



# 21 de ENERO

## CHI KUNG PARA FORTALECER LOS RIÑONES

*¿Cansancio?, ¿pérdida de memoria?, ¿falta de voluntad?, ¿temor al frío?, ¿problemas de huesos?, ¿impotencia?, ¿esterilidad?, ¿miedos?...*

*Estos son algunos síntomas de que nuestros riñones tienen poca energía.*

*Los Riñones son los depositarios de nuestra esencia como Seres Humanos y los encargados de administrar las energías que forman la vida.*

### ¿PORQUÉ SON TAN IMPORTANTES LOS RIÑONES PARA NUESTRA SALUD?

Los Riñones generan los líquidos orgánicos y los distribuyen. Almacenan la esencia heredada y la adquirida. Rigen el equilibrio térmico (frío-calor). Nutren a los huesos, los dientes y el pelo. Regulan el desarrollo del feto. Rigen el sistema genitourinario y el ano, el sistema neuro-endocrino y el útero. Aportan su energía para formar la médula ósea, la medula espinal y el cerebro. De ellos depende el sentido del oído. Fijan la memoria y son el asiento de la voluntad (la fuerza que necesitamos para superar las dificultades). De ellos depende nuestra resistencia física y la responsabilidad, como la habilidad que poseemos para dar respuestas "hábiles" ante las situaciones de la vida.

***Cuando la energía de los Riñones se encuentra bien: disponemos de fuerza de voluntad y determinación, una mente ágil, el sistema nervioso bien equilibrado, huesos fuertes y abundante energía sexual.***

***Reconocemos nuestro Ser y el Ego está bien estructurado.***

Nuestros riñones son los depositarios de la esencia elaborada durante el proceso del desarrollo embrionario y de la que posteriormente adquirimos mediante la alimentación y la respiración; esta energía constituye la reserva necesaria para garantizar nuestro crecimiento y el paso a través de las diferentes fases de nuestra evolución, desde la concepción y el nacimiento, infancia, adolescencia, madurez y senectud, hasta la muerte.

***La energía de los Riñones tiene que ver con el agua de donde surge la vida, representan la vida en potencia.***

### LAS ENERGÍAS DE LOS RIÑONES SON ENERGÍAS DE FORMACIÓN

- **De nuestra parte física**, al filtrar la sangre y seleccionar las cantidades precisas de sales minerales y agua que necesitamos para que nuestro organismo funcione saludablemente, manteniendo el equilibrio de electrolitos en nuestro cuerpo. Esto es lo que en Medicina China se llama el Agua Madre necesaria para que las reacciones bioquímicas se puedan dar y poder formar los tejidos orgánicos.

- **De formación del Ser**, sirviendo de vehículo a las energías que heredamos a través de nuestra herencia genética, lo que nos conecta con el linaje Humano en el pasado, un presente de reconstrucción permanente de la materia de nuestro cuerpo y una proyección hacia el futuro a través de la procreación.

***Los riñones son los encargados de dar forma al SER, tanto en el aspecto físico como psíquico, nos ponen en relación con nuestro pasado a través de las energías heredadas, con el presente colaborando constantemente en el proceso de regeneración celular y con el futuro a través de la energía creadora de vida, la energía sexual.***



## LOS RIÑONES SE RELACIONAN CON LOS TRES PRECEPTOS FUNDAMENTALES DE LA VIDA

**1- Supervivencia:** es el mantenimiento de la vida en las células que forman nuestro cuerpo, para que nuestras células se puedan alimentar y reproducir necesitan el aporte líquido de la sangre, lo que en biología se llama capa de adhesión plasmática o líquido cristalóide (agua ionizada), que permite los intercambios a través de la célula, este líquido puro lo elaboran los riñones. La calcificación de los huesos y la producción de los glóbulos rojos y blancos en la médula roja del hueso dependen de los riñones.

**2- Procreación:** la energía de los riñones abastece a todo el sistema reproductor, útero, ovarios y las gónadas femeninas y masculinas. Es por ello que el uso excesivo de la energía sexual vacía la energía de los riñones. La maduración de los órganos sexuales y las características que diferencian a los dos sexos, dependen de los riñones.

**3- Conocimiento:** el sistema nervioso central y la sustancia gris del cerebro reciben la energía de los riñones para su formación, así como el líquido cefalorraquídeo y el sistema neuro-endocrino, por ello cuando hay deficiencias de la energía de los riñones, se da disminución de la capacidad mental y pérdida de la memoria, también disminución de la actividad sensorial, especialmente auditiva (ruidos y sordera prematura) y visual.

*Las emociones asociadas con los riñones tienen que ver con la voluntad de vivir, los valores humanos y éticos, los miedos y la ansiedad. La emoción que más daña a nuestros Riñones es el miedo.*

## EL MIEDO AFECTA A LOS RIÑONES

Los Riñones se relacionan con la supervivencia y la procreación, son el asiento de la voluntad como la fuerza de la vida que nos impulsa a superar las dificultades, pero la emoción que más les daña es el estrés y el miedo, esta emoción es la más destructiva para nuestros riñones y nuestros huesos.

## LA CALIDAD DE NUESTROS HUESOS DEPENDE DE LA ENERGÍA DE LOS RIÑONES

La medicina Tradicional China afirma que los riñones aportan su energía para que se puedan formar los huesos y las médulas. Por ello cuando la energía de los riñones se va gastando, los huesos se vuelven débiles.

## SIGNOS DE FALTA DE ENERGÍA EN LOS RIÑONES

Dolor o debilidad en la zona lumbar y en las rodillas. Deficiencias o degeneración en la formación de los huesos y cartílagos, así como en las articulaciones. Osteoporosis, artrosis y artritis nos indican falta de energía de los Riñones. Debilidad general, cansancio o agotamiento por vacío en la energía de los riñones.

Alteraciones en el terreno genito-urinario, como impotencia, esterilidad, eyaculación precoz... anorgasmia, orina involuntaria, ausencia de orina, o muy abundante, con mucha frecuencia, dolor al orinar, cálculos renales.

Anemia y alteración de los elementos que forman la sangre, glóbulos rojos, glóbulos blancos y plaquetas.

Pérdida de audición, escuchar ruidos extraños y vértigos.

Temor al frío, persona friolera por falta de calor en el cuerpo (energía Yang del riñón).

Desconfianza, la persona vive la vida como una amenaza. Miedos en general ante las situaciones de la vida.

## CONTENIDOS DEL CURSO

- **"CHI KUNG DEL DRAGÓN DE AGUA": SERIE DE 12 EJERCICIOS PARA FORTALECER LA ENERGÍA DE LOS RIÑONES.**
- **AUTOMASAJES Y TÉCNICAS ESPECIALES PARA REFORZAR LOS RIÑONES.**
- **MEDITACIÓN PARA LIMPIAR Y MEJORAR NUESTROS RIÑONES - RESPIRACIÓN DEL AGUA.**
- **LOS RIÑONES COMO DEPOSITARIOS DE LA ESENCIA: ENERGÍAS HEREDADAS.**
- **LOS RIÑONES Y LAS EMOCIONES: EL MIEDO**
- **DESEQUILIBRIOS EN LAS ENERGÍAS DE LOS RIÑONES Y CÓMO AFECTAN AL COMPORTAMIENTO.**
- **ALIMENTOS QUE LES BENEFICIAN O LES PERJUDICAN**

## DATOS DEL CURSO

**CENTRO:** "Mandala "

**DIRECCIÓN:** C/ De la Cabeza Nº 15 - 2º D – (Tirso de Molina)

**FECHA:** 21 de Enero

**HORARIO:** 9:30 a 14h y 16 a 20h

**PRECIO:** 150€

**INSCRIPCIONES - JANÚ RUIZ:** 914 131 421 - 656 676 231

**www.chikungtaojanu.com - janu.tao@wanadoo.es**

