

El contenido de esta obra es una contribución del autor al repositorio digital de la Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ecuador, por tanto el autor tiene exclusiva responsabilidad sobre el mismo y no necesariamente refleja los puntos de vista de la UASB.

Este trabajo se almacena bajo una licencia de distribución no exclusiva otorgada por el autor al repositorio, y con licencia Creative Commons – Reconocimiento de créditos-No comercial-Sin obras derivadas 4.0 Internacional



---

## **Los 5 elementos. Los 5 movimientos. Los 5 procesos de energía vital**

**José Luis Coba Carrión**

**2018**

- **Los 5 elementos**

- **Los 5 movimientos**

- **Los 5 procesos de energía vital**

**Dr. José Luis Coba**

2018

1



**La enfermedad y la salud son movimientos**



**de un mismo proceso,**



**nos comunican un mensaje,**



**Nuestro trabajo es saber decodificarlo**

# 5 procesos de energía vital



# Los 5 procesos de energía vital



Junto con la teoría del yin y yang se constituyen en la base del pensamiento chino en salud

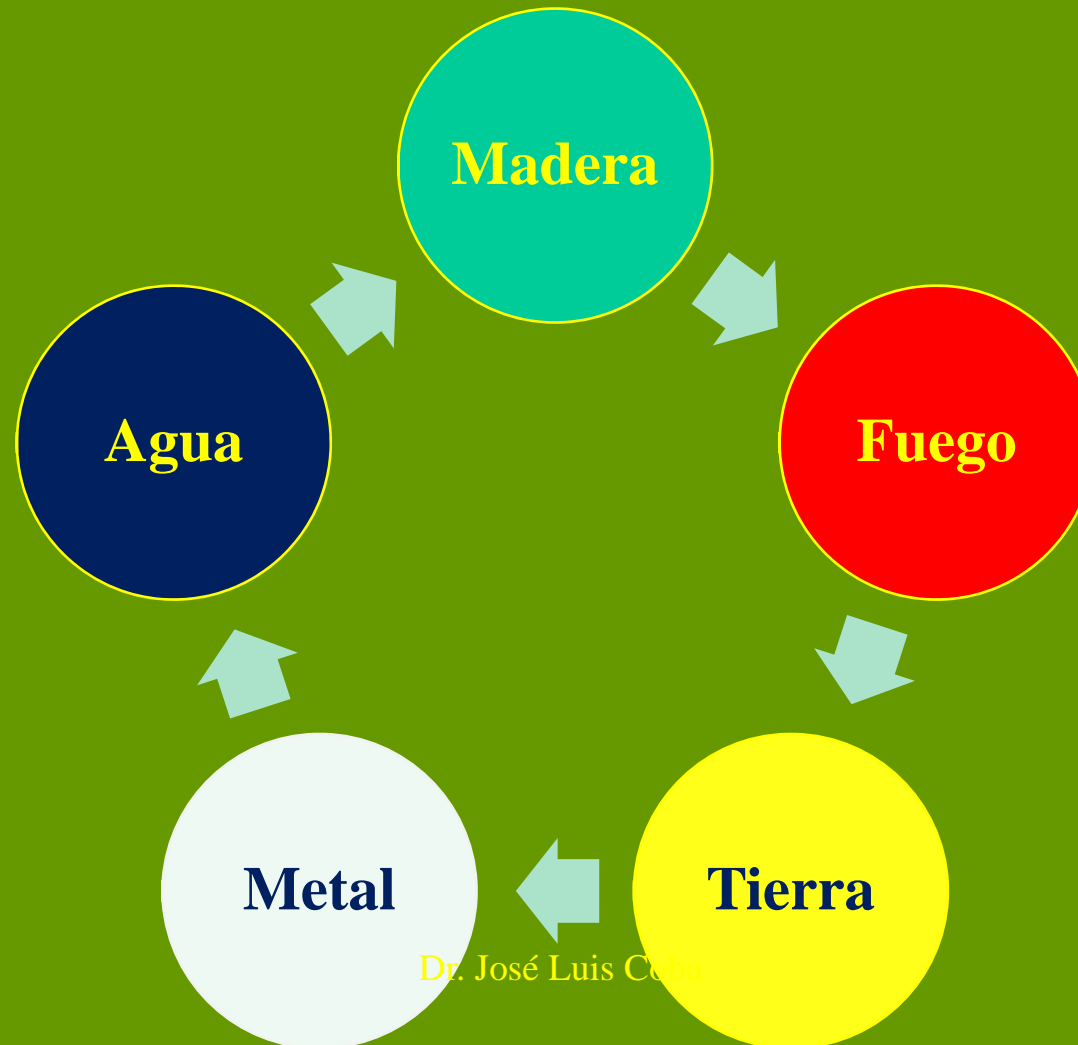
**Son 5 fases o movimientos**

**Son expresiones de la energía vital**

**Son estados energéticos**

**Son metáforas que aluden al movimiento de la energía en relación con toda la corporeidad y con los entornos**

# Los 5 procesos de energía vital



# Características de los cinco procesos

---

Relacionalidad

---

Son universos de realidades

---

Son procesos

---

Son movimiento constante

---

Son transformación constante

---

Son interdependencia

---

Son yin y yang (energía vital)

---

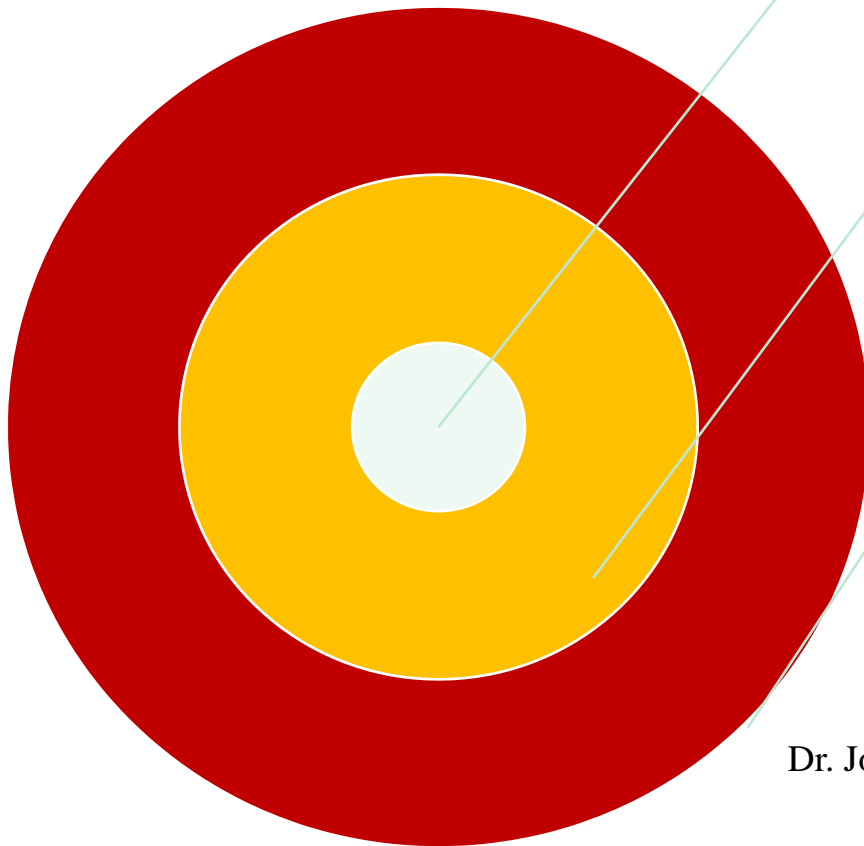


# Relacionalidad

Son un tejido que se despliega y se teje por sí mismo y a través de sí mismo, esto es existe porque existe lo otro

La existencia de los todos y de las partes hace la trama

Cada proceso es un tejido, cada tejido forma otro tejido más complejo



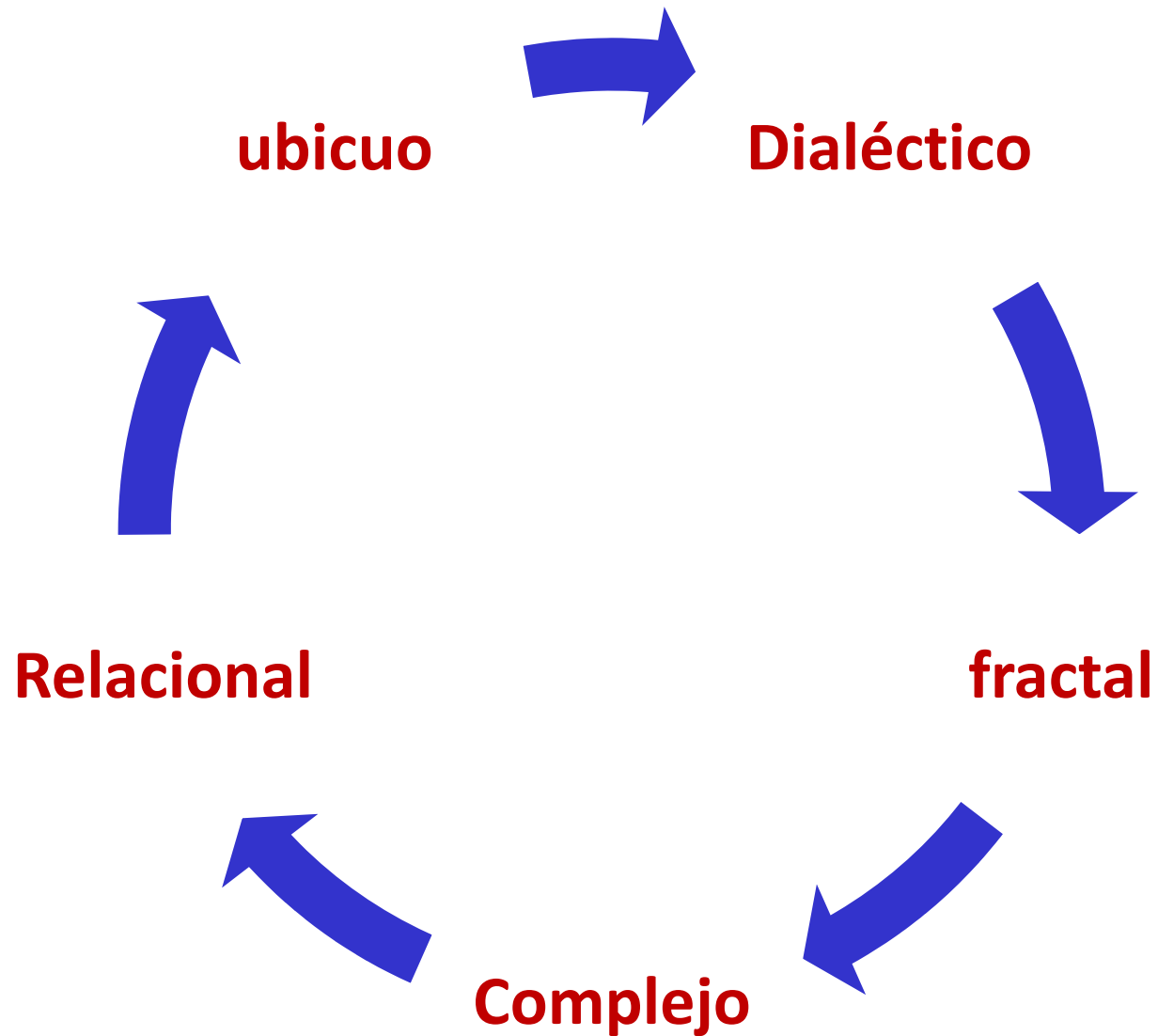
# Universos

Cada proceso ES...,  
un entramado de  
procesos micro

Cada proceso ESTÁ  
relacionado con  
otros procesos  
macro

Cada proceso ES...,  
porque se relaciona con  
otros procesos

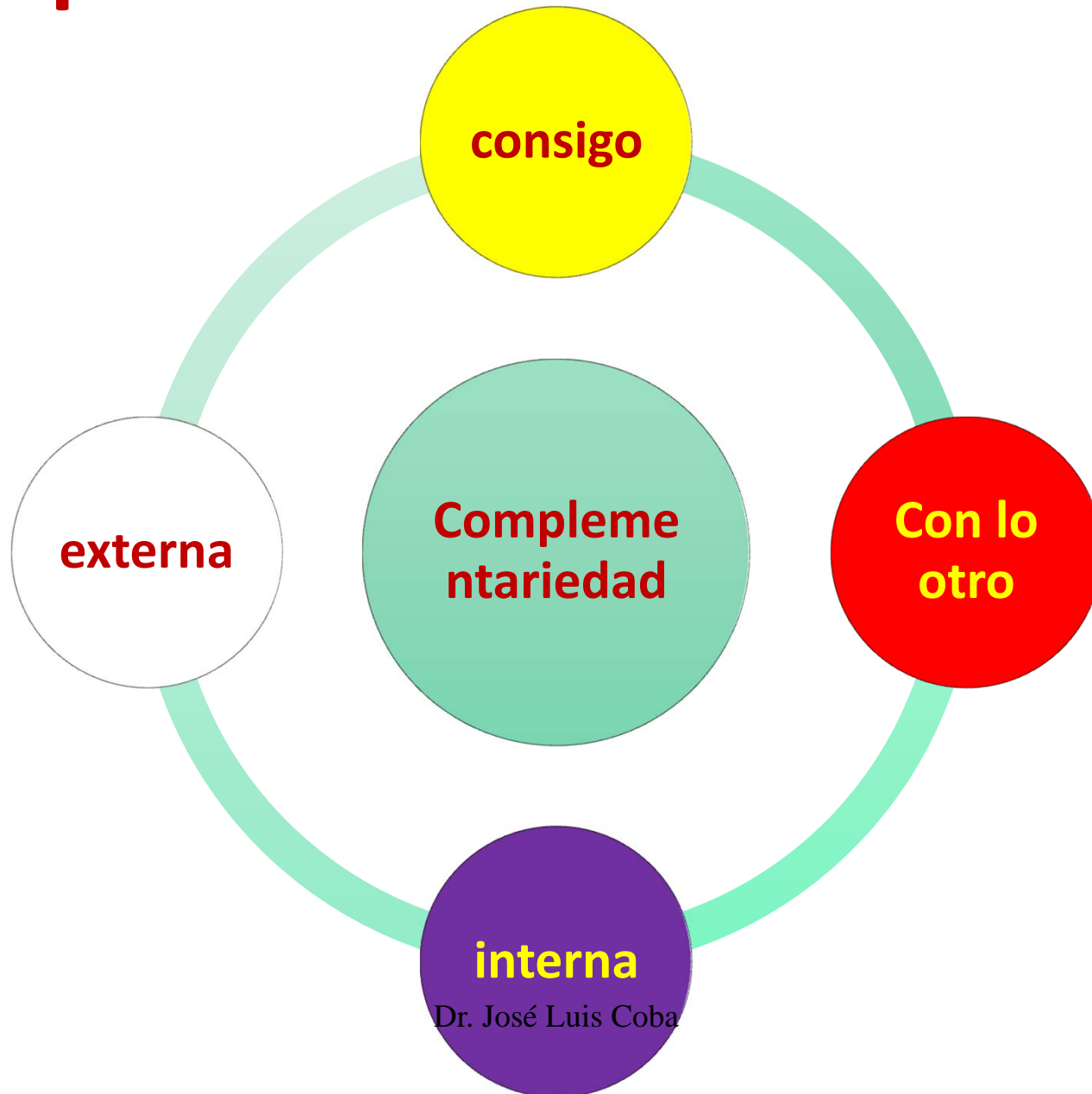
# Movimiento constante



**Complejo**

Dr. José Luis Coba

# Interdependencia



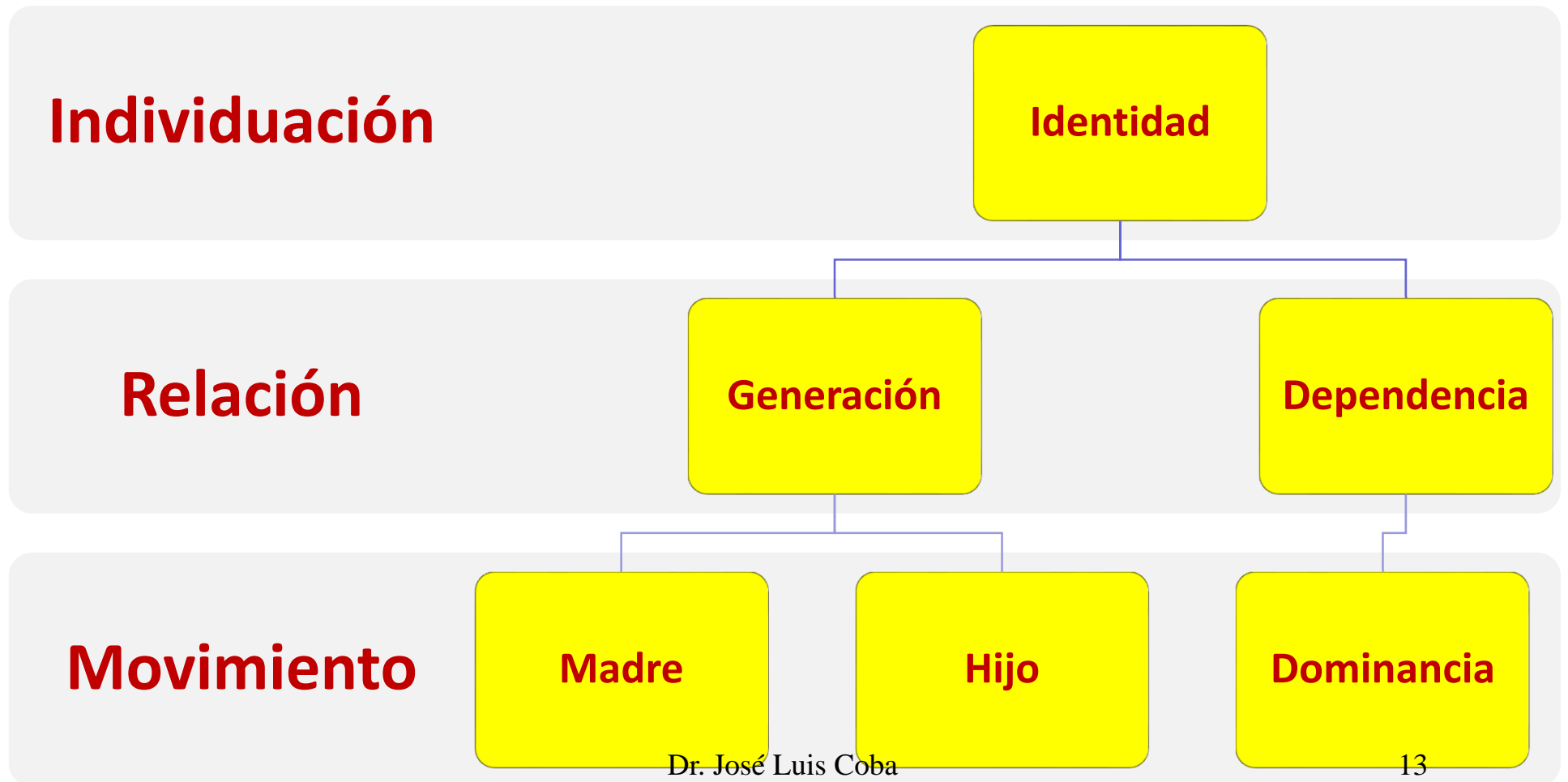
Dr. José Luis Coba

# Son yin y yang

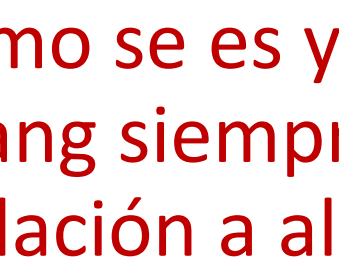


Dr. José Luis Coba

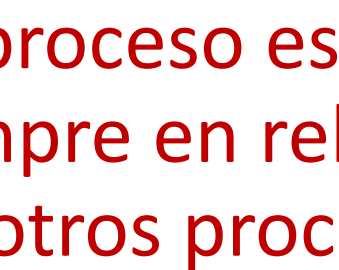
# Cada proceso tiene a su vez sus propias características



# Individuación

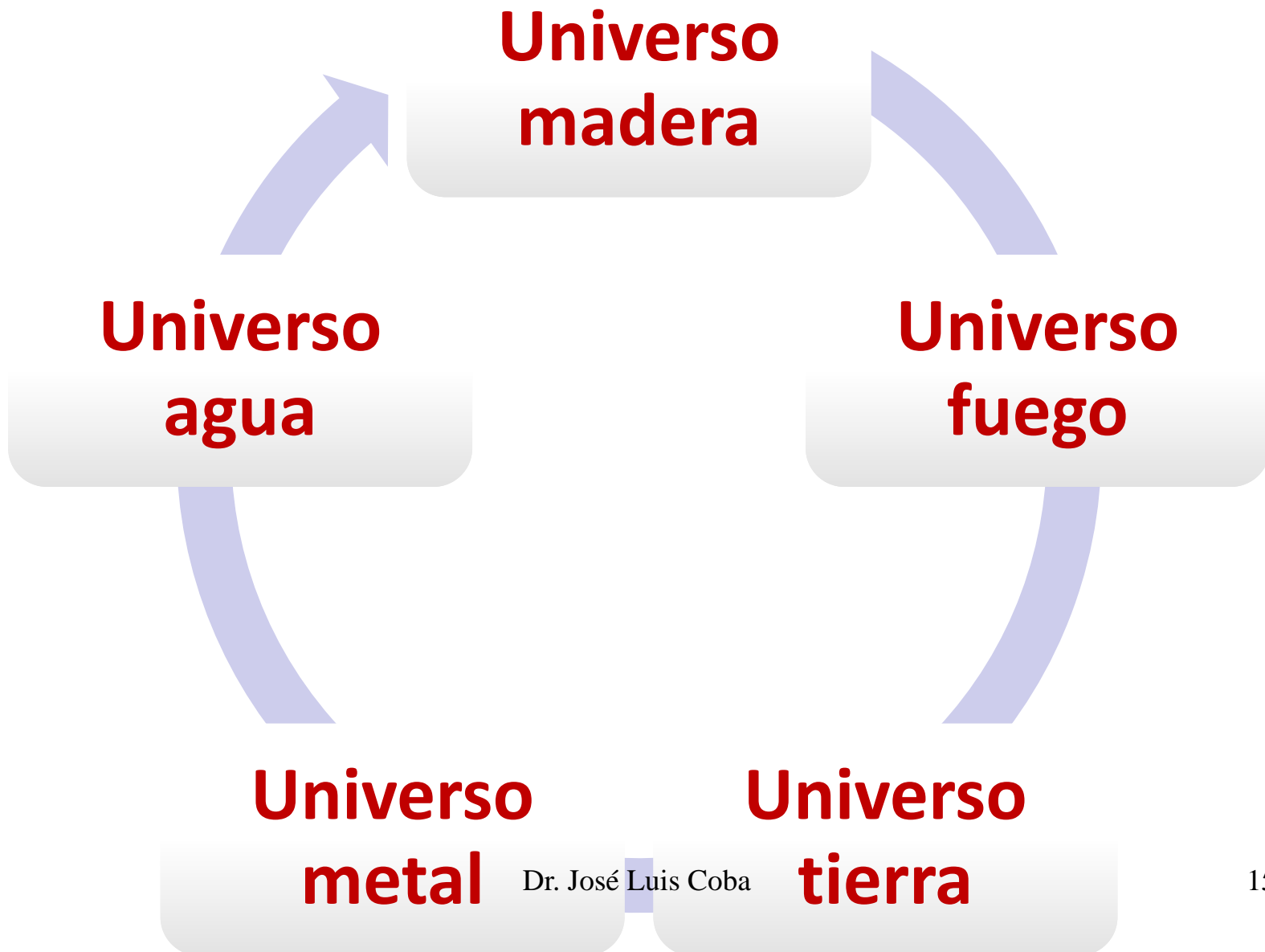


Así como se es yin o se es yang siempre en relación a algo



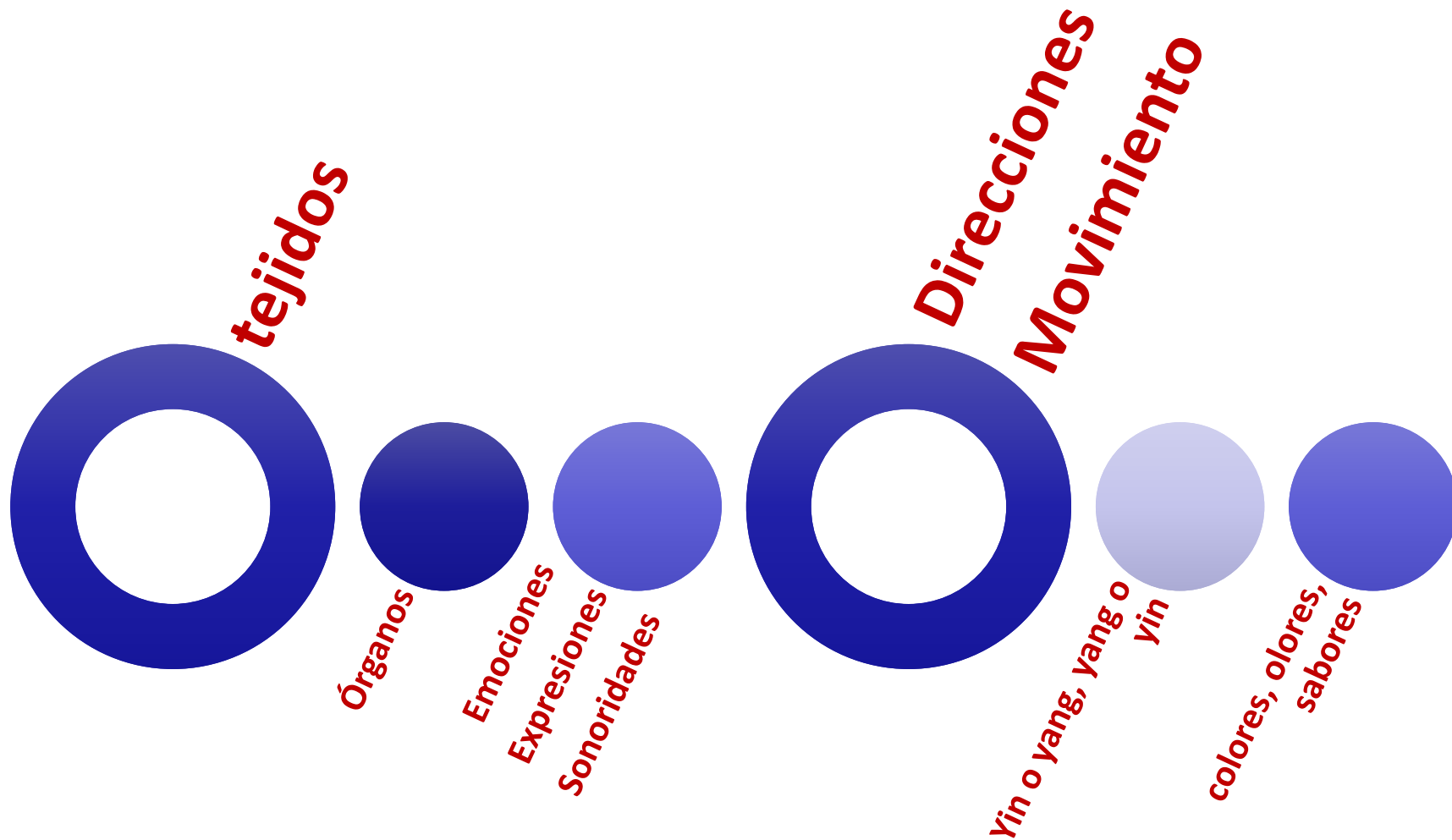
Cada proceso es lo que es siempre en relación a los otros procesos

# Identidad

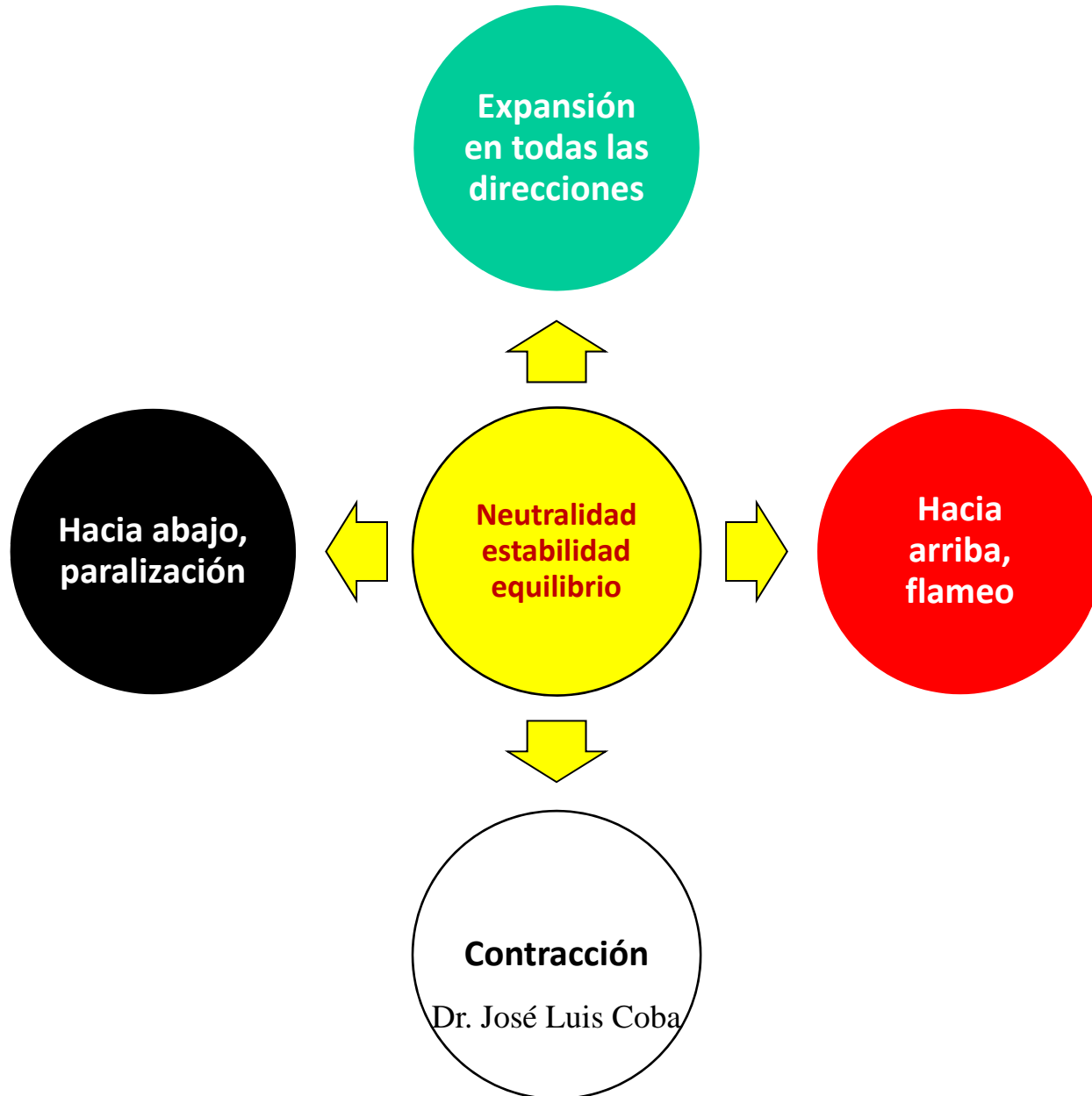




# Cada universo es un proceso



# Cada proceso de energía vital





**se trata de los procesos  
de la vida, que deben  
ser entendidos antes de  
poder ser manejados.**

Dr. José Luis Coba

# Proceso de energía vital Hígado-Madera

**Hígado**

**Vesícula Biliar**

**Ojos**

**Tendones**

**Grito**

**Verde**

**Ira**

**Primavera**

**Nacimiento**

**Este**

**Sabor ácido**

**Viento**

# Proceso de energía vital Hígado-Madera

Componente Yang: movimiento hacia delante, expansión

Componente Yin: regreso, espera

Equilibrio: Saber cuando detenerse, saber cuando avanzar

Insuficiencia de energía yang: Resentimiento, descontento, ira

Insuficiencia de energía yin: retroceder imposible, rendirse jamás

Exceso yin: rendición = virtud

Exceso yang: agresividad, exceso y caída, crean depresión en otros.

Todo dolor es un aviso de la Naturaleza para que efectuemos una toma de conciencia del desequilibrio en el cual nos hallamos.



# Proceso de energía vital

## Corazón- Fuego

Verano

Sur

Rojo

Amargo

Calor

Crecimiento

Corazón

Intestino delgado

Lengua

Vasos sanguíneos

Alegría

carcajada

# Proceso de energía vital

## Corazón-Fuego

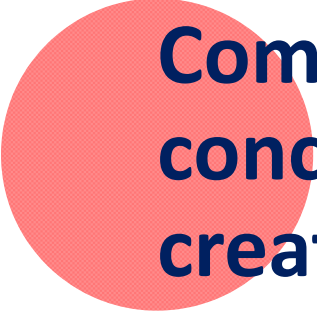
**Es la energía de la  
evolución del ser,  
la visión y la  
creatividad de la  
vida.**

**Es expresión y  
comunicación**





**Componente yin: Inspiración, celebra la existencia del otro, de lo otro, de la diversidad**



**Componente yang: organización, conceptualización, utilización de la idea creativa. EGO**

# Proceso de energía vital

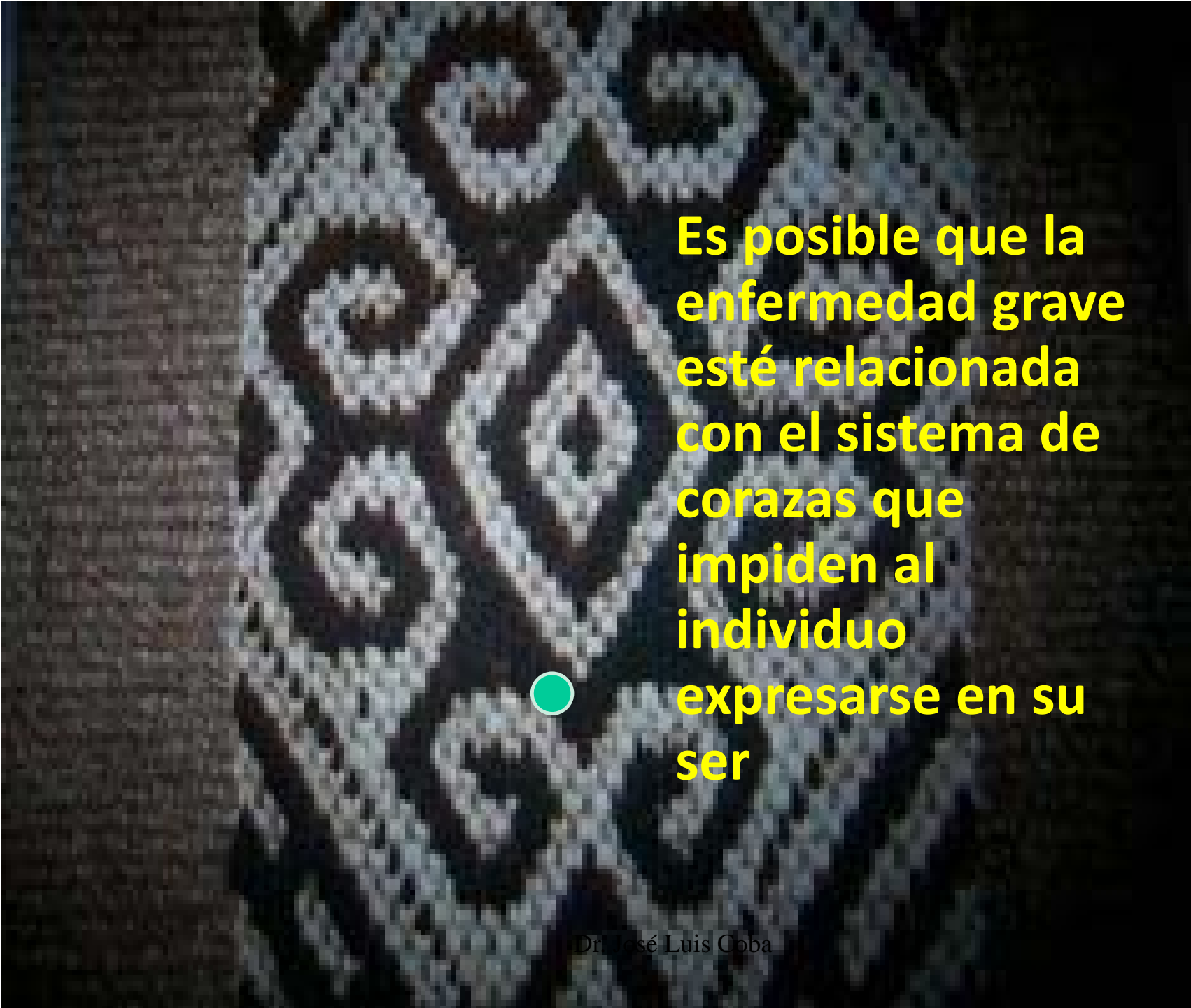
## Corazón-Fuego

### **Insuficiencia de yang:**

**La persona es aburrida y opaca, se somete a la creatividad de otros.**

### **Exceso de yang:**

**La persona es pedante, su directriz en la vida es hacia el pasado, carece de inspiración creativa, espiritual e intelectual. No florece, no crea.**



**Es posible que la  
enfermedad grave  
esté relacionada  
con el sistema de  
corazas que  
impiden al  
individuo  
expresarse en su  
ser**

# Proceso de energía Bazo-Tierra

**Ninguna estación**

**Centro**

**Amarillo**

**Dulce**

**Humedad**

**Transformación**

**Canto**

**Bazo**

**Estómago**

**Boca**

**Músculos**

**Melancolía, rumiar del pensamiento**

**Neutralidad**

# Proceso de energía Bazo-Tierra



Influye en el pensamiento, en la meditación

Su energía en equilibrio se expresa como la habilidad del pensamiento de expandirse y de alcanzar algo(una meta)

# Proceso de energía Bazo-Tierra

**Insuficiencia del  
Componente YANG:**  
El pensamiento es  
pobre, existe una  
dificultad para  
mantener la forma del  
pensamiento.

**El  
pensamiento  
no es capaz de  
alcanzar un  
resultado.**



**Debilidad  
en la  
memoria**



**Sin conflicto no existe enfermedad**

Dr. José Luis Coba

30

# Proceso de energía Pulmón-Metal

**Otoño**

**Oeste**

**Blanco**

**Picante**

**Sequedad**

**Alimentos con  
fibra**

**Pulmones**

**Intestino grueso**

**Nariz**

**Piel**

**Tristeza**

**Ilanto**



# Proceso de energía Pulmón-Metal

**Su energía es  
responsable de  
la maduración  
de los vínculos  
en las relaciones  
interpersonales**

**Lo yin  
de  
metal**

**Trabaja la  
individualidad**

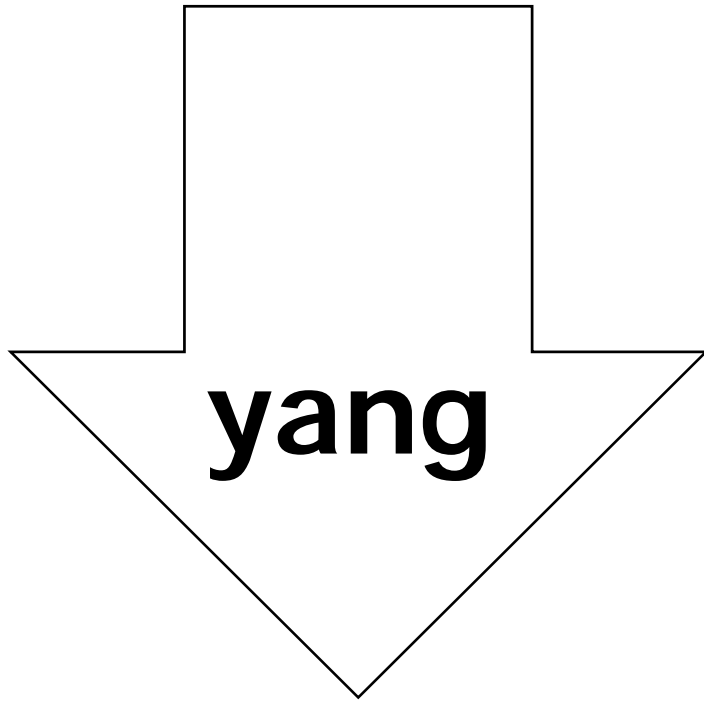
**se expresa cuando  
la relación es en un  
solo sentido, la otra  
persona será el o la  
que da y nunca  
recibe.**

**Insuficiencia  
de yin**

**Exceso  
de yin**

**se traduce como la  
necesidad de  
apropiarse de lo otro,  
ejemplo : fijaciones**

# Proceso de energía Pulmón-Metal




escasa habilidad  
para seguir y  
continuar, se aferra  
a lo conocido, se es  
cauto en extremo.  
(incesto)

# Proceso de energía Pulmón-Metal



**yang**

**buena capacidad de relacionarse con otros, pero flota de relación en relación, de un trabajo hacia otro, de una idea hacia otra**



**En este camino de sanación, son necesarios: la escucha, el reconocimiento, y el respeto del ritmo, de la vida y sus leyes**

# Proceso de energía Riñón-Agua

**Invierno**

**Norte**

**Negro**

**Salado**

**Frío**

**Almacenamiento**

**Queja, lamento**

**Algas, legumbres,  
pescado**

**Rinones**

**Vejiga**

**Orejas**

**Huesos**

**Miedo**

# Proceso de energía Riñón-Agua

- equilibrio dinámico en la configuración, mantenimiento y defensa del territorio (territorialidad, corporeidad)

# Proceso de energía Riñón-Agua

excesivo  
temor hacia  
algo o alguien.

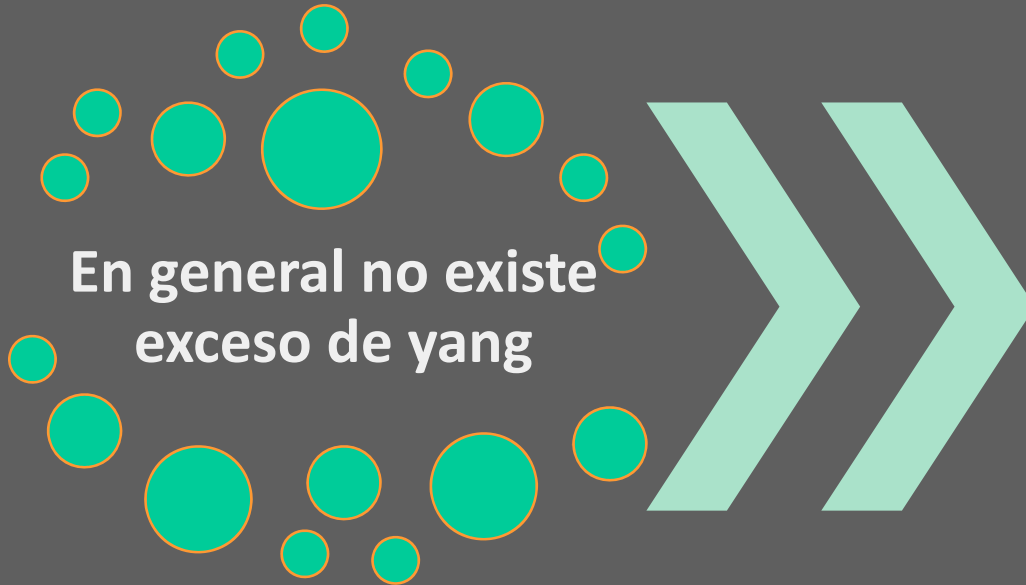
La persona no es capaz  
de ejecutar lo que ha  
decidido, hay miedo y  
demasiado análisis  
sobre lo que “podría  
pasar”



yin



# Proceso de energía Riñón-Agua



Lo común es  
la  
insuficiencia  
de yang

Lo común es la  
insuficiencia  
de yin

**Miedo**

*Por qué me está pasando eso a mí  
en este momento?*

*¿Qué me imposibilita el síntoma de  
hacer?*

*¿Qué me fuerza hacer?*

*¿Qué sentido tiene eso en ese momento  
en mi vida?*