

Chao Hsiu Chen

Léete a ti mismo, lee a los demás

*Reconoce a primera vista
a la pareja adecuada*



EDICIONES OBELISCO

Si este libro le ha interesado y desea que le mantengamos informado de nuestras publicaciones, escríbanos indicándonos qué temas son de su interés (Astrología, Autoayuda, Psicología, Artes Marciales, Naturismo, Espiritualidad, Tradición...) y gustosamente le complaceremos.

Puede consultar nuestro catálogo en www.edicionesobelisco.com

Colección Psicología

LÉETE A TI MISMO, LEE A LOS DEMÁS

Chao Hsiu Chen

1.ª edición: abril de 2022

Título original: *Read Yourself, Read Others*

Traducción: *Jordi Font*

Maquetación: *Isabel Also*

Corrección: *T3Edi, Teleservicios Editoriales, S.L.*

Diseño de cubierta: *Enrique Iborra*

© 2013, Chao Hsiu Chen, del texto y las ilustraciones

(Reservados todos los derechos)

© 2022, Ediciones Obelisco, S.L.

(Reservados los derechos para la presente edición)

Edita: Ediciones Obelisco, S.L.

Collita, 23-25. Pol. Ind. Molí de la Bastida

08191 Rubí - Barcelona - España

Tel. 93 309 85 25

E-mail: info@edicionesobelisco.com

ISBN: 978-84-9111-836-7

Depósito Legal: B-3.976-2022

Impreso en los talleres gráficos de Romanyà/Valls S.A.

Verdaguer, 1 - 08786 Capellades - Barcelona

Printed in Spain

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la cubierta, puede ser reproducida, almacenada, transmitida o utilizada en manera alguna por ningún medio, ya sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación o electrográfico, sin el previo consentimiento por escrito del editor.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Índice

Introducción

Como es fuera, es dentro	7
--------------------------------	---

Capítulo 1

La armonía de las leyes	13
La energía del Universo	14
El cuerpo y los cinco elementos	14
Las parejas adecuadas	20
Los cinco elementos y la salud	23
Grupos sanguíneos y personalidad	27
Hábitos y carácter	29
El Chi en los seres humanos	32

Capítulo 2

Las leyes de la armonía	39
Los ojos: «Cristales en el rocío de la mañana»	40
La nariz: «La montaña del dragón tierno»	48
Los labios: «Las orillas del arroyo del murmullo»	53
Los dientes: «Flores de loto en el barro»	57

Las cejas: «Dragones en el jardín del templo»	58
Las orejas: «Las hojas del árbol de la esperanza»	63
Las arrugas: «La erosión de la vida»	67
El pelo: «Nubes en el río de la eternidad»	73
Las manos: «El camino hacia el corazón»	77
Las uñas de las manos: «Pétalos en el jardín»	93
La voz: «La canción del ruiseñor»	99
Las mejillas: «Las almohadillas del poder»	101
La frente: «Las colinas de la sabiduría»	103
El mentón: «La fuente de la vida eterna»	104
Marcas de belleza: «Brotos de la primavera eterna»	106
La parte posterior de la cabeza:	
«Las pléyades de la felicidad»	108
Los diez puntos más importantes del rostro	109

Capítulo 3

El secreto de la belleza natural	115
La fisiognomía como llave del alma	118
El secreto del cuerpo	119
En armonía con uno mismo y con los demás	120
El mensaje de las correspondencias	121
El feng shui corporal en la vida diaria	127

Epílogo

Las cuatro grandes felicidades	131
---	-----

Introducción

Como es fuera, es dentro

Un viejo proverbio chino dice que «lo externo es siempre un espejo de lo interno»: es posible reconocer el carácter de alguien a primera vista a partir de las líneas del rostro, la forma de las manos o el modo de caminar de alguien.

Cuando seamos capaces de mirar sin prejuicios a nuestros semejantes de esta manera, podremos evitar la infelicidad y los sentimientos incorrectos, porque automáticamente elegiremos a las parejas adecuadas.

A partir de este antiguo entendimiento, los sacerdotes taoístas desarrollaron un estudio de fisiognomía, un estudio tan profundo que permitió descubrir muchos aspectos de la conexión entre la apariencia externa y el carácter interno.

Da una idea de cuáles son las proporciones adecuadas y las combinaciones que constituyen relaciones armoniosas entre uno mismo y los demás.

Muestra cómo todo encaja de acuerdo con la Ley de la Naturaleza, el Yin (lo femenino) armoniza con el Yang (lo masculino), y los cinco elementos (Madera, Fuego, Tierra, Metal y Agua) operan en concordancia, de modo que el Cielo y la Tie-

rra (individuo y persona) pueden coexistir en armonía. Los sacerdotes taoístas aplicaron perfectamente estos descubrimientos tanto a la vivienda como al cuerpo humano.

En la vivienda, que se conoce como feng shui, este conocimiento también constituye el arte de vivir bien y de la ocupación consciente y armónica del espacio, que hoy en día tiene un interés creciente en Occidente.

En el caso del cuerpo humano, conocido como Min Xiang Shue en la antigua China, enseña la exploración del destino mediante la observación del aspecto externo de los seres humanos. En aras de la simplicidad, llamamos a estas enseñanzas «feng shui corporal». Allí donde hay armonía o disarmonía, el feng shui es en parte la base de la felicidad o de la infelicidad, del éxito o del fracaso, de la pobreza o de la riqueza, de la salud o de la enfermedad. En este punto es importante señalar que el feng shui corporal es idéntico a lo que se puede llamar «los dones de la Naturaleza», mientras que el destino final de uno es siempre su propia responsabilidad.

En este libro te mostraré cómo encontrar, de acuerdo con el feng shui corporal, el elemento propio, de modo que puedas encontrar a la pareja adecuada con el elemento que combina.

Otro antiguo proverbio chino afirma que «la belleza interior es mucho más importante que la belleza exterior». Y otro, mucho más antiguo, que «un hombre debe elegir a una mujer por sus valores morales, no por su belleza»; en este caso, la tarea que tienen los hombres no es fácil: después de todo, ni la «belleza interior» ni los «valores morales» son visibles a primera vista. Por esta razón, también te enseñaré cómo observar la apariencia externa y el comportamiento de las personas, de forma que te ayude a comprender la belleza interna y los valores morales de los demás y a encontrar al compañero adecuado.

Llegados a este punto, se puede hacer una comparación: no existe eso de la casa feng shui completamente perfecta, y por eso es importante averiguar quién pertenece a qué casa. Sólo entonces una casa feng shui se vuelve perfecta.

Por supuesto, resulta mucho más difícil juzgar a una persona que a una casa, sobre todo porque las personas cambian y están en constante desarrollo. Es por esto por lo que, incluso después de encontrar a la pareja adecuada, debes trabajar duro para cultivar una relación perfecta desde el principio: resulta imprescindible un crecimiento recíproco e interminable.

Puedes comparar este proceso con la jardinería: un buen jardinero sabe cuándo fertilizar las flores, los árboles y el césped, y también sabe la cantidad exacta de agua que tiene que utilizar para no perjudicar sus plantas.

Si aplicamos este pensamiento a una relación y a la vida amorosa, nos daremos cuenta de que no existe la pareja perfecta, pero es muy importante encontrar a la pareja adecuada. Teniendo en cuenta esta idea, puedes encontrar a la pareja correcta. De todos modos, ¿cómo puedes ser tú la pareja perfecta? ¿Qué significa ser la mujer perfecta o el hombre perfecto, y cómo se puede alcanzar este estado? Nadie es perfecto por sí mismo, sino sólo a través de los demás. El feng shui corporal fue desarrollado específicamente para este propósito y ayuda a evitar errores y a encontrar la felicidad en la vida.

También en este caso, el supuesto básico es que un orden armónico del espacio puede cambiar el carácter de un lugar o de una persona, y contribuir a la felicidad, la riqueza y la buena salud.

El objetivo es comprender el lenguaje hablado por el cuerpo y evitar así las cosas negativas, que en su mayoría están creadas por el ser humano, y apropiarse de las cosas positivas, a menudo también creadas por el ser humano.

El buen feng shui rara vez muestra fealdad, pero una persona hermosa no siempre tiene suerte. Cuando mires a tus amigos y conocidos, notarás que los que son «hermosos» no siempre son felices, mientras que los que son poco atractivos pueden ser muy felices. El feng shui corporal explicará el motivo.

Un ejemplo esclarecerá esta afirmación: si bien Barbara Streisand ciertamente no tiene el feng shui corporal más perfecto (por ejemplo, sus labios son grandes y su nariz está inclinada hacia arriba), es, sin embargo, muy atractiva, y esto le ha valido a ella y a las personas que la han ayudado a tener éxito. Han encontrado en ella una correspondencia entre su propia imagen interna y externa, que también es el caso con respecto a la relación que la cantante y actriz mantiene con las personas con las que trabaja y ha trabajado.

Aplicando este principio a nuestra propia vida, podemos comprobar qué personas nos han correspondido hasta ahora, tanto interna como externamente, y cuáles no. Entonces encontraremos, hablando del físico, que ha sido sobre todo lo opuesto lo que nos ha atraído (para el interior, a menudo «los iguales se atraen»), pero las razones de esto no están claras para nosotros.

El feng shui corporal nos muestra por qué consideramos atractivas a algunas personas y a otras no, y cómo podemos ser capaces de encontrar conscientemente (y no instintivamente) a aquellas personas con las que podemos llevarnos bien, porque el lenguaje corporal es más potente de lo que creemos.



Armonía

Capítulo 1

La armonía de las leyes

La mayoría de la gente piensa que tiene el control de su propia vida. Pero esto sólo es cierto en un sentido limitado (tenemos la libertad de planificar nuestras vidas como queramos), ya que en realidad el Universo influye sobre nuestra existencia en todo momento a través de aquellas leyes por las que se rige. Dado que estas leyes están en constante interacción entre sí, podemos asumir con seguridad que consiguen lo que a menudo es tan difícil de conseguir en la tierra: la armonía.

La humanidad, gracias aparentemente a la posición especial que ocupa dentro de la Naturaleza, es capaz de romper esta armonía cuando quiera. Por esto, sobre todo, es necesario que la humanidad busque la armonía con la Naturaleza, ya que de lo contrario no sólo dañamos a nuestro entorno, sino también a nosotros mismos. Por lo tanto, el objetivo más loable para los jóvenes es explorar y familiarizarse con las leyes de la armonía, respetarlas y estar conformes con ellas, mientras que el objetivo más loable en la vejez es aceptar estas leyes.

Lo que ocurre en la Naturaleza encuentra su complemento terrenal en las enseñanzas del feng shui corporal.

La energía del Universo

El cuerpo humano, como el propio Universo, está repleto de energía misteriosa. Cada cultura tiene una forma diferente de describirla. Los sacerdotes taoístas chinos creen que el cuerpo humano y la salud están influenciados por la energía del Universo, a la que llaman Chi. Este Chi corre por el cuerpo humano a través de los meridianos, caminos que permiten que la energía del Universo se transforme y armonice con los seres humanos. Estos meridianos, que juegan un papel clave en la acupuntura, constituyen lo que se podría llamar el receptor; el emisor es el propio Universo, mientras que la Tierra es la antena. Todos los seres vivos tienen tal receptor, aunque tienen diferentes formas de reaccionar ante las energías que reciben. Además, dado que estas energías también influyen sobre las estructuras celulares de diferentes formas, las personas son diferentes entre sí.

La energía humana tiene muchos niveles (frecuencias, dimensiones) y todos estos niveles deben sincronizarse armónicamente para conseguir una salud óptima. Los campos de energía –físicos, mentales, emocionales, etéreos...– se construyen los unos sobre los otros. La energía de los cuerpos físicos debe soportar y vibrar en armonía con los otros niveles para poder apoyar su óptima salud. Se trata de una relación cíclica que se apoya mutuamente. Por lo tanto, cada persona lleva su propio feng shui corporal, así como su propio destino.

El cuerpo y los cinco elementos

Según la visión china, el mundo se compone de cinco elementos: Madera, Fuego, Tierra, Metal y Agua. Estos elementos son transportados por el viento (Feng) y el agua (Shui) y están su-

jetos a una circulación eterna: la Madera alimenta al Fuego, el Fuego se convierte en ceniza, que a su vez se convierte en Tierra; la Tierra contiene Metal; el metal vaticina el Agua, y el Agua alimenta la Madera. En este proceso cíclico, la armonía natural se encuentra en su forma positiva. Sin embargo, también hay un complemento negativo: la Madera lucha contra la Tierra; la Tierra lucha contra el Agua; el Agua lucha contra el Fuego; el Fuego lucha contra el Metal, y el Metal lucha contra la Madera.

Estas enseñanzas de los cinco elementos se basan en el conocimiento del Yin, lo femenino, y el Yang, lo masculino, los cuales constituyen el mundo de los opuestos complementarios. Según estas enseñanzas, el Yin, por ejemplo, es oscuridad, tierra, luna, mujer, quietud y humedad, frío, tristeza, noche, negativo. Por otro lado, el Yang es ligereza, cielo, sol, hombre, movimiento, sequedad, calor, alegría, día, positivo. «Negativo» no es lo mismo que «malo», del mismo modo que «positivo» no es idéntico a «bueno». El objetivo consiste en encontrar un equilibrio entre el Yin y el Yang, entre lo negativo y lo positivo, para que aparezca la armonía.

A cada persona se le puede asignar uno de los cinco elementos dependiendo de la fecha de nacimiento. Para conocer el elemento que te corresponde, primero tienes que conocer los valores numéricos de los elementos. Son:

<i>Madera</i>	1	2
<i>Fuego</i>	3	4
<i>Tierra</i>	5	6
<i>Metal</i>	7	8
<i>Agua</i>	9	0

Para calcular el número, utiliza el siguiente procedimiento (ten en cuenta que es diferente para hombres y mujeres):

- Si eres hombre, resta los dos últimos dígitos de tu año de nacimiento del número 100. Divide el resultado entre 9. A menudo el resultado es una fracción; en este caso, sólo el primer numeral de después de la coma tiene importancia. Si el resultado es un número entero, entonces el número de después de la coma es 0.

Ejemplo: $100 - 14 = 86 / 9 = 9,5$; en este caso, el número es 5, que simboliza el elemento Tierra.

- Si eres mujer, resta el número 4 de los dos últimos dígitos de tu año de nacimiento. Divide el resultado entre 9. De nuevo, sólo el primer numeral de después de la coma tiene importancia. Si el resultado es un número entero, entonces el número de después de la coma es 0.

Ejemplo: $66 - 4 = 62 / 9 = 6,8$; por lo tanto, el número es 8, que simboliza el elemento Metal.

A continuación, te muestro unas pautas generales para interpretar los diferentes elementos del nacimiento en relación con el carácter de la persona. Teniendo en cuenta la naturaleza Yin-Yang de los seres humanos, enumero tanto los rasgos positivos como los negativos:

- Madera (1, 2): bondadoso, empático, dispuesto a ayudar, honesto, abierto, cariñoso; pero también enamorado de uno mismo, orgulloso, muy confrontador, resentido y muy sensible.
- Fuego (3, 4): cortés, generoso, honesto, visionario; pero también vacilante, inseguro, autocrítico, temperamental, poco perseverante y poco flexible.

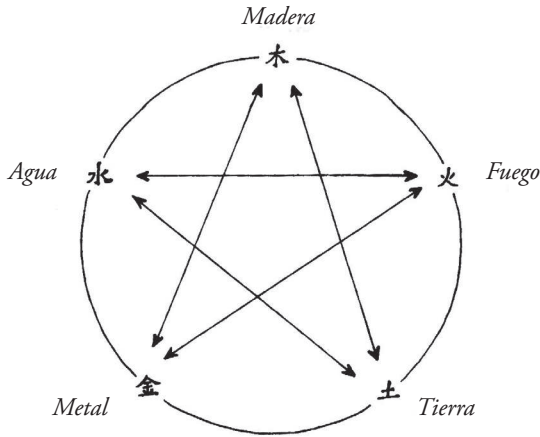
- Tierra (5, 6): fiel, honesto, comprensivo, serio, religioso, paciente, directo, correcto, digno de confianza, conservador, desinteresado; pero también lento, poco flexible, necesitado de consuelo, oportunista, imperioso, difícil de persuadir.
- Metal (7, 8): correcto, valiente, tolerante, recto, dispuesto a tomar decisiones; pero también irreflexivo, melancólico, orgulloso, persistente, poco flexible y difícil de persuadir.
- Agua (9, 0): inteligente, rápido de mente, lleno de ideas, controlado; pero también desconsiderado, irreflexivo, orgulloso, desorganizado y ansioso.

Estas características de personalidad de los elementos constituyen la base para entenderse a uno mismo y a los demás. Pero, por supuesto, estas interpretaciones por sí solas no son suficientes, ya que es necesario tener en cuenta otros factores para obtener una imagen más completa. Entre estos factores se incluye la energía contenida en cada elemento, que influye significativamente sobre la apariencia externa del portador. Para ello se aplican los siguientes rasgos:

- Madera (1, 2): Sin árboles no hay Madera. Los árboles conectan la Tierra con el cielo y conducen la energía cósmica de la propia Tierra. Por lo tanto, las dos energías principales del Yin y el Yang también están conectadas entre sí. La Madera transmite esta energía a los demás elementos y a todos los seres vivos. Las personas con el elemento Madera son delgadas, rara vez caminan encorvadas, sus articulaciones están llenas de fuerza y sus huesos no se marcan por encima de la piel.
- Fuego (3, 4): Todo lo que existe puede ser devorado por el Fuego. El Fuego, sin embargo, no puede encenderse a sí

mismo ni alimentarse por sí mismo. Las personas con el elemento Fuego pueden tener un aspecto delgado y demacrado, tienen mejillas brillantes y sus huesos son visibles a través de la piel.

- Tierra (5, 6): la Tierra contiene todo lo que vive. Da la existencia a todas las cosas y finalmente vuelve a absorber la energía de los seres vivos. Las personas con el elemento Tierra parecen estar llenas de fuerza y tienen los brazos y los muslos musculosos, la espalda ancha y el trasero fuerte.
- Metal (7, 8): todos los metales están ocultos en algún lugar. Son rugosos, pesados y brillantes. Las personas con el elemento Metal suelen ser tan anchas como altas y de huesos grandes, pero no aparentan estar gordas.
- Agua (9, 0): El Agua representa el sistema de circulación perfecto: mar-nube-lluvia-río-mar; rara vez existe de forma aislada y, por lo general, sólo se encuentra en grandes cantidades. Las personas con el elemento Agua son redondas y suelen tener el estómago hinchado, su espalda puede no estar recta y los huesos pueden no notarse debido a su constitución.



El círculo de los cinco elementos y sus polaridades respectivas.

Cabe señalar en este punto que los diferentes tipos de personas que acabo de describir son muy poco frecuentes. Más bien, por lo general, nos encontramos con una diversidad de tipos en los que se pueden encontrar dos o más elementos juntos.

Según la antigua forma de pensar china, las personas que se rigen por un solo elemento, que a su vez es idéntico al elemento de su nacimiento, tienen un feng shui corporal especialmente bueno. Esto significa, por ejemplo, que una persona que parece redonda y al mismo tiempo pertenece al elemento Agua puede vivir una vida muy feliz.

Una vez has descubierto qué elemento te rige a ti o a alguien que conoces, averigua cuántas cosas positivas o negativas pertenecen a tu elemento de nacimiento. Si el Fuego es tu elemento y eres una persona dubitativa, necesitarás una pareja que con su elemento sea capaz de equilibrar el tuyo; en este caso, sería el Agua. En cambio, si eres educado y honesto, entonces una persona de tipo Madera a tu lado podría servir para fortalecer

estas cualidades. Así pues, tener la pareja adecuada resulta primordial. Pero ¿qué significa realmente la pareja «correcta»?

Las parejas adecuadas

Todas las personas con las que uno está en contacto se consideran «pareja»: padres, abuelos, parientes, maestros, colegas, amigos, socios comerciales, cónyuges e hijos. Cuanto más estrecha es la relación con una persona, más fuerte es esa persona. Y cuanto más compatibles sean los elementos de la asociación, antes se alcanzarán la felicidad, la salud y el éxito. Los principios del feng shui corporal muestran qué combinaciones son adecuadas o inadecuadas. En este caso también es importante la época del año del nacimiento. Según las enseñanzas, las siguientes combinaciones generan resultados positivos:

<i>Elemento</i>	<i>Primavera</i>	<i>Verano</i>	<i>Otoño</i>	<i>Invierno</i>
<i>Madera</i>	<i>Agua</i>	<i>Agua</i>	<i>Metal</i>	<i>Fuego</i>
<i>Fuego</i>	<i>Madera Fuego</i>	<i>Agua</i>	<i>Madera Fuego</i>	<i>Madera Fuego</i>
<i>Tierra</i>	<i>Tierra Fuego</i>	<i>Agua</i>	<i>Fuego</i>	<i>Fuego</i>
<i>Metal</i>	<i>Tierra</i>	<i>Agua</i>	<i>Tierra</i>	<i>Tierra</i>
<i>Agua</i>	<i>Madera Fuego</i>	<i>Metal Agua</i>	<i>Metal</i>	<i>Fuego</i>

Los resultados negativos se darán con las siguientes combinaciones:

<i>Elemento</i>	<i>Primavera</i>	<i>Verano</i>	<i>Otoño</i>	<i>Invierno</i>
<i>Madera</i>	<i>Metal</i>	<i>Fuego Metal</i>	<i>Madera</i>	<i>Agua</i>
<i>Fuego</i>	<i>Agua</i>	<i>Madera Fuego</i>	<i>Agua</i>	<i>Agua</i>
<i>Tierra</i>	<i>Madera Agua</i>	<i>Fuego</i>	<i>Agua</i>	<i>Agua</i>
<i>Metal</i>	<i>Agua</i>	<i>Fuego</i>	<i>Madera Metal</i>	<i>Madera Metal</i>
<i>Agua</i>	<i>Agua Tierra</i>	<i>Tierra</i>	<i>Tierra</i>	<i>Tierra</i>

Aparte de estas combinaciones especiales, la combinación de dos elementos tendrá los siguientes efectos sobre una relación:

- Combinación Madera-Agua: calidez, ternura, sabiduría, aceptación, perseverancia, honestidad, pensamiento dinámico, empatía, amor por el arte y éxito.
- Combinación Madera-Fuego: sensibilidad, pensamiento realista, prudencia, paciencia, voluntad de ayudar, seriedad; pero también desconfianza y pensamiento a corto plazo.
- Combinación Tierra-Fuego: ternura, coraje, inteligencia, necesidad de explorar, optimismo; pero también pereza, ausencia de modestia, cambios de humor e indecisión.
- Combinación Metal-Agua: generosidad de espíritu, pensamiento lógico, honestidad, ternura, fuerza; y también ingenuidad y toma de riesgo.
- Combinación Agua-Fuego: actividad, coraje; pero también egocentrismo, idealismo y tensión.

- Combinación Metal-Fuego: amabilidad, coraje; pero también testarudez, egoísmo, sentido de superioridad, no pensar en el futuro e ingratitud.
- Combinación Metal-Tierra: ingenio, honestidad, sensibilidad, disposición para aprender, secretismo, difícil de desanimar; pero también necesidad de repetir las cosas y falta de voluntad para aceptar los hechos.
- Combinación Tierra-Madera: entusiasmo, disposición a tomar decisiones, humanidad, secretismo, justo; pero también distanciamiento de la realidad, falta de empatía.
- Combinación Agua-Tierra: estabilidad, aceptación; pero también infelicidad, dudas sobre uno mismo.
- Combinación Madera-Metal: creatividad, atención al detalle, responsabilidad, generosidad, voluntad de ayudar; pero también impaciencia, falta de atención y ansiedad.
- Combinación Fuego-Fuego: coraje, intrepidez; pero también estrés, impaciencia, crueldad, desorden y hostilidad.
- Combinación Agua-Agua: sinceridad, aguante, disposición a aceptar nuevas ideas, optimismo; pero también celos, desconfianza, impaciencia y estrés.
- Combinación Madera-Madera: sabiduría, empatía, coraje, optimismo, búsqueda del conocimiento, fuerte sentido de la justicia; pero también impaciencia, desconfianza, terquedad, impulsividad, sentimiento de superioridad, estrechez de miras.
- Combinación Tierra-Tierra: obediencia, seriedad, cautela, generosidad, optimismo; pero también terquedad, impaciencia, excentricidad, indecisión.
- Combinación Metal-Metal: ambición, coraje, cortesía; pero también impaciencia e implacabilidad.

Si tienes o has tenido dificultades o problemas con una de tus «parejas», entenderás los motivos utilizando las combinaciones de elementos. Por supuesto, lo mismo ocurre con los elementos positivos. Pero si dos elementos simplemente no funcionan juntos, no siempre hay que buscar una nueva pareja, porque existen diferentes formas de mejorar una relación. Incluso si decides cambiar de pareja, reflexiona detenidamente antes de separarte de un elemento inadecuado. Si no te es posible entrar en una nueva combinación de elementos, insiste en fortalecer los aspectos positivos de la combinación actual e ignora los negativos. ¡Siempre puedes hacer lo mejor con lo que tienes!

Los cinco elementos y la salud

Cada vida es diferente, aunque todas las vidas siguen el mismo ciclo de nacer, crecer, enfermar y morir. Nadie puede escapar de este ciclo, ni nadie puede escapar al cambio de estaciones. Por eso es importante adaptarse a este ritmo para poder vivir mucho y bien, y sin demasiadas perturbaciones. La teoría de los cinco elementos constituye el punto de partida adecuado para llevar a cabo este ajuste. Tuvo un papel muy importante en la curación y la medicina en la antigua China debido a su influencia sobre los cinco órganos más importantes (corazón, pulmones, hígado, riñones y bazo).

Las siguientes correspondencias son de particular interés en el estudio del feng shui corporal:

Madera-hígado: ojos

Fuego-corazón: lengua

Tierra-bazo: piel

Metal-pulmones: nariz

Agua-riñones: oídos

Un ejemplo aclarará estas correspondencias. La persona M tiene un buen sentido del olfato, pero mala vista. Por un lado, esto quiere decir que la persona M tiene buenos pulmones, pero también un hígado algo problemático (¡esto no significa que esté enfermo!). Según las enseñanzas de los cinco elementos, significa que, en su expresión, el Metal es fuerte y la Madera es débil. La carencia de Madera provoca una desventaja adicional: no hay suficiente Fuego para mantener el corazón «ardiendo».

En este sentido, la persona M tiene que anticipar, tarde o temprano, los problemas en esta área. Para hacer frente a este problema, las enseñanzas de los cinco elementos sugieren que la persona M debería estar con alguien que tenga un fuerte elemento Madera para equilibrar el problema. Además, una dieta rica en Madera también puede ayudar a equilibrar la situación. Esta dieta consistiría principalmente en alimentos «verdes» o «rojos», como se ilustra en la siguiente tabla:

<i>Madera</i>	<i>verde</i>	<i>calabacines, espinacas, pimientos, alubias, guisantes, kiwis, etc.</i>
<i>Fuego</i>	<i>rojo</i>	<i>carne, pimientos rojos, manzanas rojas, rábanos, tomates, etc.</i>
<i>Tierra</i>	<i>amarillo</i>	<i>plátanos, limones, calabaza, yemas de huevo, maíz, etc.</i>
<i>Metal</i>	<i>blanco</i>	<i>pescado, patatas, noodles, arroz, pan, pollo, etc.</i>
<i>Agua</i>	<i>negro</i>	<i>alubias negras, algas, colmenillas (setas), etc.</i>

También se han asignado diferentes gustos a los diferentes elementos:

<i>Madera</i>	<i>ácido</i>	<i>hígado</i>	<i>ojos</i>
<i>Fuego</i>	<i>amargo</i>	<i>corazón</i>	<i>lengua</i>
<i>Tierra</i>	<i>dulce</i>	<i>bazo</i>	<i>piel</i>
<i>Metal</i>	<i>picante</i>	<i>pulmones</i>	<i>nariz</i>
<i>Agua</i>	<i>salado</i>	<i>riñones</i>	<i>oídos</i>

Para curar enfermedades de los órganos internos más importantes, así como de los sentidos, hay que prestar atención al ritmo de los cinco elementos y sus respectivas polaridades (como se muestra en la tabla anterior). Por ejemplo, una persona que tiene problemas hepáticos debe fortalecer el elemento Madera, ya que el hígado pertenece a la Madera y está controlado por el Metal. Entonces, puede seguir una dieta de alimentos con elementos de Madera y Metal. Los alimentos con el elemento Madera tienen color verde y sabor amargo, mientras que los alimentos con el elemento Metal tienen un color blanco y un sabor picante. Otro ejemplo: una persona que tiene problemas cardíacos debe fortalecer el elemento Fuego, ya que el corazón pertenece al Fuego y está controlado por el Agua. En este caso, puede comer alimentos del elemento Fuego, que tienen color rojo y sabor amargo. También puede comer alimentos del elemento Agua, que tienen color negro y sabor salado. (¡No es sal!).

En feng shui corporal, tal consideración de los cinco elementos es de gran importancia, porque en última instancia el objetivo es reconocer a las parejas adecuadas y llevar una vida feliz. Esto último difícilmente es posible sin una buena salud, mientras que para lo primero es importante entender a simple vista cuál es la condición física de tu potencial pareja para que tengas éxito y seas feliz cuando formes un equipo —ya sea pro-

fesional o personal— con esa persona. Para reconocer si una persona influirá en ti positiva o negativamente, una mirada a su pelo también puede ser una pista importante. La siguiente tabla muestra cómo el pelo y los órganos de los sentidos se relacionan con los cinco elementos en las enseñanzas del feng shui corporal:

1, 2	<i>Madera</i>	<i>hígado</i>	<i>ojos</i>	<i>cejas, pestañas</i>
3, 4	<i>Fuego</i>	<i>corazón</i>	<i>lengua</i>	<i>pelo</i>
5, 6	<i>Tierra</i>	<i>bazo</i>	<i>piel</i>	<i>vello en brazos, piernas y pecho</i>
7, 8	<i>Metal</i>	<i>pulmones</i>	<i>nariz</i>	<i>pelos de la nariz</i>
9, 0	<i>Agua</i>	<i>riñones</i>	<i>orejas</i>	<i>vello facial y axilar, vello púbico</i>

Un ejemplo aclarará esto: conoces a la persona N y quieres saber si es una pareja adecuada. El vello de sus brazos es largo, lo que significa que exhibe un exceso del elemento Tierra. Una persona así tendrá la piel tensa. Para saber si la persona N es adecuada para ti, calcula tu propio elemento (como he explicado anteriormente) y comprueba si funciona con el elemento Tierra de la persona N (como muestro en la relación de los cinco elementos). El «reconocimiento» de tal persona depende en gran medida de la apariencia externa, y hay más verdad en esta apariencia de lo que comúnmente se cree. El feng shui corporal nos enseña a reconocer esta verdad a primera vista para evitar decepciones posteriores.

Grupos sanguíneos y personalidad

En realidad, la historia de la teoría de que el grupo sanguíneo determina la personalidad es incierta. Comenzó con el descubrimiento de los cuatro grupos sanguíneos. El científico austriaco Karl Landsteiner descubrió los cuatro grupos sanguíneos en 1900 y más adelante un profesor japonés, Takeji Furukawa, presentó «Estudio del temperamento a través del grupo sanguíneo» en 1927. Aunque carecía de las credenciales adecuadas y no estaba respaldado científicamente, el público abrazó la idea del grupo sanguíneo como una determinación de la personalidad, y el gobierno japonés incluso encargó un estudio para determinar si podrían criar mejores soldados. Hoy en día, en Japón, el grupo sanguíneo se utiliza para determinar la personalidad y el temperamento, del mismo modo que en los países occidentales se utiliza la astrología, aunque los grupos científicos no siempre apoyan esta teoría. En los videojuegos japoneses, el grupo sanguíneo suele ser una dimensión en la creación de los personajes; de hecho, algunos japoneses incluso se sorprenderían si un extranjero desconociera su grupo sanguíneo. Utiliza este conocimiento como referencia y como ayuda adicional para descubrir el carácter de una persona:

Grupo A: melancólico, reservado, desconfiado, tímido, callado, poco diplomático, solitario, sentimental; pero también de gran corazón, fiel, sensible, reflexivo, artístico, tierno, empático, serio, imaginativo, paciente.

Grupo B: vanidoso, jactancioso, conversador, directo, curioso, impaciente, propenso a los cambios de humor; pero también diplomático, lógico, atlético, elocuente, activo, poco sentimental, flexible, vividor.

Grupo AB: melancólico, tímido, inestable, indeciso, tacaño, egocéntrico, conversador, solitario, vanidoso, impaciente, lleno de contradicciones; pero también tierno, de gran corazón, lógico, sensato, serio, reservado, diplomático, atlético, flexible.

Grupo 0: arrogante, inflexible, codicioso, desobediente, inflexible; pero también paciente, lógico, impasible, generoso, autosuficiente, diplomático, modesto, imaginativo, valiente, decidido, reflexivo.

Cada profesión requiere un trabajo duro en sí mismo. Pero a veces, trabajar duro con gran concentración no basta para conseguir el éxito en el campo elegido. En Japón, la gente cree que elegir la profesión según el grupo sanguíneo puede ayudar a conseguir los resultados esperados. Esto se debe a que cada profesión está relacionada con una personalidad en particular, que a su vez está influenciada por el grupo sanguíneo. La siguiente información te puede ayudar:

Grupo A: profesor, enfermero, sacerdote, monje, monja, guardabosques, pescador, bibliotecario, administrador.

Grupo B: diplomático, empresario, artista, científico, programador informático, médico, deportista, arquitecto.

Grupo AB: veterinario, cartero, arquitecto, todos los cargos y vocaciones religiosas, psicólogo, psiquiatra, psicoterapeuta, médico.

Grupo 0: soldado, atleta, banquero, consultor financiero, agente secreto, gerente, político.