



# Boletín de Primavera

## La primavera y la medicina tradicional china

En la medicina y cultura china se considera que la energía de cada estación nos beneficia de una manera singular. Ciertamente, uno puede sentirlo al comienzo de cada estación nuestro metabolismo y también nuestro espíritu siente el cambio y comienza a reaccionar. En primavera los días se alargan y la energía en el aire aumenta, hay más luz solar y nuestro organismo también percibe el cambio, nuestro espíritu se ve inspirado por los nuevos brotes y todo nos indica que es hora de ponerse en marcha, tanto física como mentalmente. Vivir de acuerdo con la energía en la atmósfera es una excelente manera de lograr una buena salud. En la temporada de primavera todo en la naturaleza comienza a despertar a un nuevo ciclo de crecimiento, nuestro espíritu también despierta de su introspección natural del invierno. La energía en la atmósfera aumenta y puedes ver el cambio en la naturaleza alrededor, las plantas que empiezan a brotar y las flores que comienzan a florecer. La energía se está movilizando y va hacia arriba. Como parte de la naturaleza nuestra energía también aumentará. Por lo tanto, la primavera es un buen momento para ser más activo ya que hay más energía para utilizar, se recomienda hacer elongaciones, practicar deportes y actividades al aire libre y reencontrarse con la naturaleza. Actúa sobre tus metas y aspiraciones, levántate temprano, alrededor del amanecer o justo antes, es el momento perfecto para ayudar a sintonizar su cuerpo con meditación. Acuéstese más tarde, ya que el día está más largo, ideal alrededor de las 10.

Los órganos más energizados en la primavera son el Hígado y Vesícula Biliar, estos son responsables del movimiento del Qi. Regulan las emociones, gobiernan la zona lateral del cuerpo y la cabeza, la zona superior, ayudan con la visión, en la salud del espíritu contribuyen al desarrollo de las ideas, la determinación y planificación de los proyectos. Si estos dos órganos están en armonía, entonces la primavera será un buen momento para tí y te sentirás equilibrado, enérgico, lleno de ideas y con ganas para actuar. Si estas desequilibrado energéticamente, entonces la primavera no será una temporada de disfrute. Los síntomas comunes que pueden aparecer son: dolores de cabeza, migrañas, aumento de la tensión muscular principalmente a nivel del cuello, irritabilidad, depresión, crisis de pánico y posiblemente un ánimo más iracundo. **Entonces a crecer, estirarse, despertarse y disfrutar la primavera.**

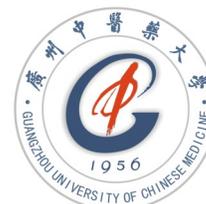
### Contenidos

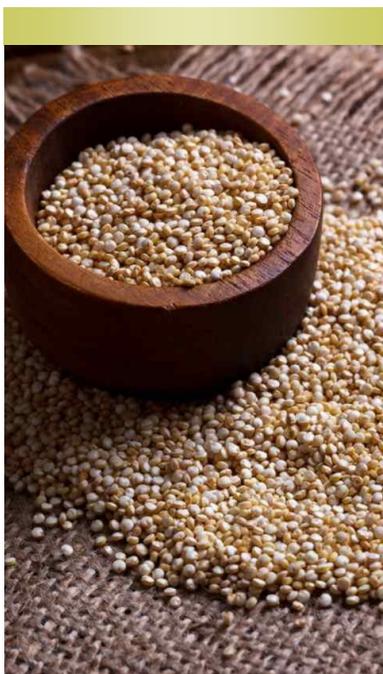
Los alimentos en primavera .....	2
El Guqin.....	5
Tai Luohan Qigong del espíritu .....	7
La Cronopuntura.....	10
La aguja flotante.....	14

### Edición

Diseño Gráfico: Juan Núñez

Revisión de textos: Andrea Takeda





## Alimentos para equilibrar tu energía en primavera

### De nuestro curso de Alimentación y Medicina China

Cada persona tiene una naturaleza la cual armoniza con una estación y es de gran ayuda terapéutica el considerar la elección de la alimentación como método de prevención y de ayuda junto a los tratamientos. Para los occidentales este es un concepto quizás nuevo o extraño. En la cultura china cada estación conlleva una energía especial, y también sus propios alimentos para mejorar esta energía. En primavera se escogen los alimentos frescos de la temporada para que esté en armonía con ella, de color verde.

**Durante la primavera es conveniente añadir comidas picantes y estimulantes lo que ayudará a sintonizar con la energía de esta temporada.** Comer más cebollas, puerros, cebollines, mostazas, dátiles, tofu, cilantro, hinojo, orégano, romero, laurel, menta, pimienta negra, jengibre, rábano picante, champiñones, zanahoria, arvejas, camote, espinacas, brotes de bambú, brotes de soja, de arveja y de jengibre, verduras de hoja verde. Pescado cocinado al vapor, almejas, cangrejo, trucha. Té de menta con miel y un

*Durante la primavera es conveniente añadir comidas picantes y estimulantes lo que ayudará a sintonizar con la energía de esta temporada.*



poquito de jugo de limón u hojas frescas de lemongrass, es la bebida de primavera perfecta. Prefiera los vegetales y los alimentos verdes ricos en clorofila que crecen con más abundancia en la primavera, ya que el verde es el color del elemento de madera.

### Método de cocción de los alimentos en primavera

Preferir cocción al vapor, salteado rápido a fuego alto. Evite los productos pesados, grasos, aceitosos, horneados, guisados. Reduzca los alimentos salados y amargos en general. Comer menos carne, huevos, semillas, nueces y sal. Evite comer en exceso. Comer más ligero para evitar el aumento del estancamiento y promover la circulación del Qi y la sangre.

La cultura de la alimentación de la medicina china, con una larga trayectoria, ha incorporado sin mayor problema alimentos de origen occidental, tales como el maíz, los tomates y muchos otros alimentos. Recientemente, dos nuevos alimentos tradicionales de las culturas de América del Sur han sido agregados a la nutrición tradicional de la MTCh, ellos son la Quinoa y la Maca. Estos dos alimentos han sido clasificados dentro de la terapia de alimentación y varias universidades de China han ejecutado estudios en su aplicación clínica, según la clasificación de los síndromes y meridianos. Para nosotros, en América del Sur, estos productos son muy conocidos y constituyen un patrimonio de nuestras culturas ancestrales.

**La Quinoa**, es considerada de naturaleza yang, temperada, actúa sobre los meridianos del Bazo y Riñón, por lo tanto el elemento tierra y agua.

**Acciones terapéuticas en términos de medicina tradicional china.** La Quinoa tiene una capacidad para tonificar el Qi y tonificar el yang. También ayuda a fortalecer todo el cuerpo, especialmente las funciones del yang del bazo y riñón. En general, los nuevos estudios médicos chinos citan que su sabor es agridulce y se considera que



tiene una naturaleza temperada que significa cálida, pero no demasiado. Su elemento es la tierra y tiene una energía que armoniza el Sanjiao.

**En occidente la Quinoa es considerada un “Súper Grano”.** En comparación con los granos, la quinoa tiene el mayor contenido de proteína. La quinoa tiene más calcio que la leche y es una muy buena fuente de hierro, fósforo, vitaminas B y vitamina E.

**La Maca**, es considerada de naturaleza yang caliente, actúa sobre los meridianos del bazo y riñón, por lo tanto el elemento tierra.

**Acciones terapéuticas en términos de medicina tradicional china.** La maca aumenta el Qi, nutre la sangre, tonifica el riñón, apoya el esencia (Jing) del riñón y armoniza el triple calentador. A grandes rasgos la maca se puede diferenciar en tres tipos de acuerdo a sus colores, que se describen como negro, amarillo y rojo. Según estudios realizados, sus características varían siendo la de color amarilla mejor para el tratamiento de síndromes de deficiencia de bazo, de hecho un estudio realizado en la Universidad de Beijing arrojó muy positivos resultados. A la maca roja se le atribuye una mejor acción en la nutrición de la sangre y la de color negro en la nutrición del yang del riñón.

Como en todas las medicinas la maca también se debe usar con el debido cuidado, y en la cantidad adecuada, en particular pueden aparecer algunos síntomas anómalos en personas que sufren de hipertensión. La maca es, generalmente, encontrada en polvo y se recomienda una cucharadita después de las comidas, cada persona debe poner atención a los efectos que produce en el tiempo, pero en general los efectos son muy beneficiosos para el mejoramiento energético.

**Estudios occidentales muestran buenos efectos en el uso medicinal para:** anemia, fatiga crónica, agotamiento suprarrenal, síntomas de la menopausia (sofocos, cambios de humor, sequedad vaginal y sudores nocturnos).

**Dentro de sus acciones clave se considera:** antioxidante, nutritivo, tónico, potenciador del sistema inmunológico, menstruaciones irregulares, afrodisiaco, infertilidad, bajo recuento de espermatozoides, disfunción eréctil, envejecimiento prematuro, depresión, desequilibrio hormonal femenino, agrandamiento de la próstata y trastornos hormonales femeninos.

## Historia y origen de la Maca

**La Maca (*Lepidium meyenii*),** también llamada ginseng andino o ayak chichira en quechua, es una planta originaria de los Andes centrales del Perú, especialmente de la región de Junín y Pasco, donde crece de manera silvestre y cultivada en altitudes extremas, entre los 3.500 y 4.500 metros sobre el nivel del mar.

### Historia y origen

**Uso ancestral:** La maca ha sido utilizada por los pueblos andinos desde hace al menos 2.000 años (algunos estudios arqueológicos sugieren incluso más de 3.000). Los antiguos pobladores la consumían como alimento básico y también como medicina natural.

**Época preincaica e incaica:** Se cultivaba como un tubérculo de alto valor nutricional en las duras condiciones del altiplano, donde pocos cultivos podían sobrevivir. Los incas la consideraban un alimento sagrado y energizante. Se usaba para aumentar la fertilidad en personas y animales, y también como ofrenda a los dioses de la tierra.

**Época colonial:** Los cronistas españoles del siglo XVI (como Cieza de León y Bernabé Cobo) mencionaron la maca, señalando que los indígenas la utilizaban para mejorar la resistencia física, la salud reproductiva y la vitalidad.

**Declive y resurgimiento:** Durante varios siglos, el consumo de maca quedó restringido casi exclusivamente a las comunidades altoandinas. Sin embargo, desde fines del siglo XX resurgió el interés mundial, debido a investigaciones que destacaron sus propiedades nutricionales y sus posibles beneficios sobre la energía, la resistencia y la función sexual.





## La estaciones y la filosofía del yin y yang

La filosofía del yin y yang se aplica a toda la cultura de China, de esta manera el Qi o energía vital varía de acuerdo con las cuatro estaciones del año. Durante el otoño e invierno la energía es de naturaleza yin y en la primavera y el verano son de naturaleza yang.

En la Primavera por ejemplo, nuestro sistema energético comienza a emerger hacia el exterior al igual que la naturaleza que nos rodea comienza a despertar dando los nuevos brotes verdes, nuestro organismo impulsa el Qi desde el interior hacia el exterior para nutrir nuestros músculos y tendones así, la energía que en el invierno fue dirigida hacia el interior para nutrir el interior, el Qi nutritivo y los órganos internos, en la primavera nuestra energía vital se dirige al exterior al nivel del Qi protector (Wei Qi).

En las antiguas prácticas taoístas de auto cultivo se utilizan estos principios en el trabajo energético y cultivo de la energía vital para la preservación de la salud. En la práctica del Qigong durante el verano por ejemplo se practican los ejercicios más

*En las antiguas prácticas taoístas de auto cultivo se utilizan estos principios en el trabajo energético y cultivo de la energía vital para la preservación de la salud.*



dinámicos con una orientación a la energía defensiva, el Wei Qi que es el nivel más superficial del Qi, esta capa de Qi depende de los meridianos tendino musculares, y los meridianos cutáneos, para circular adecuadamente.

De acuerdo con el clásico de Medicina Interna del Emperador Amarillo (Huangdi Neijing), el Wei Qi es responsable por la protección de nuestro organismo, durante la estación de la primavera y el verano es preferible practicar temprano en la mañana aprovechando el sol tibio y ojalá con poca ropa para así recibir mayor fuerza yang y así estimular la circulación del wei qi en los meridianos tendino musculares. En la práctica diaria se prefieren los movimientos más dinámicos, la respiración de tipo yang, los pasos de Luohan de energía yang y el Luohan de las 18 Palmas de Buda, son los métodos más recomendables.

**Luis Pedreros**  
Director Escuela Latinoamericana de Medicina China y Medicinas Complementarias





## Guqin el más antiguo instrumento de cuerda de la cultura china, aún en pleno uso.

El **Guqin** también llamado la **Citara China**, tiene sus orígenes en la antigua cultura china, su historia se remonta a más de 3000 años y representa la principal tradición de instrumentos musicales solistas de China. Descrito en fuentes literarias antiguas y corroborado por hallazgos arqueológicos, este antiguo instrumento es inseparable de la historia intelectual china. La interpretación del Guqin se desarrolló como una forma de arte de élite, practicada por nobles y eruditos en entornos íntimos, y por lo tanto, nunca estuvo destinada a la interpretación pública. Además, el Guqin era una de las cuatro artes junto con la caligrafía, la pintura y el Go una antigua forma de ajedrez, que se esperaba que dominaran los eruditos chinos. Según la tradición, se requerían veinte años de entrenamiento para alcanzar la maestría.

El **Guqin** tiene siete cuerdas y trece posiciones de afinación marcadas. Al colocar las cuerdas de diez maneras diferentes, los intérpretes pueden obtener un rango de cuatro octavas. Las tres técnicas básicas de interpretación se conocen como San (cuerda al aire), An (cuerda tapada) y Fan (armónicos). San se toca con la mano derecha y consiste en pulsar las cuerdas al aire, individualmente o en grupos, para producir sonidos fuertes y claros en las notas importantes. Para tocar el abanico, los dedos de la mano izquierda tocan ligeramente la cuerda en las posiciones determinadas por los marcadores incrustados, y la mano derecha puntea, produciendo un armónico ligero y flotante. También se toca con ambas manos, mientras la mano derecha puntea, el dedo de la izquierda presiona la cuerda con firmeza y puede deslizarse hacia otras notas o crear diversos adornos y vibratos.

El Guqin en sí mismo es rico en significado simbólico, al igual que su música, por ejemplo, se dice que la parte superior curva del Guqin representa el cielo; la parte inferior plana del instrumento representa la tierra. Dos agujeros en el panel inferior del Guqin permiten que el sonido se proyecte hasta cierto punto; estos se conocen como los estanques del "fénix" y del "dragón". Al igual que el cielo y la tierra, el fénix y el dragón son ideas opuestas pero complementarias. La influencia omnipresente de los conceptos confucianos/taoístas del yin (positivo, masculino, brillante) y el yang (negativo, femenino, oscuro), cuyo equilibrio es crucial en la cosmología china, es evidente en estas combinaciones. Estas ideas y otras similares se reflejan en la terminología utilizada para describir cómo se producen los sonidos en el Guqin.

La música Guqin es sutil y utiliza tres tipos básicos de sonidos con numerosos matices y un gran valor simbólico. Un tipo de sonido se produce al pulsar una cuerda con un dedo de la mano derecha, sin interferencia de la izquierda. Estos se conocen como sonidos sanyin (abiertos), que se dice que representan la tierra. Otro tipo de sonido es el sonido an cerrado o detenido. El intérprete presiona la cuerda contra el Guqin con un dedo de la mano izquierda mientras pulsa con la derecha, produciendo sonidos con tonos más agudos y un timbre ligeramente diferente al de los sonidos abiertos. Estos sonidos se llaman anyin o sonidos detenidos y simbolizan a las personas. Los sonidos producidos con los dedos de la mano izquierda tocando muy ligeramente las cuerdas en puntos específicos, conocidos como nodos, y la mano derecha pulsando, creando tonos etéreos agudos conocidos como armónicos, representan el cielo y se llaman thayin. Los humanos viven y actúan entre la tierra y el cielo, al igual que los sonidos de cuerdas detenidas se diferencian de los sonidos sanyin abiertos, terrosos, y los tonos etéreos thayin. La música del Guqin es tan distinta a la música occidental en significado y contenido sonoro que ofrece la oportunidad de reflexionar sobre qué es realmente la música.

### Fabricación del Guqin

Los materiales tradicionales que se utilizan en la fabricación del Guqin son:

**Madera:** La tapa superior suele hacerse de pino o catalpa, por su resonancia y la base inferior normalmente de catalpa o madera dura como zelkova, para dar estabilidad. Esta combinación busca equilibrio entre resonancia (yang) y firmeza (yin).

**Cuerdas:** Originalmente eran de seda torcida, enceradas para mayor durabilidad. Hoy en día, la mayoría de los Guqin usan cuerdas de nailon con entorchado metálico, que requieren menos mantenimiento.

**Laca:** Se emplea laca natural mezclada con polvos de cuerno, hueso o piedra. La laca no solo protege, también influye en la calidad del sonido.

El proceso de fabricación incluye:

**La selección de la madera** que debe secarse durante varios años (a veces 10 o más) para evitar deformaciones.

**El tallado de la tapa** en donde se ahueca suavemente para crear la cavidad resonante. **Tallado de la base** la cual se deja más plana y maciza.

**El ensamblaje** en que se unen tapa y base con pegamento natural.

**Las aberturas acústicas** en donde se tallan dos orificios en la parte posterior, llamados: Longchi (Estanque del Dragón) y Fengzhao (Pantano del Fénix) que representan el equilibrio entre yin y yang y permiten respirar al sonido.

**Aplicación de laca** en capas finas que se secan lentamente; este proceso puede durar meses.

**El pulido** en que se busca una superficie suave pero no totalmente lisa, ya que las micro imperfecciones influyen en el timbre.

**Colocación de los marcadores** que son 13 puntos incrustados con nácar o piedras, que marcan armónicos y posiciones.

**Montaje de cuerdas y afinación**, se colocan las 7 cuerdas y se ajustan los puentes móviles (yueshan en la parte delantera y longyin en la trasera).



## El Guqin

### La meditación, el taoísmo y la medicina china.

Desde sus inicios el Guqin fue considerado un instrumento sagrado, se le atribuyeron las cualidades de establecer la unión entre el cielo y la tierra, la cualidad de ayudar a elevar la conciencia del ser humano, desde su comienzos fue asociado con los rituales místicos y las tradiciones del Taoísmo y del Confucionismo, se cuenta que Confucio solía acompañar su charlas filosóficas con la música del Guqin, por otra parte los antiguos sabios Taoístas le atribuían al Guqin la cualidad de producir notas de armonía para la meditación en relación a los Ciclos de los Cinco Elementos, y la filosofía del Yin Yang. La historia china está impregnada de menciones del Guqin la meditación y la búsqueda espiritual. La música del Guqin también es usada como método de musico terapia tradicional y de acompañamiento de la terapia de medicina china.

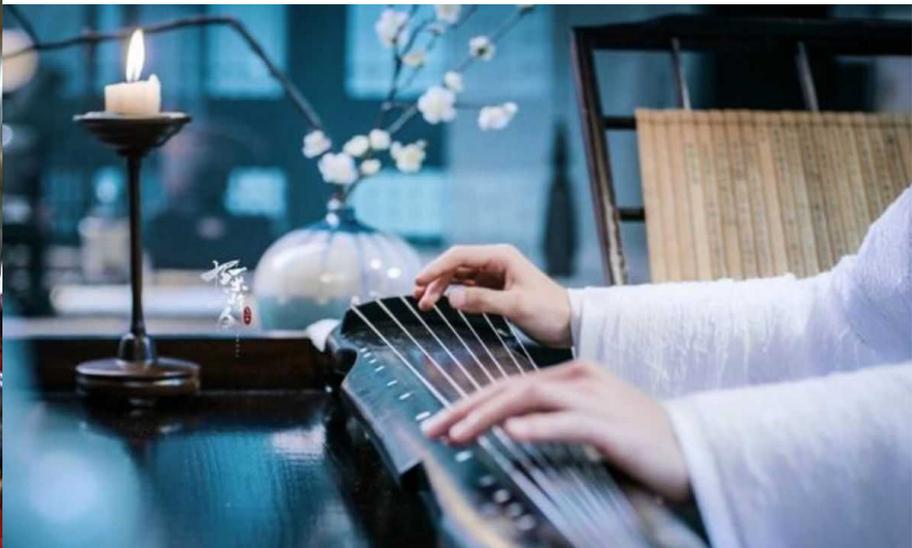
La música de este antiguo instrumento suele estar impregnada de referencias literarias, sugiriendo ideas más allá de los sonidos que el oyente idealmente podrá descubrir con solo escuchar la música del Guqin.

*Desde sus inicios el Guqin fue considerado un instrumento sagrado, se le atribuyeron las cualidades de establecer la unión entre el cielo y la tierra.*



El Guqin, con más de 3000 años de historia, fue declarado Patrimonio Intangible de la Humanidad por la Unesco, es uno de los instrumentos musicales de cuerda pulsada más antiguos de China y ha sido considerado "el instrumento de los santos" por los literatos chinos a lo largo de la historia. Como "representante del patrimonio oral e inmaterial de la humanidad", el Guqin aúna la esencia de la cultura china y no solo es la raíz de la cultura tradicional china, sino también un símbolo de la civilización china.

[Para ver la interpretación del Maestro Chen Leiji en YouTube](#)  
[Clicar acá](#)





## Tai Luohan Qigong del espíritu

El monje Budista Bodhidharma conocido para los chinos como Tamo llegó a China proveniente de la India en el siglo VI. Tamo, se instaló en el Templo Shaolin donde se dedicó a la enseñanza del Budismo dando origen al sistema de Budismo Chan que luego fue conocido en todo el mundo como Budismo Zen. Parte integral de las enseñanzas de Tamo incluyeron ejercicios para el mantenimiento de la salud de sus discípulos, posteriormente esta enseñanza dio origen al Kungfu de Shaolin.

### Shaolin Luohan Qigong

La historia cuenta que Tamo diseñó en un principio tres tipos de ejercicios, estos tres tipos de prácticas corresponden en medicina china a los tres niveles de trabajo del Qi o energía vital, estos tres niveles son el Qi Defensivo (Wei Qi), el Qi Nutritivo (Ying Qi), y el Qi esencial (Yuan Qi).

Según la historia del sistema de Luohan Qigong las tres formas diseñadas por Tamo fueron Las 18 Manos de Buda, El Xiao Luohan o Pequeño Buda, y el Tai Luohan o Gran Buda. Las 18 Palmas de Buda es un tipo de ejercicio que combina elongación muscular, respiración y concentración de la mente, esta forma es también conocida como Limpieza de Músculos y Tendones por sus efectos en mejorar la distribución del Qi en los músculos y principalmente en los Meridianos Tendino Musculares y Meridianos Cutáneos. Estos meridianos constituyen la primera capa energética también llamada Wei Qi o Qi Defensivo.

La segunda forma de Luohan Qigong, el Xiao Lohan o Pequeño Buda, también llamada Limpieza de la Sangre y Los Órganos Internos, esta forma trabaja principalmente la armonía del metabolismo, el sistema de los Zang Fu, el Ying Qi o energía nutritiva, segunda capa energética, en esta forma la práctica está dirigida a la acción del Sanjiao, sus movimientos son suaves y sinuosos imitando el diagrama del Taiji Tu o Diagrama del Yin Yang, la respiración juega un importante rol en ayudar a tonificar la energía vital y a la eliminación de factores patógenos internos como el viento, frío calor humedad etc.

### El Tai Luohan o Gran Buda

La tercera forma que diseñó Tamo fue un conjunto de ejercicios internos que incluyen movimientos muy simples y relajados, acompañados de respiración y meditación, esta forma es conocida como Tai Luohan o Gran Buda, sus efectos terapéuticos están



## El Yuan Shen o espíritu original

El Yuan Shen, que suele traducirse como espíritu original o espíritu esencial, es un concepto central en la filosofía china, el taoísmo y la medicina tradicional china (MTC), con profundas conexiones con la práctica espiritual y energética.

### Etimología y significado

Yuan: origen, principio, raíz, lo primordial. Shen: espíritu, conciencia, divinidad, lo sutil que anima la vida. Por lo tanto, Yuan Shen es el espíritu primigenio, la chispa original de conciencia que precede a la mente ordinaria y a las emociones.

### En la cosmología taoísta

Se entiende como la luz de la conciencia que proviene directamente del Dao. Es anterior a la diferenciación de la mente (Yi), las emociones (Qing) y las almas corporales (Hun y Po). Es puro, inmutable y no condicionado. Representa la parte inmortal y eterna del ser humano, aquella que no se ve afectada por los vaivenes del cuerpo o de la mente.

### En medicina tradicional china (MTC)

El Shen en general se aloja en el Corazón (Xin) y se manifiesta en la claridad de la mente, la mirada y la vitalidad. El Yuan Shen, en cambio, no se limita al corazón ni a la fisiología, es la raíz de todos los shen (los aspectos espirituales vinculados a cada órgano). Se lo relaciona con el Yuan Qi o energía primordial, que proviene del Cielo Anterior (la fuerza vital heredada de los padres y del cosmos). En este marco, el Yuan Shen es como el director invisible que armoniza las múltiples funciones espirituales de los órganos.

### En prácticas espirituales (qigong, neidan, meditación).

El cultivo interno busca reconocer, nutrir y regresar al Yuan Shen, es decir, reconectar con la conciencia pura y no fragmentada. Meditar, aquietar la mente y refinar la energía permiten que el practicante distinga entre el Shi Shen espíritu adquirido, ligado a pensamientos, percepciones y condicionamientos y el Yuan Shen espíritu original, silencioso, luminoso, raíz de la auténtica percepción.

En Neidan (alquimia interna) se habla de "Retornar al Yuan Shen" como meta de la práctica, es decir, regresar al origen, unir la conciencia individual con el Dao.



## La mente original o bēn xīn en el Budismo

La Mente Original (bēn xīn) en las tradiciones orientales (budismo, taoísmo, confucianismo) se refiere a la naturaleza esencial de la mente, antes de ser perturbada por emociones, pensamientos y condicionamientos.

**Budismo Mahāyāna:** La mente original es la Naturaleza de Buda (Fóxing), pura, luminosa, vacía y compasiva. No se crea ni se destruye.

**Chan y Zen:** Se expresa como la mente “tal cual es”, libre de dualidades, donde sujeto y objeto no están separados.

**Neiye (entrenamiento interior taoísta):** Habla de una mente que debe aquietarse para resonar con el Dao.

**Confucianismo (Mencio):** También se asocia a la bondad innata del ser humano, que debe cultivarse.

En todas, la mente original es algo previo a la confusión, lo más auténtico y claro del ser.

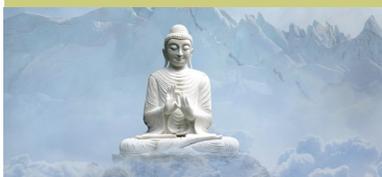
### La Meditación y su relación con la mente original.

La práctica meditativa busca despejar los velos que cubren la mente original. En el Budismo Chan se practica Śamatha (zhǐchán) calma mental, estabilidad atencional y Vipassanā (guānchán) visión penetrante de la realidad, para ver la vacuidad y la interdependencia. A través de estas, se revela la Naturaleza de Buda.

En Budismo Zen se practica el Zazen que no busca alcanzar algo, sino sentarse en la mente original tal como es. Ver la propia naturaleza para despertar.

En el taoísmo están las meditaciones de la quietud (jingzuo) para “retornar a la raíz”, limpiar la mente y unirse al Dao. Aquí la mente original es como un espejo claro que refleja sin apego.

En resumen la mente original es la conciencia pura, clara y no condicionada. La meditación no la crea, sino que remueve las capas que la oscurecen, como limpiar un espejo.



## Tai Luohan Qigong del espíritu

dirigidos a limpieza del Mar de la Médula, que según la medicina tradicional china es responsable por el sistema nervioso, promueve la circulación del Yuan Qi o Energía Esencial. El Qigong del Tai Luohan regula el Yuan Shen o Espíritu Esencial, tercera capa energética que corresponde al yin y yang de las emociones, la cinco almas y siete pasiones de la medicina china, al sistema nervioso y la salud del espíritu.

El Tai Luohan está formado por 18 Posturas llamadas 18 Budas Meditativos y meditaciones similares al Zazen, la meditación de sentarse tranquilamente del Budismo Zen Japonés, recordemos que el Zen se originó del Budismo Chan de China.

El sistema del Tai Luohan incluye la filosofía de la práctica del Budismo Chan creado por el Monje Tamo en el templo Shaolin, la leyenda nos cuenta que fue Tamo quien creó estos ejercicios con la idea de ayudar a sus discípulos a preparar su mente y cuerpo para la meditación sentado que hoy se conoce como Zazen.

En el Tai Luohan se da mayor importancia a la meditación, los movimientos y la respiración apoyan la práctica, los distintos ejercicios del Tai Luohan se concentran en el recorrido de los meridianos extraordinarios llamados también meridianos psíquicos y la energía de los cuatro mares, que en la medicina tradicional china son los depósitos de energía esencial desde donde se nutren los meridianos de la acupuntura.

El Tai Luohan es el Qigong del Yuan Shen la Energía del Espíritu, la práctica utiliza 18 posturas o ejercicios meditativos que se ejecutan generalmente en posición sentado o de pie, lo que hace que el sistema sea accesible para toda persona

sin importar su nivel ni estado físico, además se practican meditaciones de acuerdo a la teoría de transmutación energética de los cinco elementos de la medicina tradicional china.

La práctica del Tai Luohan Qigong potencia la concentración mental y el estado de mindfulness, un estado esencial en la práctica de la meditación del Budismo Chan.

El mindfulness consiste en prestar atención desapasionada y el dejar ir los pensamientos y la emociones, las sensaciones corporales y al ambiente de alrededor. La atención se enfoca en estar tranquilo y en el presente, lo que se percibe, sin preocuparse por los problemas, por sus causas y consecuencias, ni buscar soluciones. Esta práctica está basada en el ejercicio de la meditación del vacío o desapego de la filosofía del budismo y una tradición desarrollada en originalmente en el Templo Shaolin.

El Tai Luohan es la forma más interna del Sistema Luohan Qigong, sus principales beneficios están asociados con la relajación de la mente, y promover un estado de contemplación consiente de la realidad, las distintas meditaciones promueven también la salud del espíritu utilizando la meditación para transmutación energética de las emociones y sus efectos en la salud del espíritu.

La práctica de Qigong de Los 18 Budas del Tai Luohan, se puede realizar como una forma completa con los ejercicios y meditaciones o practicar solo algunos ejercicios como una efectiva sesión de terapia de relajación y tranquilidad del espíritu. Esta manera es más sencilla y utiliza solo algunos ejercicios de los 18 Budas del Tai Luohan, agregando una meditación. Cualquiera de las dos



maneras que se utilice en la práctica del Tai Luohan Qigong resulta altamente efectiva y de gran ayuda como herramienta para el control del estrés de la vida moderna, el bienestar del espíritu y el cultivo de los principios de la filosofía tradicional china. El Qigong de Tai Luohan es fácil de aprender y es accesible para cualquier persona sin importar su entrenamiento previo en Qigong.

#### La teoría de los cuatro mares.

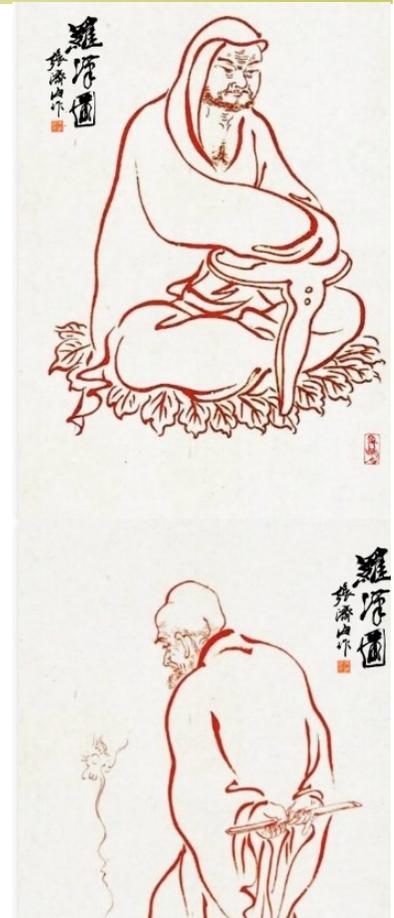
De acuerdo con la teoría de la medicina tradicional taoísta, los cuatro mares son centros de la energía original (Yuan Qi) desde estos centros emerge la energía que nutre los meridianos. Los cuatro mares dividen el cuerpo en cuatro sistemas: mar de la sangre, mar de los alimentos y agua, mar del Qi o energía vital y mar de la médula o el sistema nervioso.

nutrición y la digestión, sus síntomas se presentan comúnmente como dolor o pesadez, sensación de vacío o frío del área, acompañados con mala función de la digestión.

El mar del Qi o energía vital influye en los niveles de energía, el exceso causa sensación de calor e hinchazón del área del pecho. Su deficiencia causa fatiga y fallas de la respiración, cansancio y frío.

El mar de la médula está ubicado en la cabeza y se refiere al cerebro, influencia el sistema nervioso, la salud mental y del espíritu, de acuerdo con la teoría de la medicina taoísta, el mar de la médula está relacionado con la energía del riñón en el control de la vitalidad del yin y yang, regulación de la tranquilidad que aporta el yin, el agua y de la vitalidad del espíritu que aporte el fuego yang.

Los cuatro mares están relacionados con la energía Yuan Esencial llamada Yuan



*De acuerdo con la teoría de la medicina tradicional taoísta, los cuatro mares son centros de la energía original y desde estos centros emerge la energía que nutre los meridianos.*

Cada uno de los cuatro mares está asociado con grupos de puntos de acupuntura usados para el tratamiento de las patologías relacionadas.

El mar de la sangre influye el flujo sanguíneo; el exceso puede causar sensación de calor, picazón del área, o agotamiento por falta de circulación sanguínea, los síntomas se manifiestan principalmente en el área de los órganos reproductivos.

El mar de los alimentos y el agua está ubicado alrededor del ombligo y tiene una influencia en la función de la

Shen o Espíritu Esencial estas funciones son relacionadas a la salud del espíritu y la relajación.



## Tienda digital de insumos para Acupuntura CRUZ DEL SUR

Máquinas de electroacupuntura, agujas, chinchetas, semillas, moxa, lámpara de calor, ventosas, cajas de moxa, posters de meridianos y más.



www.medicinascomplementariascruzdelsurspa.cl



## La Cronopuntura

### Introducción y fundamentos filosóficos

La cronopuntura es una disciplina avanzada dentro de la medicina china, que sistematiza la selección de puntos de acupuntura basándose en los ritmos biológicos circadianos, circanuales y las cualidades energéticas específicas del tiempo, calculadas mediante el sistema Gānzhī de Troncos Celestiales y Ramas Terrestres. Su objetivo es sincronizar la intervención terapéutica con los momentos de máxima actividad y apertura de canales, optimizando la regulación del Qi y la Sangre (Xue) para maximizar la eficiencia y el resultado terapéutico.

La cronopuntura se fundamenta en la observación sistemática que revela cómo la salud humana está intrínsecamente ligada a los ciclos de la naturaleza, lo que refleja el concepto holístico de la MTC. El flujo de Qi y Xue está estrechamente relacionado con los cambios en la luz, la temperatura y el clima a lo largo del día, los meses y las estaciones. Al alinear las intervenciones terapéuticas con estos ritmos naturales, estas técnicas buscan restaurar la armonía y el equilibrio dinámico del cuerpo.

**Los dos esquemas de cronopuntura más usados son:**

**Ziwu Liuzhu** que organiza la intervención considerando el ciclo diario de 12 horas dobles (shi chen) y combinaciones día y

hora para “abrir” puntos del meridiano más accesible.

**Lingui Bafa** que utiliza el cálculo ganzhi (troncos celestes y ramas terrestres) y la numerología del Bagua para determinar la apertura de los Ocho Puntos Confluentes (Bamai Jiaohuixue), que controlan los Ocho meridianos extraordinarios mediante sus puntos confluentes.

### Holismo, Dao y Yijing.

Desde tiempos ancestrales, la observación sistemática en China reconoció la conexión entre los seres humanos y el universo que nos rodea y del que somos parte indivisible. Estas ideas aparecen en los textos más antiguos de los que se tiene registro y seguramente se venían transmitiendo oralmente durante siglos antes. Con el tiempo se articularon en corrientes filosóficas sólidas como el daoísmo y la escuela yin yang. Posteriormente fundamentaron la medicina china, la ingeniería, la arquitectura y el feng shui, así como las astro ciencias y los sistemas de cálculos del tiempo.

Los cambios que ocurren en la naturaleza nos afectan a los seres humanos, y a su vez, los cambios que nos ocurren afectan la naturaleza que nos rodea y afecta al resto de las personas. Estamos en constante interacción y somos parte de la dinámica





de la naturaleza. La idea de “Holismo” es justamente eso: la realidad entera es un sistema interconectado donde todo se influye mutuamente, incluyendo al ser humano como componente inseparable de la naturaleza.

Con los siglos de observación y registros, fueron comprendiendo que algunos cambios son cíclicos y siguen patrones reconocibles, mientras que otros son esporádicos. La salud y el desarrollo de las personas sigue estos ritmos naturales y se ven profundamente afectados por la interacción con el entorno.

Estas ideas fundamentales se encuentran incorporadas en los conceptos del Dao, el Yin Yang y el Wuxing. El Dao representa el universo en su totalidad: la realidad última, la naturaleza que todo lo abarca y de la cual nosotros formamos parte. Resulta difícil de definir, ya que carece de identidad, forma, creador, principio o fin.

de tres líneas) que constituye el Ba Gua. Al combinar estos trigramas entre sí, se forman hexagramas, compuestos por seis líneas que conforma el Yijing o I Ching.

En medicina china, la comprensión del Ba Gua y del I Ching resulta fundamental para la cronopuntura, ya que proporciona el marco conceptual necesario para interpretar las interacciones y transformaciones que experimenta una persona, sea sana o enferma, en un momento específico del calendario luni-solar. Esta interpretación permite sincronizar la selección de puntos de acupuntura con los ciclos energéticos predominantes, tanto diarios como estacionales. Esta comprensión sustenta los métodos avanzados como el ziwu liuzhu y el ling gui ba fa, al ofrecer una comprensión profunda de la naturaleza dinámica del cambio.



*Los cambios que ocurren en la naturaleza nos afectan a los seres humanos y a su vez, los cambios que nos ocurren afectan la naturaleza que nos rodea y afecta al resto de las personas.*

Esta realidad se manifiesta a través de ciclos continuos de transformación, como el ciclo diario de la luz y la oscuridad. En la medianoche prevalece la oscuridad total (Tai Yin). Al amanecer, el Yang comienza a ascender mientras el Yin declina (Shao Yang). El mediodía representa la plenitud de la luz (Tai Yang), y en el atardecer, el Yin crece mientras el Yang decrece (Shao Yin). Este mismo patrón cíclico se repite anualmente a través de las estaciones: invierno, primavera, verano y otoño.

Esta dinámica de transformación se representa en los textos mediante líneas continuas (Yang) y quebradas (Yin), que simbolizan los cambios graduales entre estos dos aspectos complementarios. Al proyectar estas subdivisiones, llegamos a la formación de los trigramas (conjuntos

#### **Ciclos Circadianos, Huangdi Neijing y control del tiempo.**

El Huangdi Neijing o Clásico de Medicina del Emperador Amarillo, escrito hace más de 2500 años, es un texto fundacional de la medicina tradicional china que sistematiza su filosofía, teoría y práctica. Entre sus contribuciones más relevantes se encuentra el estudio de los ritmos circadianos y su influencia en la fisiología humana. El Neijing detalla cómo la salud y la enfermedad están influidas por estos ciclos, tanto internos como externos, y cómo el envejecimiento mismo puede entenderse desde esta perspectiva rítmica.

Así, explica cómo nuestro cuerpo está íntimamente conectado con los ciclos de





## Nuestras sedes y clínicas de Acupuntura en Chile

### Providencia

Providencia 2330, 4to piso, Dpto. 41  
Fono: +569 7744 4757

### Rancagua

Calle 29, Casa 504, Población Manzanal.  
Fono: +56 9 95692941  
Email: juan@medicinachina.cl

### Valparaíso

3 y 1/2 Oriente 1204  
Fono: +56 9 55301295  
Email: info@mediqi.cl

### Melipilla

Yecora 132, entre Egaña y Alcalde.  
Fono: +56 9 81532299

### Viña del Mar

7 norte 645, oficina 205.  
Edificio Centro Libertad.  
Fono: +569 3421 6036  
www.medicinachinavalpo.cl  
Email:  
secretaria.elamtchvina@gmail.com

### Puerto Montt

Skoruppa 875  
Fono: +56 9 83625362  
Email: crfsakura@gmail.com

### Valdivia

Avenida Simpson 986  
Fono: +56 9 98367815  
Email: luuvian@gmail.com

## La Cronopuntura

la naturaleza y que comprender estos ciclos es esencial para promover la salud y el equilibrio. Al prestar atención a estos ciclos, las personas pueden optimizar su salud y bienestar al alinearse con los ritmos naturales de la vida y la naturaleza.

### Vietnam y la preservación de la cronopuntura

Mientras China continental experimentó intensas modernizaciones entre 1911 y 1949, incluyendo una famosa resolución abolicionista en 1929 que interrumpió significativamente la transmisión de las técnicas temporales, Vietnam mantuvo una cadena de formación, práctica y publicación en medicina tradicional notablemente más continua. Este flujo ininterrumpido se vio favorecido por la existencia de universidades y hospitales nacionales dedicados a la medicina tradicional, lo que permitió una transmisión estable de los conocimientos astronómico-calendáricos y las técnicas de tiempo terapéutico. La tradición médico-literaria vietnamita, con figuras históricas como Tue Tinh (siglo XIV) y Le Huu Trac (siglo XVIII)

como pilares fundamentales, integró desde sus inicios el cómputo ganzi y las artes del calendario.

Durante los siglos XX y hasta hoy, esta continuidad se ha reflejado en la constante edición y enseñanza de manuales y materiales docentes sobre métodos de puntura temporal, como el Tý Ngọ Lưu Trú (Ziwu Liuzhu) y el Linh Quy Bát Pháp (Linggui Bafa).

De este modo, Vietnam no solo preservó la cronopuntura, sino que la consolidó como una pieza relevante dentro de su práctica clínica actual. Hoy nos ofrece un referente invaluable para el estudio del cálculo ganzi, los shi chen y la selección de puntos abiertos de los meridianos extraordinarios, manteniendo viva una tradición que en otros contextos sufrió rupturas históricas críticas.

### Hugo Cisternas

Profesor Escuela Latinoamericana Medicina China y Medicinas Complementarias.





## Medicina Tradicional China y Pediatría

### ¿Qué es la Medicina Tradicional China Pediátrica?

La pediatría de la medicina tradicional china es una ciencia médica que estudia el crecimiento y desarrollo, la fisiología y patología, la alimentación y el cuidado de la salud de los niños desde el feto hasta la adolescencia, así como la prevención y el tratamiento de diversas enfermedades, guiada por el sistema teórico de la medicina tradicional china y utilizando la acupuntura, el masaje y otros métodos de tratamiento.

16 en los niños. Por lo tanto, durante la infancia, sus órganos internos son delicados y su estado físico y mental aún no está plenamente desarrollados. Además, esta delicadeza es más pronunciada en los niños más pequeños.

### ¿Cuáles son las enfermedades comunes en pediatría de la medicina tradicional china?

**Enfermedades neonatales:** ictericia neonatal, neumonía neonatal, tortícolis muscular, etc.

**Enfermedades epidémicas:** varicela,



*La pediatría de la medicina tradicional china se basa en miles de años de experiencia en el cuidado infantil y con el tiempo ha ido desarrollando gradualmente sus propios sistemas teóricos y prácticos.*

Desde la concepción y el nacimiento hasta la adolescencia, los niños se encuentran en un proceso continuo de crecimiento y desarrollo. Este crecimiento y desarrollo se ve influenciado principalmente por factores congénitos y adquiridos. Los factores congénitos se relacionan con la raza, los padres y las condiciones prenatales; los factores adquiridos se relacionan con las condiciones sociales, el clima, la geografía, la nutrición, las rutinas diarias, el ejercicio, las enfermedades y la medicación.

El crecimiento y desarrollo infantil es un crecimiento simultáneo tanto físico como espiritual. Comprender los patrones de crecimiento y desarrollo infantil es crucial para orientar la atención médica infantil y para el diagnóstico y tratamiento de ciertas enfermedades.

Al nacer sus órganos internos están formados, pero no completamente fuertes. Dependen del Qi, yin y yang primordial innato para su crecimiento y desarrollo, y del Qi yin y yang adquirido para su nutrición. No alcanzan la madurez completa hasta alrededor de los 14 años en el caso de las niñas y los

enfermedad de manos, pies y boca, enfermedad de Kawasaki, etc.

**Enfermedades pulmonares:** infecciones respiratorias recurrentes, resfriados, fiebre, tos, neumonía, asma, alergias nasales, etc.

**Enfermedades gastro intestinales:** indigestión, anorexia, desnutrición, estreñimiento, dolor abdominal, diarrea, úlceras en la boca, etc.

**Enfermedades cardiovasculares y hepáticas:** llanto nocturno, sudoración, convulsiones, epilepsia, etc.;

**Enfermedades renales:** enuresis, infección del tracto urinario, edemas en niños (nefritis, síndrome nefrótico), retraso de la pubertad, pubertad precoz, enanismo, etc.

**Otras incluyen:** TDAH, trastornos de tics, miopía, enfermedades de la columna vertebral (como escoliosis), artritis idiopática y la identificación y el cuidado de las constituciones de los niños mediante la medicina china.

*Profesora Prabhu Jatz Pedemonte.  
Departamento de Masaje Tradicional Chino Tuina*





## Punción subcutánea de Fu para el dolor de la osteoartritis de rodilla

La punción subcutánea de Fu (FSN) es una nueva técnica de acupuntura y punción seca basada en la medicina tradicional china. Produce rápidamente efectos duraderos en lesiones de tejidos blandos, particularmente en afecciones musculoesqueléticas dolorosas, al proporcionar estimulación principalmente en el área subcutánea.

La osteoartritis (OA) es la enfermedad articular más común en adultos en todo el mundo y a menudo se acompaña de un síndrome doloroso de cambios estructurales en las articulaciones periféricas de la rodilla. Sin embargo, la etiología del dolor de OA no se comprende completamente, aunque los puntos gatillo miofasciales (MTrPs) se encuentran comúnmente en los músculos de las extremidades inferiores (los llamados "músculos tenso") de los pacientes con OA de rodilla.

FSN se ha utilizado en muchos campos para el tratamiento de problemas de dolor agudo y puede aliviar la contracción muscular de MTrPs, mejorando así la circulación local. Este estudio reclutó pacientes con dolor de OA de rodilla en un grupo FSN o un grupo de estimulación nerviosa eléctrica transcutánea (TENS) con tres sesiones de tratamiento y un seguimiento en el transcurso de 2 semanas. Los resultados mostraron que la FSN fue efectiva en el tratamiento del dolor de tejidos blandos alrededor de la rodilla con OA.

[Para leer el artículo completo cliquea acá.](#)



## Clases magistrales en la técnica de la Aguja Flotante con profesores de China

La punción subcutánea de Fu (FSN) se está consolidando en Latinoamérica, al otro lado del Pacífico.

La punción subcutánea de Fu (FSN) se realiza puncionando la fascia subcutánea. Ofrece un alto perfil de seguridad y demuestra una rápida respuesta terapéutica, especialmente en el manejo del dolor, lo que mejora significativamente la eficacia del tratamiento. Este método merece un mayor reconocimiento y aplicación en la práctica clínica.

**Del 28 al 29 de junio de 2025, se impartió con éxito en Santiago de Chile el primer curso de capacitación sobre punción subcutánea de Fu en Sudamérica.** El profesor Fu Zhonghua, inventor de la FSN, viajó desde Los Ángeles, EE. UU. a Santiago para ofrecer demostraciones y orientación in situ. La capacitación se impartió mediante instrucción bilingüe en inglés y español, con un fuerte énfasis en la formación práctica y el coaching personalizado. Atrajo a más de 30 participantes, principalmente de la Escuela Latinoamericana de Medicina Tradicional China de Chile. Algunos asistentes viajaron dos horas desde regiones cercanas para asistir, mientras que tres participantes de Canadá y España se unieron vía Zoom, participando activamente en los debates y formulando preguntas durante la sesión.

Para mejorar la comunicación, el profesor Fu Zhonghua me autorizó a impartir la conferencia principalmente en inglés con la traducción directa del Profesor Luis Pedreros director de la escuela. En esta oportunidad ofrecí a los participantes una descripción general de la punción subcutánea (FSN) de Fu, incluyendo su invención y desarrollo, sus

características clave y una comparación entre la FSN y las técnicas tradicionales de acupuntura. Este conocimiento fundamental ayudó a establecer una comprensión básica de la FSN entre los asistentes. Posteriormente, el profesor Fu invitó a voluntarios del público con dolor a subir al escenario para sesiones de demostración en vivo. Realizó todo el procedimiento de la FSN, incluyendo la inserción de la aguja, las técnicas de barrido y las actividades de reperfusión, en estos voluntarios.

La respuesta terapéutica inmediata de los participantes tratados inspiró enormemente al público y despertó un gran interés en aprender sobre la FSN. Tras la demostración, profundicé en la estructura de las agujas y los insertadores de agujas de la FSN. Expliqué cómo colocar la aguja, sujetar el insertador y coordinar ambas manos para una inserción suave y precisa de la aguja en el músculo afectado. También detallé los puntos clave de la técnica de barrido y los principios y fundamentos operativos de las actividades de reperfusión. Los participantes se formaron en parejas para practicar entre sí. Tanto el profesor Fu como yo proporcionamos orientación práctica a cada asistente, asegurándonos de que todos pudieran dominar preliminarmente las técnicas esenciales y realizar la inserción de la aguja de forma segura y eficaz.

El segundo día de la capacitación, el enfoque se centró en afecciones comunes como la rigidez cervical, la espondilosis cervical y el hombro congelado. Para ayudar a los principiantes en FSN a adquirir confianza rápidamente e iniciar el tratamiento, la instrucción se estructuró en torno a la demostración de puntos de punción





generales y técnicas de reperforación según las diferentes regiones corporales, seguidas de ubicaciones de punción y procedimientos de reperforación específicos para cada afección. Este enfoque animó a los participantes a aplicar con confianza la FSN en su práctica clínica después de la capacitación.

La conferencia se intercaló con demostraciones en vivo. Se invitó a voluntarios en formación con afecciones relacionadas a actuar como pacientes, mientras que otros participantes se turnaron para realizar los procedimientos bajo la guía de los

similares, además de contar con sus propias comunidades de pacientes. Tras experimentar y presenciar personalmente los efectos terapéuticos inmediatos de la punción subcutánea de Fu (FSN), los participantes mostraron un gran entusiasmo por aprender la técnica.

Como curso introductorio, el profesor Fu enfatizó que el enfoque estaba en animar a los participantes a practicar habilidades prácticas y garantizar que cada asistente tuviera la oportunidad de realizar personalmente cada paso del procedimiento. Solo al dominar el proceso completo de la operación de FSN, los participantes pueden adquirir



## *La punción subcutánea de Fu (FSN) se está consolidando en Latinoamérica, al otro lado del Pacífico.*

instructores. Cada paso se practicó repetidamente, desde la localización y desinfección de los puntos de punción, la sujeción del insertador de la aguja, el control del ángulo de inserción, la manipulación de barrido y la realización de actividades de reperforación, lo que garantizó un refuerzo práctico de todo el proceso.

### **CURSO EN SAO PAULO BRASIL**

Del 5 al 6 de julio de 2025, se impartió con éxito el primer curso de iniciación en punción subcutánea (FSN) de Fu en São Paulo, Brasil. Esto fue posible gracias a la coordinación y organización del profesor Walter Galvão, de la Escuela UNIMAIS de São Paulo. La capacitación en São Paulo siguió el formato implementado previamente en Santiago de Chile, priorizando la práctica directa y el coaching personalizado. Asistieron a la sesión 24 participantes de diversas trayectorias profesionales, incluyendo fisioterapeutas, acupunturistas, psicólogos y farmacéuticos. La mayoría de ellos ya contaban con experiencia en acupuntura, auriculoterapia y técnicas

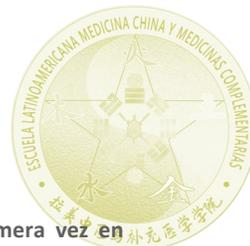
mayor confianza para aplicar la técnica más ampliamente en su práctica clínica.

Después de la capacitación, recibí gradualmente comentarios de varios participantes que lograron resultados satisfactorios utilizando FSN en sus propios pacientes. Poder aplicar lo aprendido marca un comienzo muy positivo. **¡En este viaje de exploración por Sudamérica hemos sembrado con éxito la semilla de la punción subcutánea de Fu al otro lado del Pacífico!** Considerando el ambiente amigable de la acupuntura en Chile, confío plenamente en el futuro desarrollo y la aplicación clínica más amplia de FSN en Chile.

El profesor Fu Zhonghua y yo personalmente queremos dar las gracias al profesor Luis Pedreros y su equipo de La Escuela Latinoamericana de Medicina China por su esfuerzo, colaboración y gran eficiencia en la organización de los cursos en Chile y Sao Paulo.

*Doctor Lu Dejian Hospital de Macao, China.*





## Seminarios intensivo Acupuntura de la Aguja Flotante



El pasado 28 y 29 de junio se realizó en Santiago de Chile, por primera vez en Latinoamérica, el seminario de Acupuntura de la Aguja Flotante. La Escuela Latinoamericana de Medicina China y Medicinas Complementarias tuvo el privilegio de contar con la presencia del Maestro Dr. Fu Zhonghua y el Prof. Dr. Lu Dejian quienes desde China compartieron esta nueva técnica a un grupo importante de terapeutas, personal relacionado con la salud y estudiantes de Medicina Tradicional China quienes pudimos conocer, profundizar y llevar a la práctica.

La Acupuntura de la Aguja Flotante (Fu's Subcutaneous Needling, FSN) es una técnica de acupuntura moderna desarrollada en China a fines de los años 90 por el Dr. Fu Zhonghua. Su teoría combina fundamentos de la Medicina Tradicional China con conceptos de la medicina moderna sobre la fascia y el dolor miofascial.

La inserción de la aguja no busca penetrar músculos ni meridianos profundos, sino trabajar en el tejido subcutáneo, fascia superficial. Se le llama Flotante porque la aguja se mueve libremente bajo la piel, sin atravesar estructuras profundas, lo que genera

*Esta experiencia ubica a la nuestra escuela como pionera en Latinoamérica y referente en educación continua e innovación.*



menos riesgo y más comodidad en la práctica clínica.

La técnica busca una mejoría rápida del dolor y la movilidad. Se ejecuta un movimiento de barrido en abanico o movimiento suave, estimulando la fascia y relajando los músculos afectados. Aunque es una técnica moderna, se interpreta también desde la visión de desbloquear el flujo de Qi y Xue en los canales, liberar estancamientos y armonizar el equilibrio funcional del cuerpo.

Esta experiencia ubica a la Escuela Latinoamericana de Medicina China y Medicinas Complementarias como pionera en Latinoamérica y referente en educación continua e innovación.

**Sin lugar a duda esta experiencia enriquece nuestras herramientas como terapeutas y fortalece el objetivo de ayudar a los pacientes que recurren a nosotros.**

*Cristian Mansilla Pezo, Terapeuta Acupuntor.*

*Escuela Latinoamericana de Medicina China y Medicinas Complementarias Sede Santiago.*





## Viña del Mar: Nuestro año 2025

Ya es septiembre, y se asoma la primavera, portando la luz, dejando atrás ese impulso de acurrucarnos y verternos en nosotros mismos, para ahora abrir nuestro ser hacia el exterior. En Chile, ya llegan la primavera y las fiestas patrias, momento de celebración, de descanso y un alto en el camino antes del asalto final al último tramo de fin de año.

En la sede de Viña del Mar, sentimos que es justo apreciar este año con satisfacción, por los avances de nuestro alumnado, gracias a nuestros profesores y terapeutas en Campo Clínico, quienes además contribuyen con su trabajo y entrega al bienestar de la comunidad. La generación 2025 ya está próxima a terminar su módulo I y comenzamos a despedir a las generaciones 2021 y 2022, quienes ya han comenzado a rendir sus procesos de acreditación MINSAL. Con satisfacción, constatamos que, gracias al compromiso estudiantil y docente, tenemos baja tasa de retiros y de reprobaciones, con un 100% de aprobaciones en dicha acreditación. Miramos hacia el primer semestre, recordamos la participación de alumnos de Tuina y de Formación de acupuntura en el Seminario de Aguja Flotante, el término de la Formación Módulos III y IV y el comienzo de cierre de formación teórica y práctica. Nuestra querida profesora Prabhu, culminó el primer trimestre el curso de Tuina Viña 2025, en una actividad que concitó alto interés y alegría entre quienes participaron: ¡éxito en su examen!

También participamos como sede en la Graduación de Julio 2025. En agosto comenzaron a rendir sus evaluaciones MINSAL, de los cuales quienes ya lo han rendido han obtenido 100% aprobación. Compartimos su alegría por su logro y nos satisface el sentir que hemos sido parte de sus vidas, contribuyendo con enseñanzas, experiencia e inquietudes nuevas a su proceso formativo, ¡¡Felicitaciones colegas!!

El año sigue avanzando y es un gran momento para agradecer al equipo docente y a nuestros terapeutas: **Gonzalo, Vanessa, Michael, Prabhu, Cecilia, Isabel, Lorena, Paula y Felipe**, gracias a ustedes construimos día a día, pues su trabajo, compromiso y fe en nuestro proyecto educativo es lo que nos mueve para seguir creciendo. Nuestro equipo administrativo es también una pieza clave en nuestros logros y para el funcionamiento de todas las semanas: **Paula y Camila**, ¡Muchas gracias!

Con el despertar de los insectos y el florecimiento de los árboles esperamos tener buenas nuevas para el Boletín de Verano. Próximamente en la sede de Viña se reactivará el área de continuidad de estudios con talleres y cursos cortos, además de la reactivación de Tai Chi y Qi Gong para público general y alumnos que deseen continuar practicando.

Llega el noveno mes, se marcha la noche y vuelve la luz, que nace porfiadamente una y otra vez, trayendo el renacer de nuestra energía y equilibrio interior. **El poeta chino Bai Juyi** (siglo VIII, dinastía Tang), celebraba su llegada, con un dejo de nostalgia por el tiempo que se marcha.

*“Con tus soplos suaves, Se derrite la nieve. Bajo tu sol caliente, El hielo se deshace. ¡Oh primavera naciente! ¡Si deshiciera también la escarcha de mis sienas!”*

Que prevalezca la alegría y la nostalgia sea sólo un dejo de felicidad en la boca por lo vivido, lo aprendido y lo logrado. Que tengan todos y todas una feliz primavera

*Alejandra González, Directora sede Viña del Mar.*





# CURSO QIGONG TAI LUOHAN

La forma más interna del Sistema Luohan

Ejercicios que combinan meditación respiración y movimiento.  
Sistema de relajación y nutrición de la energía Interna Yuan Qi.

Uso del Qigong como método de auto regulación del a mente y  
las emociones de acuerdo a la medicina tradicional

CURSO PRESENCIAL CON OPCIÓN ONLINE

Clases Sábados 11:00 y Miercoles 18:00 hrs

Curso comienza el día Sábado 10 de noviembre

Información académica, cursos y seminarios

+569 7744 4757

[luis.pedreros@medicinachina.cl](mailto:luis.pedreros@medicinachina.cl)

[www.medicinachina.cl](http://www.medicinachina.cl)

# CLINICA DE ACUPUNTURA Y MASAJE

**Tratamientos de medicina china para:**  
Dolencias musculares, cefalea, insomnio, depresión, dolor crónico,  
fibromialgia, estrés, salud mental y salud de la mujer,  
tratamiento de duelo por pérdida de seres queridos.  
**Atención:** Lunes a Sábado de 10:00 a 19:00 horas.



**Escuela Latinoamericana Medicina China y Medicinas Complementarias**  
En coordinación con Universidades de Medicina China de China y Vietnam

**Providencia 2330, 4to. Piso, Departamento 41, Metro Los Leones.**  
**Reserva de horas al WhatsApp: +569 7744 4757**



# CURSO PROFESIONAL DE ACUPUNTURA 2026

Comienza en Marzo 2026

Curso Acreditado para regulación del Minsal  
Profesores con formación en la Universidad de Medicina China de Guangzhou  
Modalidad Presencial y Online  
Amplios campos de practica clínica  
25 años de Trayectoria mas de 2000 Graduados

Información académica, cursos y seminarios  
+569 7744 4757  
luis.pedreros@medicinachina.cl

**DURACIÓN DEL CURSO 25 MESES  
PERSONAL DE SALUD 21 MESES**

[www.medicinachina.cl](http://www.medicinachina.cl)



# DIPLOMADO DE MASAJE TUINA PEDIÁTRICO CON MEDICINA CHINA

La Salud de nuestras niñas y nuestros niños en nuestras manos

A través de este curso, los estudiantes dominarán las teorías básicas esenciales de la Medicina Tradicional China (MTC), se familiarizarán con las características fisiológicas y patológicas de los niños y dominarán las teorías, conocimientos y métodos comunes de masaje Tuina pediátrica, atención psicológica y prevención infantil.

Inicio del Diplomado: Miércoles 22 de octubre a las 19:00 a 21:00 hrs Online.

Formato del Diplomado: Clases Presenciales y Clases Online con Cápsulas de video.

Duración: 6 Semanas.

Información académica, cursos y seminarios

+569 7744 4757

[luis.pedros@medicinachina.cl](mailto:luis.pedros@medicinachina.cl)

[www.medicinachina.cl](http://www.medicinachina.cl)



## SEMINARIO EN LUOHAN QIGONG Y TERAPIA

### La aplicación de Qigong para el uso diario. La Coruña, España

Ejercicios para el mantenimiento de la salud física y la salud del espíritu.

- 18 Palmas de Buda, Xiao Luohan, Tai Luohan
- Ejercicios para la Circulación del Qi
- Técnicas de respiración del Luohan Qigong
- Meditación de los 5 Elementos de la Medicina China
- Terapia de Luohan Qigong para
- Relajación, Cefalea, Hipertensión, Insomnio
- Practica del Qigong y la Armonía de las Emociones

El Curso está dirigido a todas las personas con o sin experiencia, interesadas en la práctica del Qigong como método de mejoramiento de la Salud física y mental.

**Sábado 11 y Domingo 12 de octubre 10:00 - 14:00 hrs.**

Inscripción anticipada al WhatsApp **+368 0350 6854**

**PRECIO: € 80.00**

Profesor: Luis pedreros 45 años de experiencia docente

Fundador y director de la escuela Latinoamericana de Medicina China, Chile.

Profesor visitante Universidad de Medicina China de Guangzhou, miembro del Comité Ejecutivo de la Asociación Mundial de Qigong Medico, Beijing China.



Organiza

Índigo Taichi Escuela de Artes Marciales y Relajación

[www.medicinachina.cl](http://www.medicinachina.cl)



# TALLER DE CRONOPUNTURA 2025

Sincronizando la aguja con el ritmo del universo

La cronopuntura es una rama de la Medicina Tradicional China que selecciona puntos de acupuntura según los ritmos del tiempo, desde los ciclos diarios hasta los grandes ciclos vitales. Se fundamenta en la dinámica Yin-Yang, el Bagua y sistemas como los troncos celestiales y ramas terrestres (Gānzhī), el flujo de Qì en los meridianos (Zīwǔ Liúzhù) y el método de los ocho meridianos extraordinarios (Líng Guǐ Bā Fǎ).

## FECHAS Y MODALIDAD

Modalidad virtual

Miércoles 29 de octubre, 5 y 12 de noviembre – 19:00 a 21:00 hrs

Modalidad taller presencial

Sábado 15 de noviembre – 15:00 a 18:00 hrs

Información académica, cursos y seminarios

+569 7744 4757

[luis.pedreros@medicinachina.cl](mailto:luis.pedreros@medicinachina.cl)

[www.medicinachina.cl](http://www.medicinachina.cl)

# CLINICA DE ACUPUNTURA

ESCUELA INTERNACIONAL DE MEDICINA TRADICIONAL CHINA Y MEDICINAS COMPLEMENTARIAS PBS  
SEDE RANCAGUA



## Tratamientos de Acupuntura, Masaje, Ventosas, Auriculopuntura, Moxibustión y Electroacupuntura para:

Lumbago, Ciática, Dolor cervical,  
Infertilidad, Parálisis facial, Tendinitis,  
Vértigo, Cefalea, Colon irritable,  
Insomnio, Lesiones deportivas, Pediatría,  
Rehabilitación Post-Quirúrgica, Depresión,  
Estrés, Prevención de enfermedades, entre otras.

Terapeutas acreditados por el Ministerio de Salud  
Clínica y centro de práctica con resolución sanitaria  
Atención bajo Protocolos Covid 19

## Cursos y talleres online y presenciales de:

Acupuntura, Masaje tradicional chino (Tuina)  
Reflexología podal china y Auriculoterapia  
Curso para formación de Instructores de Qigong



**CLUB DE BIENESTAR Y SALUD**

## Taichi, Qigong, Automasaje y Meditación

Clases permanentes, talleres y charlas en diferentes modalidades  
(presenciales y por video conferencia).

**Mejora tu salud armonizando el cuerpo, la respiración y la mente.**

Calle 29, Casa 504, Población Manzanal, Rancagua.

Informaciones y reserva de horas:  +56 9 95692941 [www.acupunturaymasaje.cl](http://www.acupunturaymasaje.cl)