

**Li Ping**

**El gran libro  
de la  
medicina china**

## Capítulo 1

# La teoría del Yin-Yang y de los 5 elementos

### La teoría del Yin-Yang

Yin-Yang es un concepto filosófico de la China antigua que designa una concepción del mundo, a partir de la cual los antiguos chinos conocieron y explicaron la Naturaleza, dando lugar a la teoría Yin-Yang.

### Ideogramas:

陽 YANG      陰 YIN

阝 Representa una colina  
去 Representa una nube  
日 Representa el sol  
旦 Representa el sol sobre el horizonte  
勿 Representa rayos de luz

Los ideogramas representan la parte soleada y sombreada de una colina. La parte expuesta al sol es el Yang y la parte que da de espaldas al sol es el Yin. Esta concepción «binaria» se introdujo en todos los aspectos:

- **El clima:** frío-calor.
- **La orientación:** arriba-abajo, derecha-izquierda, interior-exterior.
- **El estado de movimiento:** actividad-reposo, etcétera.

Y así, la totalidad de los fenómenos y cosas observables, humanas o no, quedaron clasificadas según los conceptos fundamentales de Yin o Yang. En general, se considera fenómeno de naturaleza Yang todo lo que es:

- móvil
- caliente
- que se exterioriza
- ligero, ascendente
- luminoso

Y se considera fenómeno de naturaleza Yin todo lo que es:

- inmóvil
- frío
- se interioriza
- pesado, descendente
- oscuro

POR EJEMPLO:

– Cielo-tierra: el cielo es de naturaleza Yang, su energía es ligera y transparente; la tierra es de naturaleza Yin, y su energía es pesada y opaca.

– Agua-fuego: el agua es Yin, es fría y circula hacia abajo; el fuego es Yang, es caliente y se dirige hacia arriba.

Con respecto a la medicina, las materias y funciones cuya acción es:

- la propulsión
- la excitación
- el recalentamiento

pertenecen al Yang.

Y las materias y funciones cuya acción es:

- la coagulación
- la hidratación
- la condensación
- la inhibición

pertenecen al Yin.

La naturaleza Yin o Yang de las cosas no es absoluta, sino relativa. Un elemento será Yin o Yang sólo en relación con otro elemento. Y esta relatividad se traduce, por un lado, como la transformación mutua entre el Yin y el Yang respecto a una condición determinada; es decir, el Yin puede transformarse en Yang y el Yang en Yin. Por ejemplo, el día posee naturaleza Yang y la noche naturaleza Yin, pero la mañana respecto a la tarde es el Yang en el Yang y la tarde es el Yin en el Yang.

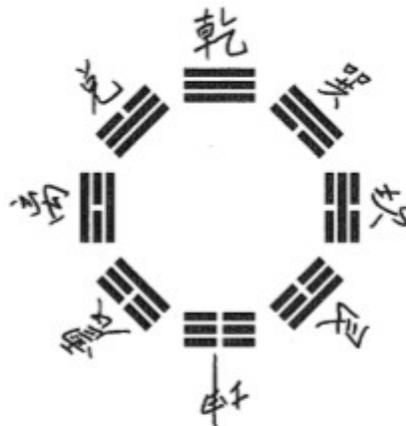
Gráficamente en el *Yi Jing* («Libro de las mutaciones», 700 años a. J.C.) el Yin y el Yang se representaban por líneas discontinuas y continuas respectivamente:



La combinación dos a dos en estas líneas forman los 4 diagramas siguientes:



Añadiendo una línea más y haciendo todas las combinaciones posibles aparecen los 8 trigramas:



Y las combinaciones posibles de estos trigramas dan los sesenta y cuatro hexagramas del *Yi Jing*.

## Contenido fundamental de la teoría de Yin-Yang. Sus leyes

### 1. Oposición-restricción mutua de Yin-Yang

El Yin y el Yang se relacionan entre sí y son, a la vez, opuestos y unitarios. La oposición de Yin-Yang se manifiesta principalmente por la restricción mutua y crecimiento-decrecimiento entre los dos



elementos. El Yin y el Yang se controlan mutuamente para equilibrarse.

EJEMPLO: el *Su Wen* señala:

La llegada del solsticio de invierno da lugar al nacimiento del Yang. Es decir, que dentro de los 45 días comprendidos entre el solsticio de invierno y el comienzo de la primavera, la energía Yang aumenta progresivamente, mientras que la energía Yin disminuye. La energía Yang se encuentra al máximo con la llegada del solsticio de verano, en la que la energía Yin está al mínimo.

De la misma manera, la llegada del solsticio de verano da lugar al nacimiento del Yin. Es decir, que los 45 días comprendidos desde el solsticio de verano hasta el comienzo del otoño, la energía Yin aumenta progresivamente y la energía Yang disminuye al mismo tiempo.

La energía Yin está al máximo con la llegada del solsticio de invierno, mientras que la energía Yang está al mínimo. Y así comienza de nuevo el ciclo que se repite anualmente.

EJEMPLO: la excitación del organismo pertenece al Yang, su inhibi-

ción pertenece al Yin. Ambas funciones se controlan mutuamente y esta restricción mutua evita el exceso tanto de la una como de la otra. Es así como el organismo humano puede mantenerse en un estado de equilibrio relativo que denominamos estado fisiológico normal; pero si por cualquier motivo, en algún aspecto, aparece un exceso o insuficiencia en uno u otro, quedando perturbado el equilibrio relativo, el organismo cambiará a un nuevo estado que denominamos patológico.

## **2. Interdependencia de Yin-Yang**

El Yin y el Yang son la unidad contraria. Se oponen en la dependencia mutua. No existe uno sin el otro.

EJEMPLO: en medicina tradicional china, cuando hablamos de la relación entre materias vemos que la energía y la sangre son las materias fundamentales del organismo; la energía es Yang y la sangre es Yin. «La energía gobierna la sangre, la sangre es la madre de la energía.» Existe interdependencia entre ambas, por lo cual una no puede subsistir sin la otra.

EJEMPLO: en la relación entre funciones, las funciones fisiológicas esenciales del organismo son la excitación y la inhibición. Si no existe excitación no puede producirse la inhibición y viceversa. El *Su Wen* destaca: «el Yin defendido por el Yang puede activar las actividades en el interior; el Yang preservado por el Yin puede circular por el exterior».

## **3. Decrecimiento-crecimiento de Yin-Yang**

La oposición, la restricción y la interdependencia entre el Yin y el Yang no están inmóviles e invariables, sino que están en una mutación constante, manteniendo un equilibrio relativo en cuanto a crecimiento y decrecimiento en el curso de su transformación, y se mantiene dentro de ciertos límites y durante un cierto periodo por el «decrecimiento del Yin con crecimiento del Yang» y el «decrecimiento del Yang con crecimiento del Yin».

EJEMPLO: las funciones fisiológicas del organismo. Durante el día prevalece el Yang, destacando las funciones fisiológicas de excitación (despierto), mientras que durante la noche, en la que el Yin es abundante, existe una tendencia a la inhibición (sueño).

A medianoche el Yang comienza a crecer, alcanzando su punto máximo hacia el mediodía, y las funciones fisiológicas pasan progresivamente de la inhibición a la excitación. Al mediodía el Yin empieza a crecer, alcanzando su punto máximo hacia la medianoche, y sus funciones fisiológicas pasan progresivamente de la excitación a la inhibición. Esto nos indica los procesos de decrecimiento-crecimiento de Yin y Yang. En resumen, existen cuatro formas cambiantes:

- Crecimiento de Yin ————— Decrecimiento de Yang
- Crecimiento de Yang ————— Decrecimiento de Yin
- Decrecimiento de Yin ————— Crecimiento de Yang
- Decrecimiento de Yang ————— Crecimiento de Yin

EJEMPLO: para mantener las actividades orgánicas normales necesitamos metabolizar o consumir ciertas sustancias nutritivas, es decir, se tratará de «un crecimiento de Yang y un decrecimiento de Yin», y al contrario, para transformar las sustancias nutritivas del organismo es necesario consumir una cierta cantidad de energía, tratándose de «un crecimiento de Yin con un decrecimiento de Yang». Este equilibrio en variación constante de Yin y Yang es el que mantiene en un equilibrio relativo las actividades fisiológicas normales del organismo. Si ello no se mantiene se produce un predominio o debilitamiento del Yin o del Yang, convirtiéndose en el estado patológico.

El *Su Wen* afirma: «el exceso de Yin daña al Yang, el exceso de Yang daña al Yin. Cuando existe un exceso de Yang se produce calor, cuando existe un exceso de Yin se produce frío».

#### 4. Transformación de Yin-Yang

Indica que los dos aspectos opuestos de una misma cosa, en condiciones extremas, pueden convertirse en sus contrarios durante el

transcurso del desarrollo. El *Ling Shu* subraya: «el Yin extremo se convierte en Yang; el Yang extremo se convierte en Yin».

En las cuatro estaciones, por ejemplo, la primavera, estación dulce, evoluciona hacia el calor extremo del verano, es el comienzo de su transformación en frío. El otoño, fresco, evoluciona hacia el frío extremo en invierno, es el comienzo de la transformación en calor.

EJEMPLO: el calor extremo consume excesivamente la energía esencial (Yuan Qi); después de la hipertermia creciente, la temperatura puede bajar bruscamente apareciendo así la cara pálida, extremidades frías y pulso extremadamente fino, casi inexistente. Son los signos graves del consumo de energía Yang. Es el síndrome Yang que se transforma en síndrome Yin.

Hasta aquí he expuesto las leyes de oposición-restricción, interdependencia, equilibrio relativo y de transformación de Yin-Yang, todas ellas relacionadas entre sí.

## Aplicación de la teoría del Yin-Yang en medicina tradicional china

### 1. En la estructura del organismo

El organismo humano es una unidad orgánica en donde rigen los 4 principios Yin-Yang.

El *Su Wen* subraya: «la vida está impregnada de Yin-Yang. Toda la estructura tisular del organismo puede dividirse en dos partes opuestas que están encarnadas por el Yin-Yang».

**YANG** Hombre, parte superior, superficie, espalda, 6 entrañas, corazón, pulmón, Yang de corazón, energía, energía defensiva, Shen, Jin (parte fluida del líquido orgánico), etcétera.

**YIN** Mujer, parte inferior, interior, abdomen, 5 órganos, bazo, hígado, riñón, Yin de corazón, sangre, energía nutritiva, esencia, Ye (parte condensada del líquido orgánico), etcétera.

## 2. En la fisiología del organismo

Las actividades fisiológicas del organismo se basan en las materias. Si no hay materias, las funciones no se producen. Asimismo, las actividades orgánicas aceleran sin cesar el metabolismo de las materias.  
EJEMPLO: relación entre materias:

- Qi (energía): «la sangre circula gracias a la energía».
- Xue (sangre): «la energía es alimentada por la sangre».

Relación entre funciones:

- «El Yin defendido por el Yang activa el interior».
- «El Yang preservado por el Yin puede circular por el exterior».

## 3. En la patología del organismo

Si el equilibrio Yin-Yang se perturba por algún motivo aparece el estado patológico.

La *energía vital* atañe a la estructura y funciones, así como a la capacidad defensiva del organismo.

La *energía perversa* atañe a un conjunto de factores patógenos.

La perturbación del equilibrio Yin-Yang se dará entre las partes Yin y Yang de la energía vital y también en la actuación de las energías perversas Yin y Yang.

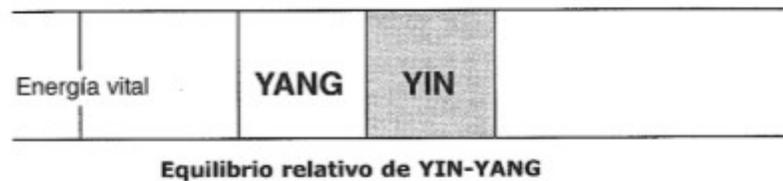
Energía vital  
(Zhen Qi)

YIN (líquido orgánico)  
YANG (energía)

Energía perversa  
(Xie Qi)

Energía perversa YIN (frío, humedad)  
Energía perversa YANG (viento, calor-  
fuego, sequedad)

La evolución de la enfermedad es el proceso de la lucha entre la energía vital y la energía perversa. Y el resultado de esta lucha será un exceso o un vacío de Yin o de Yang.

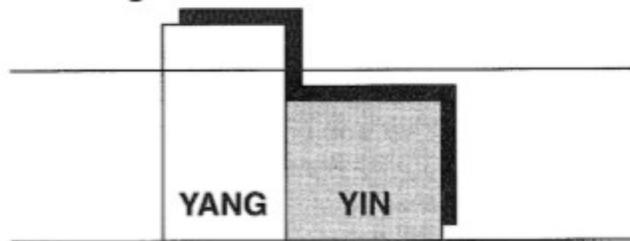


### 3.1. Exceso de Yin o Yang

El exceso de Yin o de Yang indica que, tanto el Yin como el Yang, sobrepasan su límite normal. Es el «crecimiento excesivo» de uno de los dos aspectos.

El *Su Wen* subraya: «el exceso de Yin daña al Yang, el exceso de Yang daña al Yin». Cuando se trata de exceso de Yang, hay calor; cuando el exceso es de Yin, hay frío.

#### a) Exceso de Yang



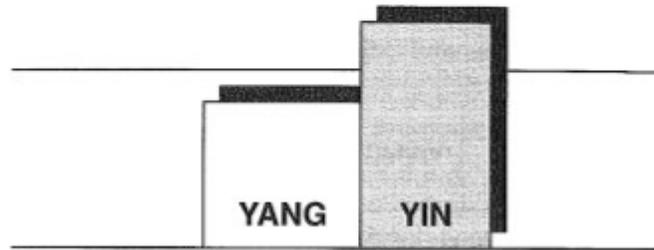
*Síndrome de calor-plenitud.* Designa el síndrome de calor tras un ataque de energía perversa Yang (hipertermia, sed, cara roja, pulso rápido).

Exceso de Yang

Conlleva calor (crecimiento excesivo de Yang)

Daña el Yin (el calor consume el líquido orgánico. El Yin disminuye relativamente)

**b) Exceso de Yin**



*Síndrome de frío-plenitud.* Designa el síndrome de frío provocado por el ataque de una energía perversa Yin (escalofríos, enfriamiento de los 4 miembros, dolor abdominal, pulso profundo, etc.).

Exceso de Yin

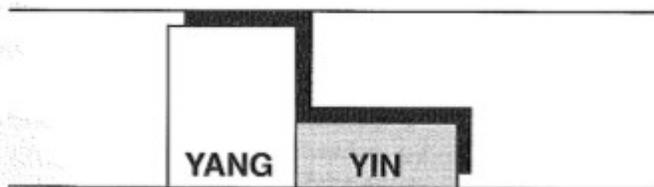
Provoca frío (crecimiento excesivo de Yin)

Daña el Yang (el Yang disminuye relativamente)

**3.2. Vacío de Yin o de Yang**

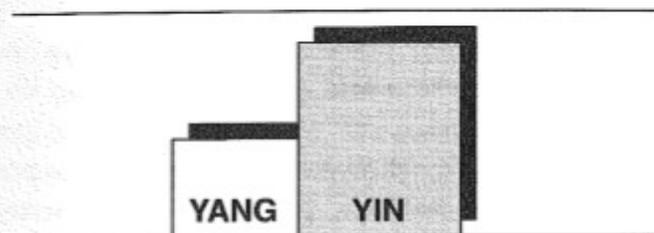
El vacío de Yin o Yang indica que uno de los dos disminuye excesivamente y no llega a su límite normal.

**a) Vacío de Yin**



*Síndrome de calor-vacío.* Es el síndrome de vacío de líquido Yin del organismo (el Yin decrece excesivamente). El Yin en vacío no controla el Yang. El Yang está en exceso relativo (sofocaciones, pómulos rojos, sudores nocturnos, etc.). El vacío de Yin provoca calor. Es el calor-vacío.

### b) Vacío de Yang



*Síndrome de frío-vacío.* Nos indica un decrecimiento de la energía Yang (el Yang decrece excesivamente). El Yang en vacío no controla el Yin. El Yin está en exceso relativo (escalofríos, enfriamiento de los miembros, etc.). El vacío de Yang provoca el frío. Es el frío-vacío.

### 3.3. La lesión de Yin o Yang

La lesión de Yang conlleva a la lesión del Yin y viceversa. Es la llamada lesión concomitante de Yin y Yang. Debido a la relación de interdependencia de Yin-Yang, cuando uno de los dos elementos (Yin o Yang) es atacado, inevitablemente resulta atacado el otro.

EJEMPLO: el vacío de Yang no transforma el líquido Yin realizando el vacío de Yin. Es la lesión de Yang la que provoca la lesión de Yin.

Asimismo, el vacío de Yin no transforma la energía Yang, provocando el vacío de Yang. Es la lesión del Yin la que provoca la lesión de Yang. Esto provoca inevitablemente una lesión concomitante de Yin y de Yang. Podemos llamar a todo ello «dominio mutuo de Yin-Yang».

EJEMPLO: vacío de la energía (Yang) que no transforma la sangre (Yin), resultando de ello el vacío concomitante de energía y sangre.

### 4. Para orientar el diagnóstico

El *Su Wen* subraya: «la habilidad en el diagnóstico consiste, en primer lugar, en saber distinguir el Yin del Yang a través de la inspección y la palpación de los pulsos».

Existen 8 reglas de diagnóstico:

- Yin - Yang
- Exterior - Interior
- Vacío - Plenitud
- Frío - Calor

El principio Yin-Yang constituye la regla clave en el proceso del diagnóstico. Las reglas exterior, plenitud y calor pertenecen al Yang; interior, vacío y frío pertenecen al Yin.

En la práctica clínica, al discernir entre el Yin y el Yang es cuando se puede llegar a conocer la naturaleza de la enfermedad.

EJEMPLO: en cuanto al color:

- Color claro (tinte facial vivo): ataque de Yang.
- Color oscuro (tinte facial mate): ataque de Yin.

EJEMPLO: en cuanto a la voz y la respiración:

- Voz sonora, respiración fuerte, hablar en exceso, agitación: síndromes de plenitud, calor, Yang.
- Voz baja, respiración débil, hablar poco: síndromes de vacío, frío, Yin.

EJEMPLO: en cuanto a los pulsos:

- Pulso rápido, superficial, amplio, deslizante: Yang.
- Pulso lento, profundo, pequeño, fino: Yin.

Así pues, distinguir el Yin y el Yang es primordial en el proceso del diagnóstico.

## **5. Para establecer el tratamiento**

Ya sabemos que la causa principal de la aparición y desarrollo de la enfermedad es el desequilibrio del Yin-Yang. Para restablecer este equilibrio es necesario:

- Tonificar lo que esté en vacío
- Dispersar lo que esté en plenitud

**a) principio terapéutico para el exceso de Yin o Yang**

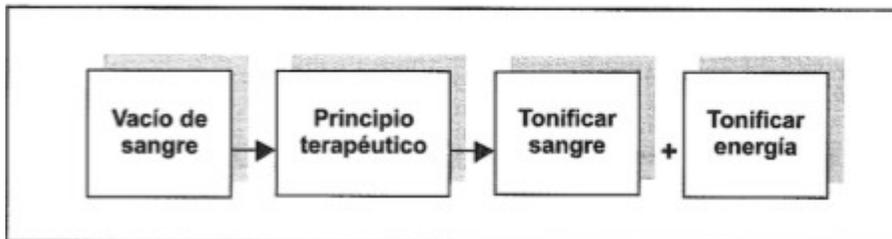
- Exceso de energía perversa Yang: aplicar el método o el medicamento de naturaleza fría para refrescar y dispersar el calor.
- Exceso de energía perversa Yin: aplicar el método o medicamento de naturaleza caliente para calentar y dispersar el frío.

**b) principio terapéutico para el vacío de Yin o Yang**

- Vacío de Yin (calor-vacío): tonificar el Yin para dispersar el calor. El *Su Wen* dice: «tonificar el Maestro del agua para inhibir el Yang». (El Maestro del agua es el Yin del riñón, que es la fuente del Yin de todo el cuerpo.)
- Vacío de Yang (frío-vacío): tonificar el Yang para eliminar el frío. El *Su Wen* subraya: «tonificar la raíz del fuego para dispersar el Yin». (La *raíz del fuego* quiere decir el Yang del riñón, que es la fuente de la energía Yang de todo el cuerpo.)

**c) principio terapéutico de buscar el Yin en el Yang y el Yang dentro del Yin**

EJEMPLO: en caso de vacío de sangre, es necesario no solamente tonificar la sangre (Yin), sino también tonificar la energía (Yang) para secundar la transformación de sangre.



**6. Para clasificar los medicamentos (plantas)**

La naturaleza, el sabor y las acciones de los medicamentos pueden clasificarse según el Yin-Yang.

### a) Naturaleza de los medicamentos (plantas)

En general existen 4 tipos de naturaleza:

- Frío
- Tibio
- Caliente
- Fresco

También se les describe según la denominación de «4 Qi» (4 energías). De entre ellos, el frío y el refrescante pertenecen al Yin, los demás pertenecen al Yang.

Resumiendo, diremos que las plantas que pueden eliminar o disminuir el síndrome de calor son de naturaleza fría o fresca (Yin), por ejemplo: la *Santellaria baicalensis*, la *Gardenia jasminoides*, etcétera. Y al contrario, las plantas que pueden disminuir o eliminar el síndrome de frío son de naturaleza caliente o tibia (Yang). Por ejemplo: *Radix aconiti*, gengibre seco, etcétera.

### b) Sabores de las plantas medicinales

Existen 5 sabores:

- Picante
- Ácido
- Salado
- Dulce
- Amargo

De entre los 5 sabores, el picante y el dulce son de naturaleza Yang, y el ácido, el amargo y el salado son Yin.

### c) Acciones de las plantas medicinales: existen 4 tipos de acciones

- **Sheng** (subir, ascensión)
- **Fu** (difundir, propagar)
- **Jiang** (bajar, descenso)
- **Cheng** (calmar, retraer)

En general, los medicamentos cuya acción consiste en hacer subir el Yang, liberar la superficie, dispersar el viento, eliminar el frío, pro-

vocar el vómito, abrir el «orificio puro», etc., poseen características de Sheng y Fu, es decir, que hacen subir y exteriorizar, son Yang.

Aquellos cuya acción consiste en provocar la purgación, dispersar el calor, favorecer la micción, calmar el Shen, inhibir el Yang, disminuir el viento, disolver la acumulación, hacer descender el reflujo, etc., tienen características de Jiang y Cheng, es decir, que dirigen hacia abajo e interiorizan, son Yin.

### **Teoría de los cinco elementos**

A partir de la observación de las 5 materias que componen la naturaleza (madera, fuego, tierra, metal, agua), y observando sus procesos de cambio y sus potencialidades fundamentales, se originó la teoría *Wu Xing* (*Wu*: cinco; *Xing*: movimientos/procesos), es la *teoría de los cinco elementos*, también llamada *teoría de los cinco movimientos*. Esta teoría sostiene que «todas las cosas y fenómenos del Universo no están aisladas ni inmóviles y son el resultado de los movimientos y mutaciones de las 5 materias fundamentales».

Shuo Yu-Zhen Yu subrayó: «de manera que el emperador difunto había mezclado la tierra con el metal, la madera, el agua y el fuego para formar todas las cosas del Universo».

El contenido principal de la teoría de los cinco elementos se fundamenta en dos partes: *a*) correspondencia de los cinco elementos con las cosas y fenómenos de la naturaleza; y *b*) relaciones de producción, de dominio, de agresión y de insulto (Sheng, Ke, Cheng, Wu).

#### **1. Particularidades y correspondencias de los cinco elementos**

**a) Características de la madera.** Los antiguos chinos la describieron Mu Yue Qu Zi (la madera crece hacia arriba y se expande al exterior). Esto nos indica, en realidad, la forma de crecimiento del árbol con sus ramas que crecen y se expanden en los cuatro sentidos. De aquí se dedujo que todas las cosas y fenómenos con fun-