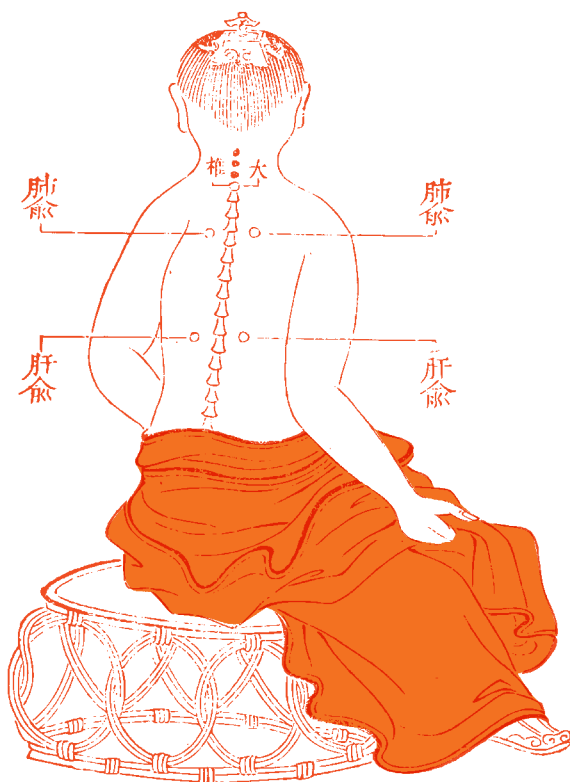


Li Ping
Francesc Esparza



El gran libro de la
ACUPUNTURA
Meridianos y puntos

LI PING
FRANCESC ESPARZA

EL GRAN LIBRO DE LA ACUPUNTURA

Meridianos y puntos

mī

La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor. La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías. Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento.

En Grupo Planeta agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan continuar desempeñando su labor. Dirígete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Ilustraciones: Marc Conesa García

Asesoramiento y coordinación de las ilustraciones: Aroa Alós Cid

Apoyo técnico y lingüístico: Xinyi Li

© Li Ping, 2024

© Editorial Planeta, S. A., 2024

Ediciones Martínez Roca es un sello editorial de Editorial Planeta, S. A.

Avda. Diagonal, 662-664, 08034, Barcelona (España)

www.mrediciones.es

www.planetadelibros.com

Primera edición: noviembre de 2024

Depósito legal: B. 18.153-2024

ISBN: 978-84-270-5318-2

Preimpresión: Safekat, S. L.

Impresión y encuadernación: Gómez Aparicio

Printed in Spain - Impreso en España



Índice

ADVERTENCIA PREVIA	15
PRESENTACIÓN	17
1. LOS MERIDIANOS	21
GENERALIDADES	21
Concepto de <i>jingluo</i> o meridiano	21
La función de los meridianos	22
Meridianos y enfermedad	23
LOS MERIDIANOS PRINCIPALES	23
Los meridianos como sistemas	23
Topografía de los meridianos	24
Los seis grandes meridianos	26
Circulación del <i>qi</i> en los meridianos	29
El sentido del <i>qi</i> en los meridianos	31
LOS MERIDIANOS SECUNDARIOS	31
Territorios cutáneos	31
Meridianos tendinomusculares	32
Vasos <i>luo</i>	33
Meridianos divergentes	33
LOS OCHO MERIDIANOS CURIOSOS	34
Concepto y características	34

2. LOS PUNTOS DE ACUPUNTURA	37
GENERALIDADES	37
Concepto de punto de acupuntura	37
Origen de los puntos	38
Puntos y meridianos	39
Yinyang y Cinco elementos	39
Acciones e indicaciones	41
LOS PUNTOS POR CATEGORÍAS	43
Puntos regulares, curiosos y <i>ashi</i>	43
Puntos especiales I: los cinco puntos <i>shu</i>	43
Puntos especiales II: puntos <i>xi</i> , <i>yuan</i> , <i>luo</i> y <i>he</i> inferiores	48
Puntos especiales III: puntos <i>shu</i> de espalda, <i>mu</i> , de reunión, de apertura y de cruce	53
LOCALIZACIÓN DE LOS PUNTOS: LAS MEDIDAS CUN	59
Medir los <i>cun</i> con las manos	60
Distancias <i>cun</i> en el cuerpo	61
3. MERIDIANOS Y PUNTOS	65
MERIDIANO DEL PULMÓN	65
Meridiano principal	65
Vaso <i>luo</i>	67
Meridiano tendinomuscular	67
Meridiano divergente	68
Puntos	68
MERIDIANO DEL INTESTINO GRUESO	81
Meridiano principal	81
Vaso <i>luo</i>	83
Meridiano tendinomuscular	83
Meridiano divergente	84
Puntos	85
MERIDIANO DEL ESTÓMAGO	103
Meridiano principal	103
Vaso <i>luo</i>	105
Gran <i>luo</i> del Estómago	106
Meridiano tendinomuscular	106
Meridiano divergente	107
Puntos	108

MERIDIANO DEL BAZO	146
Meridiano principal	146
Vaso <i>luo</i>	147
Gran <i>luo</i> del Bazo	148
Meridiano tendinomuscular	148
Meridiano divergente	149
Puntos	149
MERIDIANO DEL CORAZÓN	169
Meridiano principal	169
Vaso <i>luo</i>	170
Meridiano tendinomuscular	171
Meridiano divergente	171
Puntos	172
MERIDIANO DEL INTESTINO DELGADO	180
Meridiano principal	180
Vaso <i>luo</i>	182
Meridiano tendinomuscular	182
Meridiano divergente	183
Puntos	184
MERIDIANO DE LA VEJIGA	200
Meridiano principal	200
Vaso <i>luo</i>	202
Meridiano tendinomuscular	203
Meridiano divergente	204
Puntos	205
MERIDIANO DEL RIÑÓN	265
Meridiano principal	265
Vaso <i>luo</i>	267
Meridiano tendinomuscular	268
Meridiano divergente	269
Puntos	270
MERIDIANO DEL PERICARDIO	293
Meridiano principal	293
Vaso <i>luo</i>	294
Meridiano tendinomuscular	295
Meridiano divergente	295
Puntos	296

MERIDIANO DEL SANJIAO	306
Meridiano principal	306
Vaso <i>luo</i>	308
Meridiano tendinomuscular	308
Meridiano divergente	309
Puntos	310
MERIDIANO DE LA VESÍCULA BILIAR	329
Meridiano principal	329
Vaso <i>luo</i>	331
Meridiano tendinomuscular	332
Meridiano divergente	333
Puntos	334
MERIDIANO DEL HÍGADO	371
Meridiano principal	371
Vaso <i>luo</i>	373
Meridiano tendinomuscular	373
Meridiano divergente	374
Puntos	375
4. MERIDIANOS CURIOSOS	389
DUMAI	389
Meridiano principal	389
Vaso <i>luo</i>	391
Puntos	392
RENMAI	416
Meridiano principal	416
Vaso <i>luo</i>	417
Puntos	418
CHONGMAI	442
Trayectoria y sintomatología	442
DAIMAI	444
Trayectoria y sintomatología	444
YANGWEIMAI	445
Trayectoria y sintomatología	445
YINWEIMAI	447
Trayectoria y sintomatología	447

YANGQIAOMAI	448
Trayectoria y sintomatología	448
YINQIAOMAI	450
Trayectoria y sintomatología	450
5. PUNTOS CURIOSOS	451
PUNTOS DE LA CABEZA Y EL CUELLO	451
PUNTOS DE LA ESPALDA	457
PUNTOS DEL ABDOMEN	460
PUNTOS DE LAS EXTREMIDADES SUPERIORES	461
PUNTOS DE LAS EXTREMIDADES INFERIORES	465
6. REGIONES	468
7. ÍNDICE ALFABÉTICO DE INDICACIONES	481
8. FÓRMULAS DE PUNTOS	521
FÓRMULAS DE PUNTOS CLÁSICAS	521
FÓRMULAS DE PUNTOS DE LI PING	555
9. TRANSLITERACIÓN DE LOS PUNTOS EN PINYIN	559
10. GLOSARIO	565
11. BIBLIOGRAFÍA	579
FUENTES CLÁSICAS	579
BIBLIOGRAFÍA MODERNA CONSULTADA	580

Los meridianos

Generalidades

Concepto de jingluo o meridiano

Los meridianos o *jingluo mai* son los canales o vías por los que circulan el *qi* y el *xue* de los seres vivos. Forman una extensa red que recorre el organismo y mantiene nutridas y abastecidas todas las estructuras orgánicas. Gracias a los meridianos, lo alto se comunica con lo bajo, lo profundo con lo superficial, órganos con entrañas y ambos con todos los componentes del cuerpo.

La palabra *mai* (脈) se usa para referirse a todo aquello en forma de tubo o conducto. *Jingluo*, por su parte, designa la red de vasos y canales que recorren los seres vivos. El término *jingluo* comprende dos grandes tipos de conductos: los *jing* (o *mai jing*) y los *luo* (o *mai luo*). Los *jing* son los que, en general, hallamos traducidos por «meridianos»; los *luo* suelen traducirse por «colaterales», lo que nos da idea de su carácter secundario respecto a los *jing*.

El carácter *jing* (經) se divide en dos radicales: el de la izquierda (紕) representaba antiguamente hilos de seda, y el de la derecha (巛), un río descendiendo hacia el suelo. El primer ideograma del carácter *luo* (絡) es el mismo que el del carácter *jing*, mientras que el segundo (各) podría traducirse por algo así como «en todas direcciones».

Como su escritura indica, pues, los *jingmai* son como grandes ríos que recorren el cuerpo, en dirección siempre vertical —con la sola excepción de Daimai, uno de los ocho meridianos a los que llamamos «curiosos»—, ya sea de arriba abajo o de abajo arriba.

Los *luomai*, por su parte, son las ramificaciones que parten de esos grandes ríos y que, como si de acequias se tratara, permiten que el *qi* y la sangre

«rieguen» todos los rincones del organismo. Para ello, los *luo* se dividen en múltiples recorridos: desde los más grandes, que conectan entre sí los meridianos principales en lo profundo del cuerpo, hasta los diminutos *fuluo* y *xueluo*, que irrigan la superficie.

La función de los meridianos

En uno de los pasajes del *Lingshu* o *Eje espiritual*, el segundo de los dos volúmenes que componen el *Clásico de medicina interna del Emperador Amarillo*, se afirma que, gracias a los meridianos, «la vida existe, las enfermedades ocurren, los hombres pueden ser tratados y las enfermedades se curan». No es de sorprender la afirmación de que los *jingmai* hacen posible la vida: es gracias a ellos que circulan el *qi* y el *xue* necesarios para nutrir, calentar, proteger y, en definitiva, permitir que el organismo funcione, por lo que podemos afirmar que allí donde llega un meridiano llega la vida.

Los meridianos conectan los *zang* y los *fu* entre ellos con las demás vísceras, y también con todos los tejidos orgánicos. En virtud de estas conexiones, los distintos sistemas del organismo —linfático, nervioso, hemostático, digestivo, etcétera— funcionan como un todo, y no como componentes separados. Esto explica por qué cuando una parte del cuerpo sufre alguna alteración, el cuerpo en conjunto es capaz de reaccionar y recuperar el equilibrio perdido.

La medicina china otorga a los órganos funciones que van más allá de las que les corresponden según la fisiología occidental. Así, el Hígado, por ejemplo, junto a sus funciones «fisiológicas» —participar en la digestión, depurar la sangre, sintetizar proteínas...— asume, entre otras, la de «nutrir» los ojos. La razón de ello estriba igualmente en los meridianos, que conectan los órganos con las estructuras que estos controlan. En el caso del Hígado, su capacidad para nutrir los ojos se debe a su meridiano, que lo conecta directamente con ellos.

Por otro lado, como sus ramificaciones alcanzan la superficie del cuerpo, los meridianos mantienen conectado el interior de nuestro organismo con el entorno. Gracias a ello, somos capaces de sentir, reaccionar y adaptarnos a los cambios que se producen en el exterior. Esto explica también el papel de los meridianos a la hora de proteger el organismo ante los ataques de patógenos externos, que la medicina china agrupa bajo el nombre de «energías perversas». Estos se hallan en el exterior y atacan, por tanto, los niveles más superficiales del organismo; nuestra energía defensiva se movi-

liza entonces por los meridianos hacia esas regiones con el fin de expulsar al invasor antes de que este penetre más profundamente en nuestro cuerpo.

Meridianos y enfermedad

Si, por un lado, funcionan como caminos para movilizar la energía defensiva hacia la superficie, los meridianos son también las vías de acceso de las que se sirve la energía patógena para penetrar en nuestro organismo cuando la energía del cuerpo es demasiado débil para expulsarla.

Si las defensas del cuerpo son incapaces de contener su avance, esta energía patógena logra penetrar cada vez más: de los *luo* superficiales llegará hasta los *jingmai* y de allí hasta otros meridianos o incluso hasta los propios *zangfu*. En resumen, si bien los meridianos nos permiten combatir la enfermedad, son también la clave para que esta aparezca.

Los meridianos pueden transmitir la enfermedad de la superficie a la profundidad, pero también de forma transversal, de un *zangfu* a otro o de un meridiano a otro. Esta conexión puede ser muy directa e inmediata —por ejemplo, de un *zang* a su *fu* acoplado— o bien involucrar a varios *zangfu* y meridianos, sobre todo cuando se trata de trastornos que se prolongan en el tiempo.

Los meridianos principales

Los meridianos como sistemas

Por convención, solemos llamar meridianos a los trayectos que surcan el organismo y en los que se sitúan los puntos de acupuntura, tal y como aparecen representados, por ejemplo, en los pósteres de acupuntura. Sin embargo, los meridianos forman una tupida red de vasos que incluye tanto los ya mencionados vasos *luo* y los meridianos principales como otros trayectos secundarios.

Por tanto, no deberíamos hablar propiamente de meridianos, sino de sistemas, o más bien —teniendo en cuenta que el conjunto de meridianos principales forma un sistema por sí mismo— de microsistemas de meridianos.

Cada uno de estos microsistemas se compone de un meridiano principal, de un meridiano al que llamamos divergente y de otro que traducimos como meridiano tendinomuscular. Además, cada meridiano principal se conecta con una extensa área de la piel a la que llamamos *pibu* o «zona cutánea», la cual se halla bajo control directo del meridiano.

Por último, el microsistema incluye también una infinidad de vasos *luo*, que ya hemos mencionado y que interconectan todos los componentes del microsistema, a la vez que enlazan este con otras estructuras o microsistemas de meridianos del cuerpo.

Entre los vasos *luo* se incluye uno especialmente importante al que llamamos «*luo* longitudinal» y que posee ciertas peculiaridades que obligan a estudiarlo por separado de los *luo* restantes.

Cada uno de estos trayectos secundarios circula a una profundidad distinta dentro de su microsistema. Las zonas cutáneas se encuentran en el nivel más superficial; a continuación, vienen los meridianos tendinomusculares; en el nivel medio se hallan los meridianos principales y en el más profundo —el mismo que ocupan los *zangfu*—, los meridianos divergentes y las rutas más internas o profundas de los meridianos principales.

Topografía de los meridianos

Meridianos anteriores y posteriores

Según pertenezca a un órgano —yin— o a una entraña —yang—, el recorrido externo del meridiano se localiza igualmente en la cara anterior (yin) o posterior (yang) del cuerpo.

Así, por la espalda circulan sobre todo el meridiano de la Vejiga y, en parte, el del Intestino grueso, el del Intestino delgado y el del Sanjiao. Estos tres últimos recorren también el área lateral externa de los brazos. El meridiano de la Vesícula biliar, por su parte, hace lo propio por el lateral de las piernas y el tronco.

Los meridianos yin —Pulmón, Bazo, Corazón, Riñón, Pericardio e Hígado— se encuentran en la cara anterior del cuerpo: el tórax, el abdomen y la cara anterior e interna de las extremidades.

La única excepción a esta regla es el meridiano del Estómago, que aun siendo de naturaleza yang se encuentra en la zona frontal del cuerpo. El prin-

cipal motivo para ello es que algunos de los rasgos del Estómago son más propiamente yin que yang, lo que explica que el recorrido de su meridiano se sitúe igualmente en áreas más yin.

Meridianos de los brazos y las piernas

Todos los meridianos tienen al menos una parte de su recorrido en el tronco y otra en las extremidades superiores o inferiores. El motivo por el que su recorrido transcurre por los brazos o por las piernas obedece, en el caso de los meridianos yin, a qué *zang* pertenecen, y en el caso de los yang, a qué *zang* está acoplado su *fu*.

Pulmón y Corazón se hallan en el *jiao* superior, por lo que sus meridianos se ubican en las extremidades superiores. Y también en estas se sitúa el meridiano del Pericardio, considerado por nuestra medicina como un apéndice del Corazón.

Por otro lado, como Hígado, Bazo y Riñón se emplazan en los *jiao* medio e inferior, sus meridianos recorrerán, en cambio, las extremidades inferiores.

En cuanto a los meridianos yang, su ubicación en las extremidades superiores o inferiores depende del órgano con el que su entraña está relacionada en *biao-li*. Así, los meridianos del Intestino grueso, el Intestino delgado y el Sanjiao, como se emparejan respectivamente con el Pulmón, el Corazón y el Pericardio, circularán por los brazos. Por su parte, los meridianos de la Vesícula biliar, el Estómago y la Vejiga, en tanto dependen del Hígado, el Bazo y el Riñón, circularán por las piernas

Meridianos interiores y exteriores

En brazos y piernas podemos distinguir una cara yin o interna y otra yang o externa. En el caso concreto de los brazos, para saber qué cara es yin y cuál es yang debemos pensar en la posición que adoptan los brazos al andar.

La cara que mira hacia el exterior es yang, y la que mira hacia dentro es yin. Por tanto, por esta última pasarán meridianos de tipo yin, y por la otra, de tipo yang. Así, en la cara yin del brazo encontramos los meridianos del Corazón, Pulmón y Pericardio, y en la cara yang los de sus *fu*: Intestino delgado, Intestino grueso y Sanjiao.

En cuanto a los meridianos de las piernas, el razonamiento es el mismo: hay una cara interna por la que circulan los tres meridianos yin del pie y otra externa que es surcada por los tres yang.

Tronco y cabeza

Los meridianos prolongan su recorrido por el tronco siguiendo un patrón parecido al de brazos y piernas. Los meridianos yin de los brazos pasan por la zona del pecho, y los yang, por la espalda y el área de hombros y omoplatos. De modo similar, los yin de las piernas ascienden por la cara anterior del tronco, mientras que los yang descienden por la cara anterior (Estómago), anterior y lateral (Vesícula biliar) y posterior (Vejiga).

La cabeza, finalmente, es considerada el «lugar de reunión de todos los yang»: es territorio surcado por los meridianos principales yang, con la única excepción del meridiano del Hígado, que cuenta con un trayecto interno que lo conecta con el área del vértice.

En la tabla de la página siguiente podemos ver resumida la distribución de los doce meridianos principales en función de su trayecto por las distintas áreas del cuerpo.

Los seis grandes meridianos

En general, en Occidente se nombra a cada meridiano en función del órgano o la entraña a la que pertenece. En el idioma chino, sin embargo, la denominación completa de cada meridiano incluye cuatro elementos:

- La extremidad por la que circula.
- El *zang* o *fu* al que pertenece.
- Su carácter yin o yang.
- Las características de la energía yin o yang que el meridiano transporta.

Para designar la extremidad, no empleamos el término brazo o pierna, sino simplemente «mano» —en chino, *shou* (手)— o «pie» —*zu* (足)—. Los meridianos que circulan por los brazos —Pulmón, Intestino grueso, Corazón, Intestino delgado, Pericardio y Sanjiao— son, por tanto, meridianos *shou* o de la mano, y los que circulan por las piernas —Estómago, Bazo, Vejiga, Riñón, Vesícula biliar e Hígado— son meridianos *zu* o del pie.

En cuanto a su carácter yin o yang, simplemente debemos fijarnos en si el meridiano pertenece a un órgano o a una entraña: así, los meridianos del

Extremidades	Extremidades superiores	Cara interna	Anterior: Pulmón
			Medio: Pericardio
			Posterior: Corazón
		Cara externa	Anterior: Intestino grueso
			Medio: Sanjiao
			Posterior: Intestino delgado
	Extremidades inferiores	Cara interna	Anterior: Bazo
			Medio: Hígado
			Posterior: Riñón
		Cara externa	Anterior: Estómago
			Medio: Vesícula biliar
			Posterior: Vejiga
Tronco	Pecho	Pulmón	
		Corazón	
		Pericardio	
	Hombros y omoplatos	Intestino grueso	
		Intestino delgado	
		Sanjiao	
	Abdomen	Riñón	
		Estómago	
		Bazo	
	Espalda	Vejiga	
	Lateral	Vesícula biliar	
		Hígado	
Cabeza	Frontal	Estómago	
		Intestino grueso	
	Mejilla	Intestino delgado	
	Vértice y nuca	Vejiga	
	Lateral	Vesícula biliar y Sanjiao	

Pulmón, Corazón, Pericardio, Bazo, Riñón e Hígado serán yin, y los de Intestino grueso, Intestino delgado, Sanjiao, Estómago, Vejiga y Vesícula biliar serán yang.

Sin embargo, los meridianos también pueden nombrarse en función de las características de su energía yin o yang. Esta depende de la naturaleza de cada uno de los doce meridianos, así como del recorrido que efectúan.

En conjunto, la medicina china distingue tres grandes tipos de energía yin (*taiyin* o «gran yin», *shaoyin* o «pequeño yin» y *jueyin* o «yin escondido») y otros tres grandes tipos de energía yang (*taiyang* o «gran yang», *shaoyang* o «pequeño yang» y *yangming* o «gran claridad»).

Como en total existen doce meridianos principales, habrá dos meridianos principales Taiyang, dos Taiyin, dos Shaoyang, dos Shaoyin, dos Yangming y otros dos Jueyin.

Cada uno de ellos circulará por los brazos o bien por las piernas. Así, habrá un meridiano Taiyin de la mano y un meridiano Taiyin del pie; un meridiano Shaoyin de la mano y un meridiano Shaoyin del pie; un meridiano Taiyang de la mano y otro Taiyang del pie, etcétera.

En realidad, a tales meridianos no se los considera de modo independiente, sino que forman un solo circuito que recorre brazo y pierna. El extremo final del meridiano Taiyin del pie, por ejemplo, enlaza con el comienzo del Taiyin de la mano, y lo mismo sucede con los demás meridianos. Es en virtud de esta conexión tanto anatómica como energética que en ocasiones no hablamos de doce, sino de seis grandes meridianos.

En resumen, los doce meridianos reciben las denominaciones siguientes:

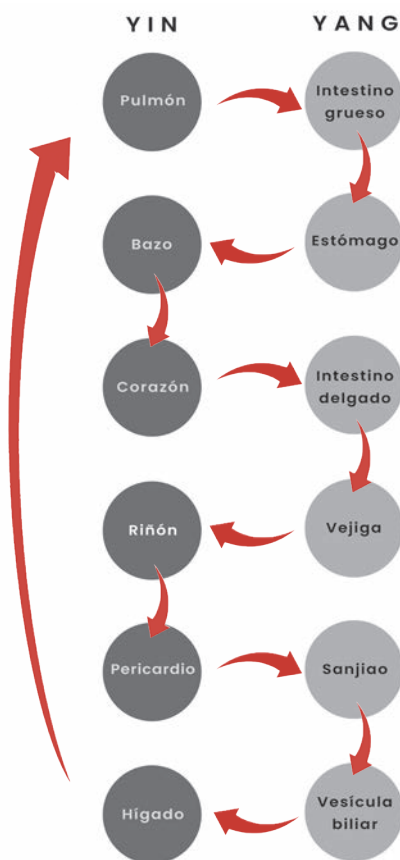
- Meridiano del Intestino delgado Taiyang de la mano.
- Meridiano de la Vejiga Taiyang del pie.
- Meridiano del Sanjiao Shaoyang de la mano.
- Meridiano de la Vesícula biliar Shaoyang del pie.
- Meridiano del Intestino grueso Yangming de la mano.
- Meridiano del Estómago Yangming del pie.
- Meridiano del Pulmón Taiyin de la mano.
- Meridiano del Bazo Taiyin del pie.
- Meridiano del Corazón Shaoyin de la mano.
- Meridiano del Riñón Shaoyin del pie.

- Meridiano del Pericardio Jueyin de la mano.
- Meridiano del Hígado Jueyin del pie.

Circulación del qi en los meridianos

El *ying qi* o *qi* nutritivo circula por el interior de los meridianos principales, así como por los vasos *luo* y el resto de los canales que forman el microsistema del meridiano. La circulación es continua: el *qi* pasa sin cesar de un meridiano a otro, hasta recorrerlos todos.

El meridiano por el que el circuito comienza es el del Pulmón. Tras circular por este, el *ying qi* pasa al del Intestino grueso, de este va al del Estómago, luego al del Bazo, a continuación al del Corazón, al del Intestino delgado, al de la Vejiga, al del Riñón, al del Pericardio, al del Sanjiao, al de la Vesícula biliar y al del Hígado, de donde regresa al meridiano del Pulmón:



El recorrido del *ying qi* puede dividirse, a su vez, en tres circuitos, que guardan coherencia con lo que se ha explicado sobre los seis grandes meridianos. El primer circuito involucra a los dos meridianos que forman Taiyin y a los dos que forman Yangming; el segundo, a los dos que forman Shaoyin y a los dos que forman Taiyang, y el tercero, a los dos que forman Jueyin y a los dos que forman Shaoyang.

El primer circuito comienza en el meridiano del Pulmón Taiyin de la mano, y de allí va al meridiano de su entraña: Intestino grueso. Este corresponde al Yangming de la mano, por lo que la energía de él pasará al Yangming del pie, es decir, el meridiano del Estómago. El *zang* con el que se apareja el Estómago es el Bazo, por lo que la energía pasa a este meridiano que, al igual que Pulmón, corresponde a Taiyin.

El segundo circuito repite el mismo esquema: del meridiano del Corazón Shaoyin de la mano, el *ying qi* pasa al meridiano de su entraña, Intestino delgado Taiyang de la mano; de este va al de la Vejiga Taiyang del pie, y de este al meridiano de su *zang*, o sea, el del Riñón Shaoyin del pie.

Por último, el tercer circuito comienza por el meridiano del Pericardio Jueyin de la mano, va al meridiano de su *fu*, Sanjiao Shaoyang de la mano, de allí al de la Vesícula biliar Shaoyang del pie, y de este al meridiano del Hígado Jueyin del pie.

El paso de la energía de un meridiano yin a un meridiano yang o viceversa, que llamamos «cambio de polaridad», ocurre siempre en las manos o en los pies. Por ejemplo, del meridiano del Pulmón —yin— la energía pasa al meridiano del Intestino grueso —yang— a la altura del dedo índice; mientras que la energía del meridiano del Estómago —yang— pasa al meridiano del Bazo —yin— a la altura del dedo gordo del pie.

El paso de la energía entre dos meridianos yin, en cambio, sucede en el tronco. Por ejemplo, la energía pasa del meridiano del Bazo al meridiano del Corazón directamente en este último *zang*, y del meridiano del Hígado al meridiano del Pulmón en la región del pecho.

El paso de la energía de un meridiano yang a otro tiene lugar en la cabeza, en tanto esta es el lugar de reunión de todos los yang. La energía que circula por el meridiano del Intestino grueso conecta con el meridiano del Estómago cerca de la base de la nariz, mientras que la que circula por el meridiano del Sanjiao pasa al meridiano de la Vesícula biliar en el canto externo del ojo.

El sentido del qi en los meridianos

A partir del diagrama anterior podemos inferir qué sentido sigue la circulación del *qi* por los meridianos principales. El *Lingshu* lo resume del siguiente modo: «Los tres yin de la mano van de los órganos a la mano; los tres yang de la mano van de la mano a la cabeza; los tres yin del pie van del pie al tronco, y los tres yang del pie, de la cabeza al pie».

Si imaginamos una persona con los brazos en alto, vemos que, en realidad, el *qi* recorre el cuerpo alternando un movimiento de ascenso y de descenso: desde los pies sube hasta lo más alto —las manos y la cabeza— y desde allí desciende de nuevo hasta lo más bajo —los pies—, y así sucesivamente.

Como puede comprobarse, el movimiento de ascenso —es decir, yang— se da en los meridianos yin, y el de descenso —de naturaleza, por tanto, yin— en los meridianos yang.

Recordar el sentido de la energía en cada meridiano es muy importante tanto en acupuntura como en terapias manuales, ya que permite al terapeuta aplicar técnicas de tonificación y de dispersión según convenga al paciente. Si queremos tonificar un meridiano que está en vacío, podemos insertar la aguja «a favor de meridiano», o sea, ligeramente inclinada apuntando hacia donde la energía de ese meridiano se dirige. Si nuestro objetivo es dispersar un meridiano en plenitud (liberar un estancamiento), insertaremos la aguja apuntando hacia el comienzo del meridiano, esto es, en dirección contraria al flujo de la energía por este.

Los meridianos secundarios

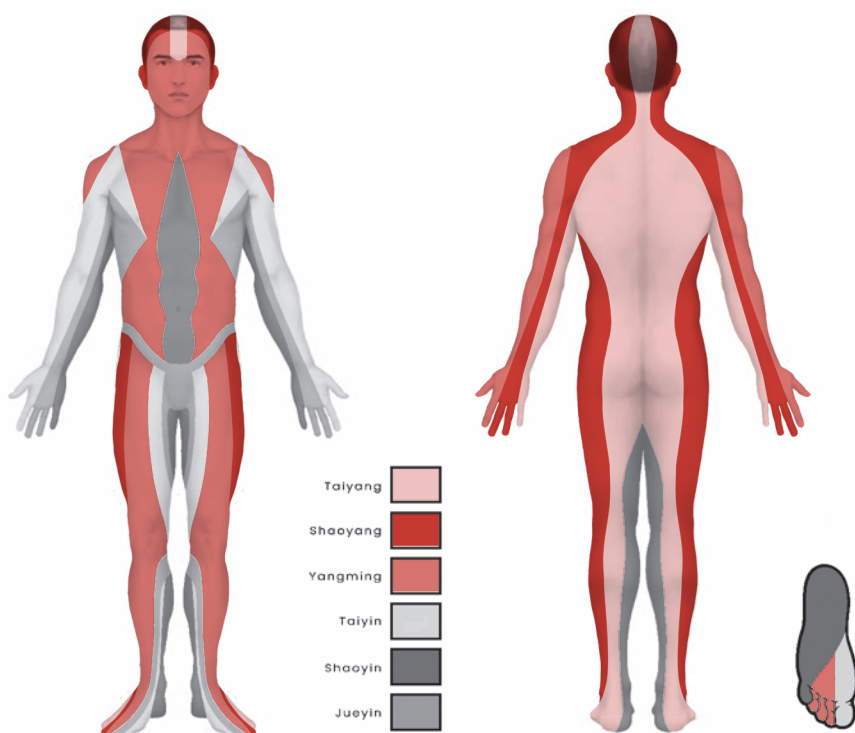
Territorios cutáneos

Los *pibu* o territorios cutáneos no son, en realidad, meridianos, sino áreas de la piel que se encuentran bajo el dominio de los meridianos principales y que permiten que estos se comuniquen con el exterior. Por lo general, se los incluye dentro del sistema de los vasos *luo*.

Los territorios cutáneos no se adscriben a los doce meridianos por separado, sino que se identifican con los seis grandes meridianos que estos forman. No hablamos, por ejemplo, de un territorio cutáneo del Bazo, del Cora-

zón o de la Vesícula biliar, sino de un territorio perteneciente a Taiyin, otro a Shaoyin, otro a Shaoyang, etcétera.

Habrà, por tanto, seis territorios cutàneos, cada uno correspondiente a uno de los seis grandes meridianos, y que se reparten por la superficie del cuerpo como se muestra en el dibujo.



Dibujo elaborado a partir del *Atlas d'acupuncture chinoise*, de Henri Solinas y Bernard Auteroche.

Meridianos tendinomusculares

Traducimos el término chino *jingjin* —literalmente «músculos de los meridianos»— por meridianos tendinomusculares. Los tendinomusculares son, en realidad, extensiones de músculos, tendones y ligamentos que forman parte de los doce meridianos, y cuyo cometido es posibilitar que la energía de estos mueva y desplace el cuerpo y mantenga el esqueleto unido.

Cada uno de los doce meridianos tendinomusculares comienza su recorrido en el punto más distal de su meridiano principal, en el extremo de los cuatro miembros. Ascende siguiendo el recorrido de este último, formando

bandas en forma de huso que se atan en las articulaciones y enlazan las masas de músculos que encuentran en su trayecto.

Los seis tendinomusculares yang terminan su recorrido en la cabeza, y los seis yin, en el tronco. Los tres tendinomusculares yang de la mano se reúnen en un mismo punto, a la altura del nacimiento del pelo, mientras que los tres yang del pie confluyen en un punto a la altura del pómulo; los tres yin de la mano confluyen, por su parte, en el lateral del tronco, entre la cuarta y la quinta costillas, y los tres yin del pie, ligeramente por encima del pubis.

Vasos *luo*

Como ya se ha explicado, los vasos *luo* o colaterales son los canales que se ramifican a partir de los meridianos principales, formando una tupida red que permite a estos últimos extender su acción por todo el organismo.

Sin embargo, entre esta miríada de canales destacan quince grandes vasos *luo*, cada uno de los cuales emerge directamente del recorrido de su meridiano principal. Al punto del meridiano principal del que sale cada uno de estos grandes *luo* lo llamamos «punto *luo*», el cual, por su naturaleza, posee numerosas aplicaciones en acupuntura.

Cada uno de los doce meridianos asociados a los *zangfu* posee su gran vaso *luo*, que realiza un recorrido transversal que conecta el meridiano de un órgano con el de su entraña, o viceversa.

Además del recorrido transversal, del punto *luo* parte también un recorrido longitudinal. Este, en lugar de ir al meridiano del órgano o entraña en relación *biao-li*, se dirige hacia una región determinada del cuerpo, que, por tanto, dependerá del *zangfu* al que el meridiano pertenece.

Hemos dicho que hay quince grandes vasos *luo* en total. Los tres *luo* restantes son el *luo* Renmai, el *luo* Dumai y un *luo* especial al que llamamos «gran *luo* del Bazo». Algunos clásicos hablan incluso de un *luo* más: el «gran *luo* del Estómago», cuyo recorrido se incluye también en el presente atlas.

Meridianos divergentes

Dentro de la trama de trayectos de cada meridiano se encuentran los *jingbie* o meridianos divergentes. Se trata de meridianos sin puntos propios, que conectan los *zangfu* entre ellos o con ciertas regiones del organismo a las que sus meridianos principales no llegan.

El término *bie*, palabra que puede traducirse por «separado» o «distinto», indica la principal característica de estos meridianos: su divergencia respecto al recorrido de su meridiano principal. Cada meridiano principal tiene su propio meridiano divergente, que funciona como una especie de vaso *luo*, con la diferencia de que no se ramifica en pequeños recorridos.

Los divergentes tienen dos misiones principales muy importantes para comprender la fisiología de los *zangfu*: por un lado, conectan con el Corazón a aquellos meridianos principales que no pasan por este, y, por otro, permiten a los meridianos yin alcanzar la cabeza.

La primera función ayuda a explicar la estrecha relación de los *zangfu* con el Corazón. En cuanto a la segunda, al conectar a los *zang* con la cabeza, los divergentes hacen posible que estos puedan nutrir el cerebro y los órganos de los sentidos.

Los clásicos señalan que el recorrido de cada uno de los divergentes sigue siempre cuatro pasos: se separa (*li*), penetra (*ru*), se une (*he*) y emerge (*chu*).

En el caso de los meridianos divergentes yang cada uno de ellos se separa de su meridiano principal a la altura de los miembros, excepto el divergente del Sanjiao, que lo hace en la cabeza. Luego, penetra hacia el interior del organismo y se une con su *fu* y con el *zang* en relación *biao-li* con este. Así, por ejemplo, el divergente del Estómago enlaza con el Estómago y luego con el Bazo. Finalmente, emerge en la fosa supraclavicular, el cuello o la cabeza y se une de nuevo a su meridiano principal.

En cuanto a los meridianos divergentes yin, se separan de su meridiano principal en las extremidades. Algunos de ellos, no todos, conectan con su *zang*. Luego se comunican con el meridiano divergente de su correspondiente *fu* acoplado y, finalmente, con el meridiano principal de ese mismo *fu*.

Los ocho meridianos curiosos

Concepto y características

Los meridianos curiosos, también llamados «extraordinarios» o «maravillosos», se incluyen dentro del sistema de los doce meridianos principales, si bien por sus especiales características forman un grupo aparte.

Se trata de meridianos sin puntos propios —con la excepción de Dumai y Renmai—, pero en cuyos recorridos se cruzan con puntos de los meridianos principales, que pueden usarse en acupuntura.

En total, hay ocho meridianos curiosos:

- Dumai o «Vaso gobernador».
- Renmai o «Vaso concepción».
- Chongmai o «Vaso estratégico».
- Daimai o «Vaso de la cintura».
- Yangqiaomai o «Vaso de movilidad yang».
- Yinqiaomai o «Vaso de movilidad yin».
- Yangweimai o «Vaso de enlace yang».
- Yinweimai o «Vaso de enlace yin».

Los curiosos no establecen relación de *biao-li* entre ellos, ni están en relación directa con ningún órgano o entraña en particular. Sin embargo, están conectados con los meridianos principales en virtud de sus puntos de cruce, y todos ellos dependen del *jing* del Riñón.

Los clásicos, siguiendo con la imagen de los meridianos como ríos, comparaban los meridianos curiosos con lagos o más exactamente con presas en las que se acumula la energía sobrante de los meridianos principales.

Por ello, en terapia se usan por una parte para «verter» en ellos el exceso de energía cuando este se torna patológico para los meridianos principales y, por otra, para «alimentar» con la energía que acumulan a los meridianos en caso de que estos últimos estén en vacío.