



INTRODUCCIÓN A LA MTC

YIN - YANG

Con estas dos palabras se expresan **los dos aspectos complementarios de la Unidad**, que están presentes en todo lo que existe en nuestro Universo, ya que son características que también se pueden observar en un ser humano y en todos sus componentes y expresiones.

En general podemos decir que sería Yin la noche, el frío, la oscuridad, el agua, lo concentrado, lo flexible, lo grueso, lo grande, lo húmedo, lo interno, lo lento, lo vegetal, el otoño y el invierno. En cuanto a las características de nuestra especie la mujer sería Yin.

Y **Yang** sería el día, el calor, la luminosidad, el fuego, lo expandido, lo rígido, lo fino, lo pequeño, lo seco, lo externo, lo rápido, lo animal, la primavera y el verano. Y en nuestra especie el hombre sería Yang.

Hay que tener siempre en cuenta que **ninguna de las características Yin o Yang son ni buenas ni malas**, sólo indican las dos variantes de cada objeto o cualidad que observemos, y las dos son igual de importantes.

Si se aplica al cuerpo humano, la parte superior de una persona, la cabeza, se considera Yang y la inferior, los pies, Yin. La parte posterior, la espalda, sería Yang y la anterior, pecho y abdomen, sería Yin. La parte externa de nuestro cuerpo, piel y pelo, sería Yang y todos los tejidos del interior serían Yin. El lado izquierdo lo consideramos Yang y el lado derecho Yin. Los órganos de predominio macizo serían Yin, es decir, el riñón, el hígado, el corazón, el bazo, el páncreas y el pulmón, y los de predominio hueco sería Yang, la vejiga de la orina, la vesícula biliar, el intestino delgado, el estómago y el intestino grueso.

Como **todas las características Yin o Yang son relativas**, hay que entender que la cabeza sería una parte Yang del cuerpo, pero si hablamos de la barbilla entonces ésta será la parte Yin de la cabeza y la frente la parte Yang, la lengua sería Yin en relación a los labios por estar la primera en el interior, y la oreja derecha sería Yin en relación a la izquierda, que sería Yang.

Así que, de esta manera tan sencilla, se puede clasificar nuestro cuerpo y funciones según las características Yin o Yang, algo que va a ser muy práctico para entender los procesos que lo desequilibran.