

Medicina China tradicional y la mujer



La medicina tradicional China, **es una práctica holística e integral**, que se compone de teorías relacionadas a la **búsqueda del equilibrio y la armonía de la mujer**, especialmente considera la parte emocional, **la energía física y su espiritualidad**.

Esta medicina apoya su teoría en el símbolo del **yin yang**, y sus significados son:

el yin, es la oscuridad, el frío, la tranquilidad, la pasividad y la feminidad, por el contrario

el yang, la luz, el calor, la agitación, la actividad y la masculinidad.

Desde este punto de vista se considera que **las mujeres biológica y energéticamente, tienen considerables diferencias con el hombre.** A causa de su constitución, en las mujeres predomina el **Yin (campo blanco)**, los hombres por el contrario, tienen más características **Yang (campo negro)**.

Así se explica, por ejemplo, que las mujeres sean más sensibles al frío que los hombres, que retienen más fácilmente **líquido en los tejidos, o que tengan una mayor tendencia a padecer cistitis y anemia.**

Las etapas de la vida de una mujer, se honran y se celebran muy diferente de cómo lo vivimos en el mundo occidental, los nombres designados en cada etapa, ayudan a entender que se **viven más como una bendición,** que como una catástrofe o envejecimiento:

- Etapa menstrual
agua celestial
- Embarazo
madurar el fruto
- Post parto
mes dorado
- Menopausia
segunda primavera





Además, en esta práctica la mujer se rige por la regla de los siete, es decir que cada 7 años le ocurre un cambio importante:



7 años:

empieza el ciclo consciente y muda de dientes

14 años:

empieza el proceso de maduración sexual e inicia la menarca



21 años:

se considera la edad fisiológica para el embarazo y aparecen las muelas del juicio



28 años:

se considera que la mujer entra en su plena madurez sexual y el cuerpo se encuentra en su máximo esplendor



35 años:

la energía de la digestión se debilita, inician las arrugas



42 años:

la energía yang disminuye, marcan un momento de madurez personal y social, aparecen canas

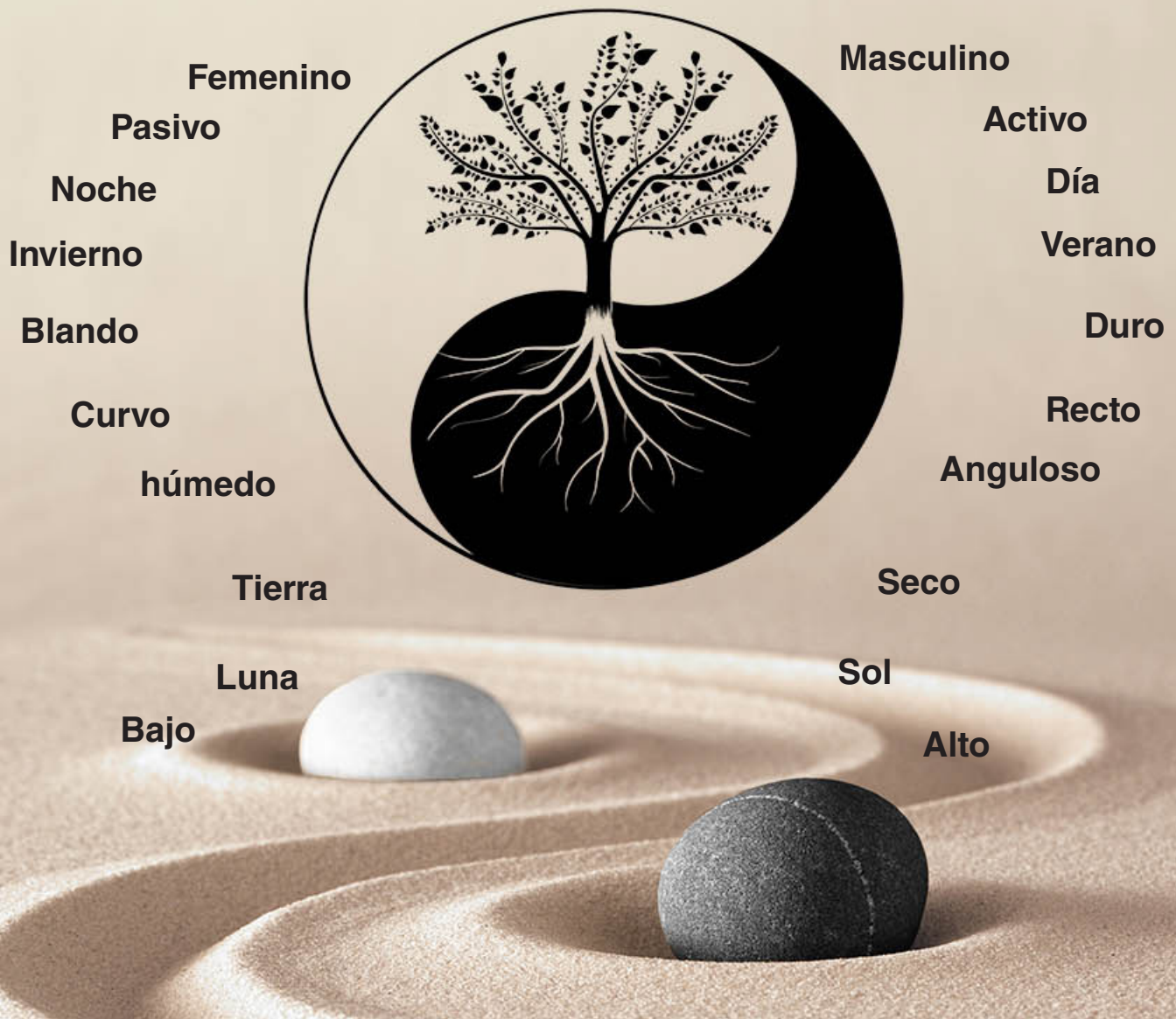
49 años:

se acaba el ciclo reproductor

Hoy en día, existe una gran presión de la sociedad para crear y ser “súper mujeres”, que nos aleja de poder sentir nuestros ciclos y nos impide vivirlos como algo que forma parte de nuestra naturaleza y esencia.

La práctica ancestral China se basa en el Tao, que significa camino, el Tao correcto para la mujer es elegir lo que es idóneo para que cada una logre su desarrollo personal, espiritual y emocional.

Te invitamos a crear y seguir tu propio Tao



Fuente:

- Patzek, S. and Kertzer, K., 2003. Medicina tradicional china para mujeres. Móstoles: Arkano Books.
- Almazán, M., 2021. Sexualidad y Salud Ovárica. [online] Sexualidad y Salud Ovárica. Available at: <<http://yosoygaia.com/2017/02/02/sexualidad-y-salud-ovarica/>> [Accessed 23 March 2021].