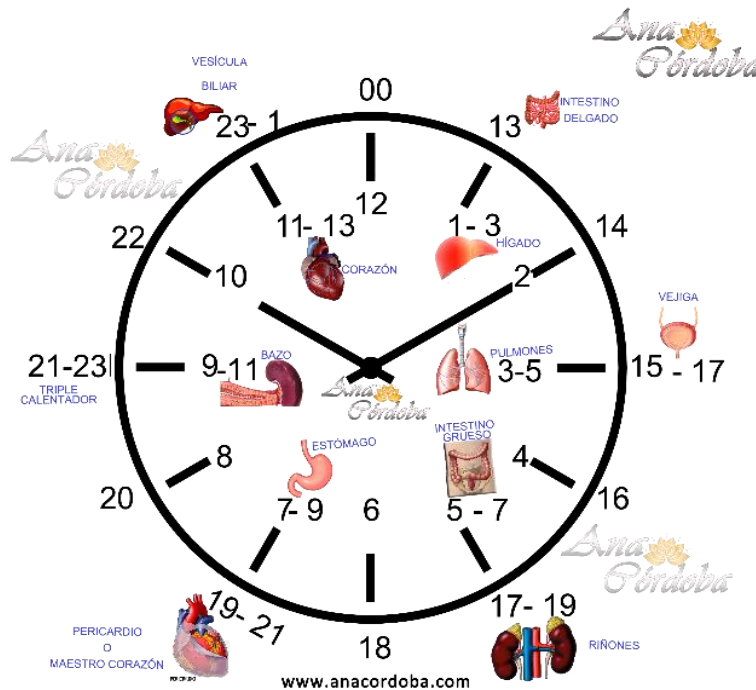


CONOZCAMOS EL HORARIO DE NUESTROS ÓRGANOS VITALES

AYUDEMOS A NUESTRA SALUD



En la acupuntura, cada órgano o víscera, está activo durante un periodo de tiempo.

Aquí podremos ver que órgano estará activo y las consecuencias de este.

A través de unos síntomas el órgano está desequilibrado energéticamente o afectado por alguna función.

Por ejemplo:

Si a las **4 de la mañana** una persona se despierta y se queda despierta toda la noche, indica que existe mucha energía en los pulmones, que es en este caso cuando el órgano está activo (**de 3 a 5**).

Hay que tener en cuenta los cambios de horarios en las estaciones. Por ejemplo: en el horario de invierno hay que quitar 1 hora, y en el horario de verano hay que quitarle 2 horas.

HORARIOS PREDETERMINADOS (Primavera y Otoño)

- De 3 a 5 máxima actividad de los Pulmones
- De 5 a 7 máxima actividad de Intestino Grueso
- De 7 a 9 máxima actividad de Estómago
- De 9 a 11 máxima actividad de Bazo
- De 11 a 13 máxima actividad de Corazón
- De 13 a 15 máxima actividad de Intestino Delgado
- De 15 a 17 máxima actividad de Vejiga

- De 17 a 19 máxima actividad de Riñones
- De 19 a 21 máxima actividad de Maestro Corazón
- De 21 a 23 máxima actividad de Triple Calentador
- De 23 a 1 máxima actividad de Vesícula Biliar
- De 1 a 3 máxima actividad de Hígado

TRIPLE CALENTADOR

¿Qué es?

Es un gran órgano que contiene todos los órganos internos, controlando las actividades de la energía del cuerpo humano.

Relaciona y comunica todos los órganos del cuerpo y sus funciones.

Protege al cuerpo físicamente a través de la circulación periférica y el sistema linfático.

Nos protege emocionalmente regulando nuestra vida social.

MAESTRO CORAZÓN

¿Qué es?

Según la Medicina Tradicional China, el corazón es el emperador, que se encarga de las tareas realmente importantes y trascendentes, y se apoya en sus ministros para que estos resuelvan y se adapten a las múltiples situaciones que ocurren en nuestra realidad.

El Maestro Corazón es el protector del corazón. Su función es la unificación del Ser en contacto con la totalidad de la persona. Ayuda a vivir con plenitud y sin tensión.

Tiene que ver con la capacidad de disfrute, la satisfacción, la capacidad de mantener una relación y un compromiso.

HORARIO DE INVIERNO

De 2 a 4 máxima actividad de los Pulmones
De 4 a 6 máxima actividad de Intestino Grueso
De 6 a 8 máxima actividad de Estómago
De 8 a 10 máxima actividad de Bazo
De 10 a 12 máxima actividad de Corazón
De 12 a 14 máxima actividad de Intestino Delgado
De 14 a 16 máxima actividad de Vejiga
De 16 a 18 máxima actividad de Riñones
De 18 a 20 máxima actividad de Maestro Corazón
De 20 a 22 máxima actividad de Triple Calentador
De 22 a 24 máxima actividad de Vesícula Biliar
De 24 a 2 máxima actividad de Hígado

HORARIO DE VERANO

De 1 a 3 máxima actividad de los Pulmones
De 3 a 5 máxima actividad de Intestino Grueso
De 5 a 7 máxima actividad de Estómago
De 7 a 9 máxima actividad de Bazo
De 9 a 11 máxima actividad de Corazón
De 11 a 13 máxima actividad de Intestino Delgado
De 13 a 15 máxima actividad de Vejiga
De 15 a 17 máxima actividad de Riñones
De 17 a 19 máxima actividad de Maestro Corazón
De 19 a 21 máxima actividad de Triple Calentador
De 21 a 23 máxima actividad de Vesícula Biliar
De 23 a 1 máxima actividad de Hígado