Caballo	Cerdo
Olores	(Sao) Fétido (olor animal)	(Jiao) Quemado	(Xian) Perfumado (Xing)	Olor a pescado (fétido)	(Fu) Podrido
Orientaciones	E	S	Centro	O	N
Sabores	Ácido	Amargo	Dulce	Picante	Salado
Colores	Verde	Rojo	Amarillo	Blanco	Negro
Etapas	Nacimiento (producción)	Desarrollo	Madurez	Declive	Muerte
Climas	Viento	Calor	humedad	Sequedad	Frío
Estaciones	Primavera	Verano	Fin del verano	Otoño	Invierno
Números	8	7	5	9	6

Li Ping, El gran libro de la Medicina China. Martínez Roca. 2000

confiaenlamarea@gmail.com

Relación de los cinco elementos con el cuerpo humano					
Elementos	Madera	Fuego	Tierra	Metal	Agua
Órganos	Hígado	Corazón	Bazo	Pulmón	Riñón
Entrañas	Vesícula biliar	Intestino delgado / triple recalentador	Estomago	Intestino grueso	Vejiga
5 órganos de los sentidos 9 orificios	Ojos	Boca	Lengua	Nariz	Orejas y dos perineos (ano y sexo)
Líquidos	Lágrimas	Sudor	Saliva (parte clara)	Mocos	Saliva (parte espesa)
Cuerpos	Tendones	Vasos	Carne y 4 miembros	Piel y faneras	Huesos
Voces	Grito	Risa	Canto	Llanto	Suspiro
Sonidos (notas musicales)	(Jiao) DO	(Zhen) LA	(Gong) MI	(Shan) RE	(Yu) SOL
Pasiones	Cólera	Alegría	Reflexión	Tristeza/ inquietud	Miedo/terror
Cualidades psíquicas (5 almas)	HUN Alma subconsciente. El subconsciente	SHEN Alma consciente Consciencia Inteligencia Mente	YI Alma lógica Pensamiento Ideas	PO Alma instintiva Instinto de supervivencia Automatismos reflejos	ZHI Alma ejecutiva Voluntad

Li Ping, El gran libro de la Medicina China. Martínez Roca. 2000



C: corazón, **B**: bazo; **P**: pulmón; **R**: riñón; **H**: hígado

1. El hígado regula la cantidad de sangre qie el corazón impulsa. Controlan conjuntamente el shen.
2. El corazón calienta el bazo y secunda su función de transporte y transformación. El bazo es la raíz de la transformación de la sangre del corazón.
3. El Jing del riñón que nutra la médula produce la sangre del hígado
4. El pulmón secunda al bazo para disolver la humedad; el bazo secunda al pulmón y forma la energía que el pulmón controla.
5. El riñón y el pulmón controlan conjuntamente la respiración y el metabolismo de los líquidos.
6. El riñón refresca el fuego de corazón para evitar la subida del fuego de corazón.
7. El agua y el fuego se estimulan e inhiben mutuamente.
8. El corazón calienta el riñón para evitar el frío excesivo de éste.
9. Atenuar la función de purificación del pulmón.
10. La sangre y la energía son interdependientes y se restringen mutuamente.
11. El hígado controla el drenaje y la evacuación para evitar la obstrucción del bazo.
12. Secundar los movimientos de subida-descenso de bazo-estómago.
13. El bazo forma la sangre del hígado
14. El Jing del riñón que nutre la médula, produce la sangre del hígado.
15. El riñón calienta el Yang.
16. El cielo posterior alimenta el cielo anterior y viceversa.
17. El bazo controla el transporte y la transformación para dominar el agua y evitar sus desbordamientos.
18. La función de descenso del pulmón evita el exceso de Yang del hígado.

Li Ping, El gran libro de la Medicina China. Martínez Roca. 2000

Correspondencias Yin-Yang		
Categorías	*Yin*	*Yang*
	macrocosmos	
Cielo	Luna	Sol
Hora	Medianoche	Mediodía
Estación	Invierno	Verano
Temperatura	Frío	Calor
Humedad	Mojado	Seco
Espectro	Oscuro	Luminoso
Mundo	Oculto	Manifiesto
Solidez	Denso	Poroso
Textura	Duro	Blando
Masa	Pesado	Ligero
Etapa	Formadora	Transformadora
Forma	Sustancia material	Influencias sutiles
	microcosmos humano	
Dimensión	Sentimientos y pensamientos	Respuesta y expresión
Localización	Centro-interior del cuerpo Debajo del ombligo, lado derecho	Superficie - exterior del cuerpo Encima del ombligo, lado izquierdo
Órganos internos	*Hígado, Corazón, Bazo, Pulmón, Riñón*	*Vesícula biliar, Intestino Delgado, Estómago, Intestino Grueso, Vejiga*
Constituyentes	*Sangre* y líquidos metabólicos (esencia Yin)	Qi y calor metabólico (esencia Yang)
Procesos	Desarrollo de tejidos (anabolismo)	Descomposición de tejidos (catabolismo)
Temperatura	Frío	Caliente
Capacidad	Debilidad y consumición (vacío)	Fuerza y saciedad (lleno)
Etapas	Declinar/muerte/gestación	Nacimiento / crecimiento / maduración

H. Beinfield - E. Korngold. Entre el Cielo y la Tierra. La Liebre de Marzo. 1999

Correspondencias Yin-Yang					
Catego-rías	Madera	Fuego	Tierra	Metal	Agua
Macrocosmos					
Poder	Expansión	Realización	Transición	Contracción	Consolidación
Clima	Viento	Calor	Humedad	Sequedad	Frío
Estación	Primavera	Verano	Final verano	Otoño	Invierno
Dirección	Sur	Sur	Centro	Oeste	Norte
Momento del día	Mediodía	Mediodía	Tarde	Anochecer	Medianoche
Etapa	Nacimiento	Crecimiento	Madurez	Declinar	Muerte/germinación
					Negro/violáceo
Color	Verde mar	Rojo	Amarillo ocre	Blanco	Podrido
Olor	Rancio	Acre	Fragante	Pescado	Salado
Sabor	Ácido	Amargo	Dulce	Picante	Succión
Sonido	Estallido	Rugido	Zumbido	Crujido	
Microcosmos humano					
Facultad	Conciencia activa (hun)	Conciencia tras-cendente (shen)	Conciencia pasiva (yi)	Conciencia sublimi-nal (po)	Conciencia primal (zhi)
Móvil	Servirse a sí mismo	Disolverse a sí mismo	Situarse a sí mismo	Definirse a sí mismo	Conservarse a sí mismo
Cualidad	Emotiva	Sensitiva	Reflexiva	Deductiva	instintiva
Actividad	Llevar a cabo	Intuir	Absorber	Analizar	Examinar
Expresión	Ira	Alegría	Preocupación	Tristeza	Miedo
Estado	Estímulo	Excitación	Aplomo	Inhibición	Retraimiento
Voz	Grito	Risa nervios	Voz trémula	Sollozo	Gemido
Órgano	*Sistema del Hígado*	*Sistema del Co-razón*	*Sistema del Bazo*	*Sistema del Pulmón*	*Sistema del Riñón*
Tejido	Ojos, uñas, ligamentos, nervios	Oído externo, lengua, arterias	boca, la-bios,encías, músculos, co-lágeno y grasa	Piel y poros, vello, vasos linfáticos y venas	Oído interno, cabello y vello púbico Huesos, dientes y médula ósea, cerebro y médula espinal, ano, uretra, cuello del útero, ovarios y testículos
Sustancia	Sangre nutrida	Sangre oxigena-da	Quimo y quilo	Linfa	Líquido cefalorraquídeo
Esencia	Lágrimas	Sudor	Saliva	Moco	Secreciones sexuales

H. Beinfield - E. Korngold. Entre el Cielo y la Tierra. La Liebre de Marzo. 1999

confiaenlamarea@gmail.com

Correspondencias Yin-Yang	
Yin	Yang
Universal	
Sustentador	Activo
Contractivo	Expansivo
Descendente	Ascendente
Frío	Caliente
Acuoso	Seco
Formador	Transformador
Oculto	Descubierto
Interior	Exterior
Fisiología	
Producción de: sangre, linfa, hormonas, mucosidad, orina, sudor, sustancias nutritivas, colágeno, grasa	Procesos de: circulación, secreción, eliminación, peristalsis, latido, metabolismo, respiración
Patrones constitucionales	
Energía baja, aletargado, tez pálida, amarillenta y enfermiza	Energía alta, hiperactivo
Cuerpo pequeño, blando y fláccido	Tez rojiza, oscura y sofocada
Voz débil y suave	Cuerpo grande, firme y robusto
Hipotenso	Voz alta y potente
Tiende a sentir frío	Hipertenso
Tiende a acumular humedad	Tiende a sentir calor
	Tiende a desarrollar sequedad

H. Beinfield - E. Korngold. Entre el Cielo y la Tierra. La Liebre de Marzo. 1999

Síndromes de los trastornos: Los ocho Principios Guía	
Principios Guía	*Proceso Fisiológico*
Frío	Actividad metabólica retardada
Calor	Actividad metabólica acelerada
Deficiencia	Hipofunción o capacidad disminuida de algún órgano o proceso fisiológico; resistencia reducida al estrés o a la infección
Exceso	Hiperfunción u obstrucción de algún órgano o proceso fisiológico; reactividad incrementada al estrés o a la infección
Interno	Afección en capas de tejidos profundas o en niveles de funcionamiento de órganos viscerales, cerebro, médula espinal, huesos, vasos sanguíneos y nervios profundos, oído medio e interno, recubrimiento de cavidades corporales y órganos reproductores internos
Externo	Afección en capas de tejidos superficiales y en niveles de funcionamiento que incluyen piel, cabello, uñas, vasos sanguíneos y nervios periféricos, músculos, tendones, ligamentos, articulaciones, ojos, oído, externo, nariz, boca, dientes, pechos, ano, órganos genitales externos
Yin	Síndromes de *Frío*, e *deficiencia* e *internos*. Eta categoría resume la naturaleza fundamental y compuesta de un proceso patológico que incluye síndromes de *Frío*, de *deficiencia* e *internos*.
Yang	Síndromes de *Calor*, de *exceso* e *externos*. Esta categoría resume la naturaleza fundamental o compuesta de un proceso patológico que incluye síndromes de *Calor*, de *exceso* e *externos*.

H. Beinfield - E. Korngold. Entre el Cielo y la Tierra. La Liebre de Marzo. 1999

confiaenlamarea@gmail.com

Síndromes de los trastornos: Los ocho Principios Guía		
Principios Guía	*Manifestaciones clínicas*	*Descripción del Pulso y de la Lengua*
Frío	Sensaciones generalizadas o localizadas de frío o escalofríos; descenso de la temperatura corporal medida; tez, piel y membranas mucosas pálidas.	Saburra de la lengua muy blanca; cuerpo de la lengua pálido o morado; pulso lento o tenso.
Calor	Sensaciones generalizadas o localizadas de calor o ardor; aumento de la temperatura corporal medida; enrojecimiento o sofocación de la tez, piel o membranas mucosas.	Saburra de la lengua amarilla; cuerpo de la lengua rojizo; pulso rápido o "saltarín".
Deficiencia	Sentimientos persistentes generalizados o localizados de fatiga, debilidad, vacío o dolor sordo.	Saburra de la lengua escasa o ausente; cuerpo de la lengua pálido, fláccido o festoneado; pulso débil o fino.
Exceso	Sentimientos persistentes generalizados o localizados de saciedad, tensión, agitación o dolor intenso.	Saburra de la lengua espesa y viscosa; cuerpo de la lengua rojizo, hinchado, rígido o tembloroso; pulso fuerte; largo o tenso.
Interno	Sin síntomas especiales.	Cambios en el cuerpo de la lengua; cambios en el pulso a nivel profundo.
Externo	Sin síntomas especiales.	Cambios en la saburra de la lengua; cambios en el pulso a nivel superficial.

H. Beinfield - E. Korngold. Entre el Cielo y la Tierra. La Liebre de Marzo. 1999

Los sistemas de órganos				
	Papel	**Vísceras**	**Tejido**	**Líquidos y secreciones**
Sistema del Hígado 肝胆	Almacena y libera la *Sangre* Dispersa el *Qi* Eleva el *Qi* y la *Sangre*	Hígado Vesícula Biliar	Tendones Ligamentos Pequeños músculos que mueven las articulaciones nervios periféricos Iris de los ojos y cejas Genitales externos: vagina y labios, pene y escroto, uñas	Bilis Lágrimas
Sistema del Corazón 心 小腸	Impulsa la *Sangre* Alberga el *Espíritu* Mantiene la conciencia	Corazón Intestino delgado	Arteria y arteriolas Tez lengua Oído externo Ángulos de los ojos	Sangre Sudor
Sistema del Bazo 脾 胃	Extrae y transforma los nutrientes en *Qi* y *Sangre* Distribuye los Fluidos y la Esencia Nutritiva Mantiene el *Qi* y la *Sangre* dentro de sus conductos Sostiene los músculos, la carne y las vísceras	Bazo Estómago	Músculos largos y carne Labios Boca Párpados	Linfa Saliva Quilo
Sistema del Pulmón 大腸	Refina el *Qi* Establece el ritmo mantiene los límites y las defensas	Pulmón intestino grueso	Nariz Senos nasales Nasofaringe Bronquios Piel y membranas mucosas Vello corporal Esclerótica del ojo	Secreciones mucosas
Sistema del Riñón 肾 膀胱	Genera y almacena la *Esencia* Gobierna la reproducción y el crecimiento Equilibra los líquidos Guarda el *Qi*	Riñón Vejiga	Ovarios - testículos Cerebro Médula espinal Columna vertebral Huesos Médula ósea Dientes Cabello y vello púbico Oído interno Pupila del ojo Ano y uretra	Secreciones sexuales Líquido cefalorraquídeo

H. Beinfield - E. Korngold. Entre el Cielo y la Tierra. La Liebre de Marzo. 1999

Patrones de enfermedades típicas				
Madera	Fuego	Tierra	Metal	Agua
Síndromes				
Alteraciones de los nervios periféricos y de la circulación Alteraciones del equilibrio, la coordinación, la locomoción Dolor o inflamación migratorios Tensión, calambres y espasmos en músculos, nervios y órganos Trastornos caracterizados por funcionamiento errático e irregular	Enfermedades cardiovasculares Alteraciones del habla, el pensamiento y la expresión emocional Alteraciones del sueño Deterioro del colágeno (lupus, artritis reumatoide, síndrome de Marfan) Alteraciones de las funciones integradoras (psicosis, esquizofrenia)	Alteraciones de la digestión y de la absorción Desórdenes de la circulación linfática Desórdenes de la distribución de líquidos o de la viscosidad (circulación linfática) Enfermedades de los músculos Desórdenes de la *Sangre* y las venas	Trastornos pulmonares y del tracto respiratorio superior Problemas en la piel y en las membranas mucosas Alergias o agentes del aire Trastornos de la circulación de líquidos Trastornos de la circulación venosa	Trastornos del crecimiento y el desarrollo que incluyen problemas de fertilidad, concepción y embarazo Trastornos del sistema nervioso central, (esclerosis múltiple, distrofia muscular, parálisis cerebral) Enfermedades de la columna vertebral, huesos, dientes y articulaciones Trastornos del metabolismo de los líquidos
Problemas				
Irritabilidad Dolor bajo costillas Náuseas Sabor amargo en la boca Mal genio Dolor en el abdomen inferior y en la ingle Menstruación irregular Deformidades de los dedos Dolor de ojos y oídos	Frecuencia y ritmo irregular del corazón Dolor en el pecho Sudor Inquietud Indigestión	Distensión abdominal y flatulencia Falta de apetito o consumo excesivo de comida Diarrea Anemia debida a malnutrición o mala absorción Hemorroides Hematomas	Falta de aliento Tos Susceptibilidad frente a resfriados y gripe	Molestias y dolor en la zona sacrolumbar Pérdida de dientes Sordera y acúfenos Debilitamiento o pérdida del cabello Debilidad y dolor en los tobillos, rodillas, caderas. Pérdida de audición y de visión Impotencia, esterilidad, aborto espontáneo, lesiones genéticas

H. Beinfield - E. Korngold. Entre el Cielo y la Tierra. La Liebre de Marzo. 1999

Los poderes de los cinco arquetipos					
	MADERA	FUEGO	TIERRA	METAL	AGUA
Poder	Expansión	Fusión	Moderación	Contracción	Consolidación
Arquetipo	Pionero	Hechicero	Pacificador	Alquimista	Filósofo
Orientado hacia la	Metamorfosis	Realización	Unificación	Transmutación	Revelación
Deseo	Propósito	Plenitud	Conexión	Orden	Verdad
Contexto	Desafío	Intimidad	Comunidad	Organización	Misterio
Virtud	Fervor	Carisma	Lealtad	Rectitud	Honestidad
Camino	Acción	Compasión	Servicio	Maestría	Conocimiento
Valores	Utilidad	Intuición	Armonía	Pureza	Permanencia
Talento	Iniciativa	Comunicación	Negociación	Discernimiento	Imaginación
Cuestión esencial	Objetivos. ¿Qué hacer? Estrategia: ¿Cómo hacerlo?	Dimensión: ¿Cuán amplio es mi alcance?	Orientación: ¿Cuál es mi papel?¿Dónde estoy?	Límites: ¿Qué soy o qué no soy?	Orígenes/Destino: ¿Cuál es mi pasado y mi futuro?
Dimensiones	Movimiento	Espacio	Situación en el tiempo y en el espacio	Forma	Tiempo
Nutrido por	Agua	Madera	Fuego	Tierra	Metal
Nutre a	Fuego	Tierra	Metal	Agua	Madera
Controla a	Tierra	Metal	Agua	Madera	Fuego
Controlado por	Metal	Agua	Madera	Fuego	Tierra
Susceptible a ser dañado por	Viento	Calor	Humedad	Sequedad	Frío
El daño entra en	Cabeza, cuello, parte superior de la espalda	Cabeza, parte superior de la espalda, boca, garganta	Cabeza, articulaciones, parte inferior de la espalda, abdomen inferior	Cabeza, piel, boca, garganta, nariz	Cabeza, partes superior e inferior de la espalda, caderas, piernas
Valores sexuales	Más Mejor Más tiempo	Orgasmo Fundirse	Conexión que abraza	Ceremonia ritual sagrada	Penetración que desvela un misterio oculto

H. Beinfield - E. Korngold. Entre el Cielo y la Tierra. La Liebre de Marzo. 1999

Distorsiones de los cinco poderes					
	MADERA	FUEGO	TIERRA	METAL	AGUA
Poder exagerado	Dominio	Inmolación	Obstrucción	Restricción	Negación
Poder deficitario	Compresión	Desintegración	Estancamiento	Constricción	Petrifiación
Preocupación	Trabajo	Estímulo	Detalles	Rituales	Secretos
Compulsión por	Ganar	Consumir	Interferir	Controlar	Criticar
Temor	Confinamiento	Seriedad	Torpeza	Muchedumbre	Invasión
Busca la perfección en	Objetivo	Amante	Familia	Sistema	Maestro
Le desagradan los conflictos de	Propósitos Elecciones Impulsos	Necesidades Deseos Atracciones	Roles Lealtades Marcos de refe-rencia	Costumbres Normas Recompensas	Visiones Historias Expectativas
Obsesionado con	Soluciones Cambio Independencia	Placer Intimidad Búsqueda de lo Divino	Manipulación Agradar a otros Seguridad	Perfección Orden Diferencias	Misterios Afrontar la muerte Hechos
Aversión por	Impotencia Servidumbre Dependencia	Separación Aburrimiento Dolor	Cambio Desubicación Independencia	Espontaneidad Contaminación Decadencia	Exponerse Distracción Disolución
Polos somáticos	Tensión-Relajación Iniciar-Detener Acelerar-Retardar	Contención-Disi-pación Corpóreo-Incor-póreo Activo-Reactivo	Denso-Poroso Activo-Pasivo Lleno-Vacío	Apretado-Suelto Cerrado-Abierto Grueso-Delgado	Duro-Suave Frío-Caliente Retener-Soltar
Tiende a	Arriesgarse Ocuparse	Buscar la Excitación Contactar	Buscar la como-didad Evitar el aislamiento	Seguir el Orden Superior Juzgar	Buscar la soledad Evitar exponerse
Duda esencial	¿Cuál es el propó-sito?	¿Cómo expresar-me?	¿Cuál es mi papel?	¿Qué es lo correc-to?	¿De dónde vengo?
Adicción emocional	Estar estimulado	Estar enamorado	Ser necesario	Tener razón	Estar protegido
Temor Espiritual	Estar desvalido	Desconectarse	Perderse	Corromperse	Extinguirse

H. Beinfield - E. Korngold. Entre el Cielo y la Tierra. La Liebre de Marzo. 1999

Los cinco tipos: Afinidades y Valores				
Afinidades: Deseos y valores				
Madera	**Fuego**	**Tierra**	**Metal**	**Agua**
Lucha	Entusiasmo	Relaciones	Orden	Soledad
Acción	Intimidad	Estabilidad	Pureza	Misterio
Excitación	Sensualidad	Familia	Razón	Continuidad
Pragmatismo	Espontaneidad	Compartir	Estética	Originalidad
Singularidad	Expresión	Armonía	Definición	Resistencia
Desafío	Ductilidad	Lealtad	Simplicidad	Autosuficiencia
Logros	Fusión	Compromiso	Calidad	Privacidad
Agilidad	Pasión	Diplomacia	Corrección	Anonimato
Independencia	Exposición	Implicación	Normas	Precaución
Contienda	Realización	Interdependencia	Precisión	Conservación
Afinidades: Deseos y valores				
Lentitud	Inactividad	Separación	Intimidad	Compartir
Torpeza	Separación	Deslealtad	Complejidad	Imprudencia
Ambigüedad	Confusión	Conflicto	Caos	Vulnerabilidad
Interferencia	Rudeza	Cambio	Absurdo	Ignorancia
Autoridad	Límites	Soledad	Espontanei-	Deshonestidad
Compromiso	Reflexión	Impermanencia	dad	Superficialidad
frustración	Aburrimiento	Codicia	Descuido	Confianza
Constancia	Normalidad	Inseguridad	Incorrección	Exposición
Sometimiento	Conservación	Vacío	Destemplanza	Derroche
Confinamiento	Sospecha	Desplazamiento	Vaguedad	Blandura
			Ausencia de forma	

H. Beinfield - E. Korngold. Entre el Cielo y la Tierra. La Liebre de Marzo. 1999

Los cinco tipos: desafíos, contradicciones, conflictos

Tierra

Estar-quieto - sentirse estancado
Desear estar lleno - sentirse con un lastre, repleto y abrumado
Buscar el vacío - temer que no haya nada en el centro
Desear cambiar - querer que las cosas sigan igual
Querer ser necesario - procurar no ser absorbido, perdiendo el sentido de uno mismo

Agua

Anhelar la verdad - temer mostrarse
Anhelar la conexión - intolerante al contacto
Desear ser presionado - temer ser aplastado
Querer penetrar en el interior - detestar ser absorbido
Disfrutar estando solo - temer el abandono

Madera

Querer mandar - añorar la compañía de los iguales
Anhelar hacer, actuar - susceptible a impulsos descontrolados
Crear normas - disfrutar saltándoselas
Exigir la libertar - necesitar la lucha
Sentirse invencible - temer la vulnerabilidad y la pérdida de control

Fuego

Deseo de contacto, intimidad - necesitar la soledad
Amar las sensaciones y los sentimientos - temer ser abrumado por la intensidad
Amar decir sí - no poder decir no
Anhelar la fusión - temer la disolución
Vivir el momento - temer el futuro

Metal

Querer relacionarse - necesitar distancia
Saber lo que es correcto - aceptar lo que es seguro
Aspirar a la belleza - conformarse con la utilidad
Querer alegría - temer la espontaneidad
Disfrutar de la creatividad e ingenuidad - ser intolerante ante el desorden y la disonancia

H. Beinfield - E. Korngold. Entre el Cielo y la Tierra. La Liebre de Marzo. 1999

confiaenlamarea@gmail.com