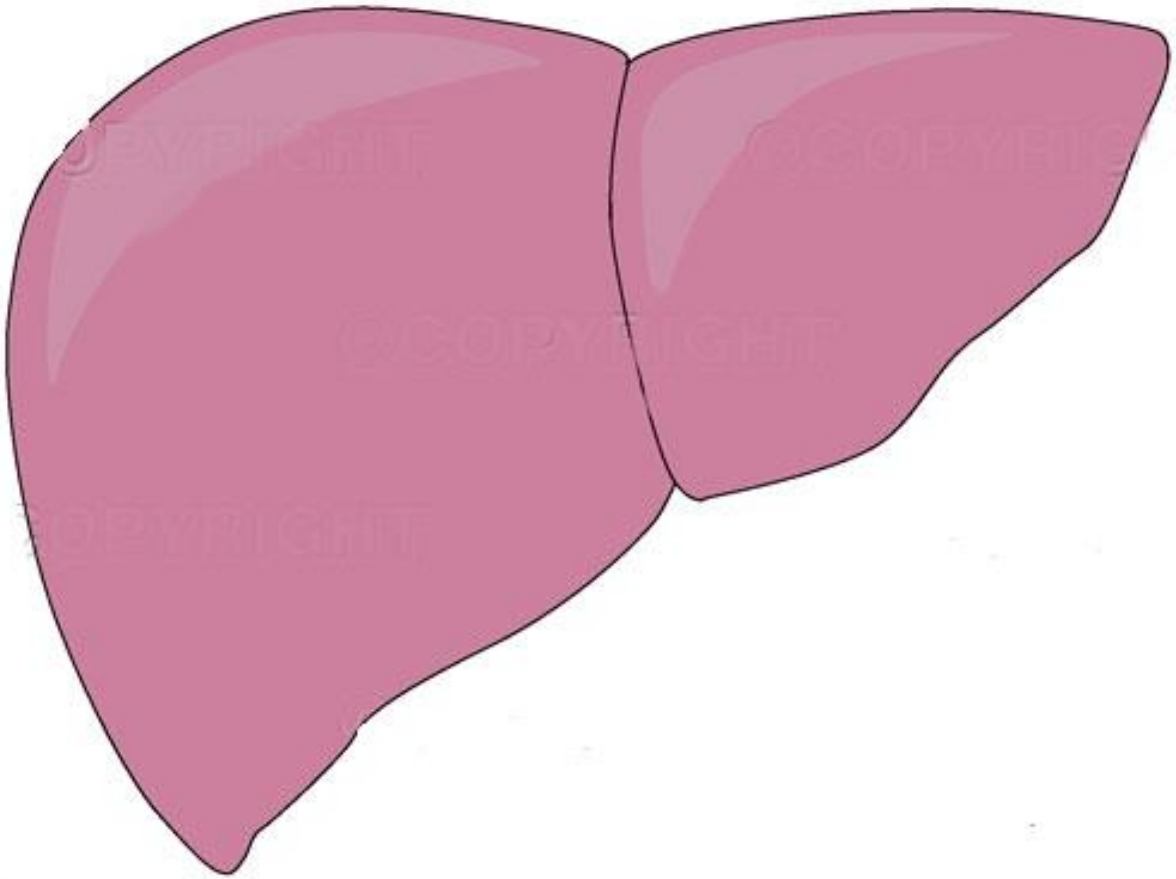
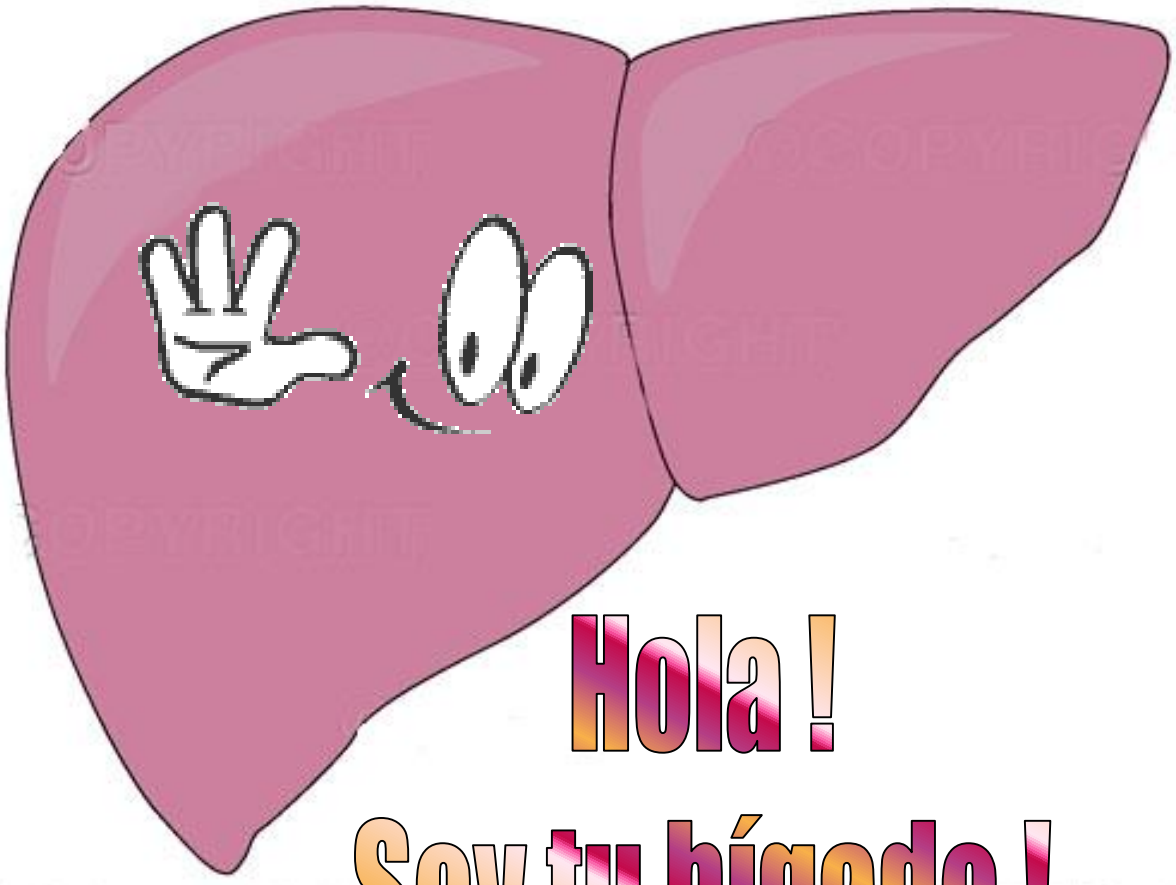
Tu Hígado

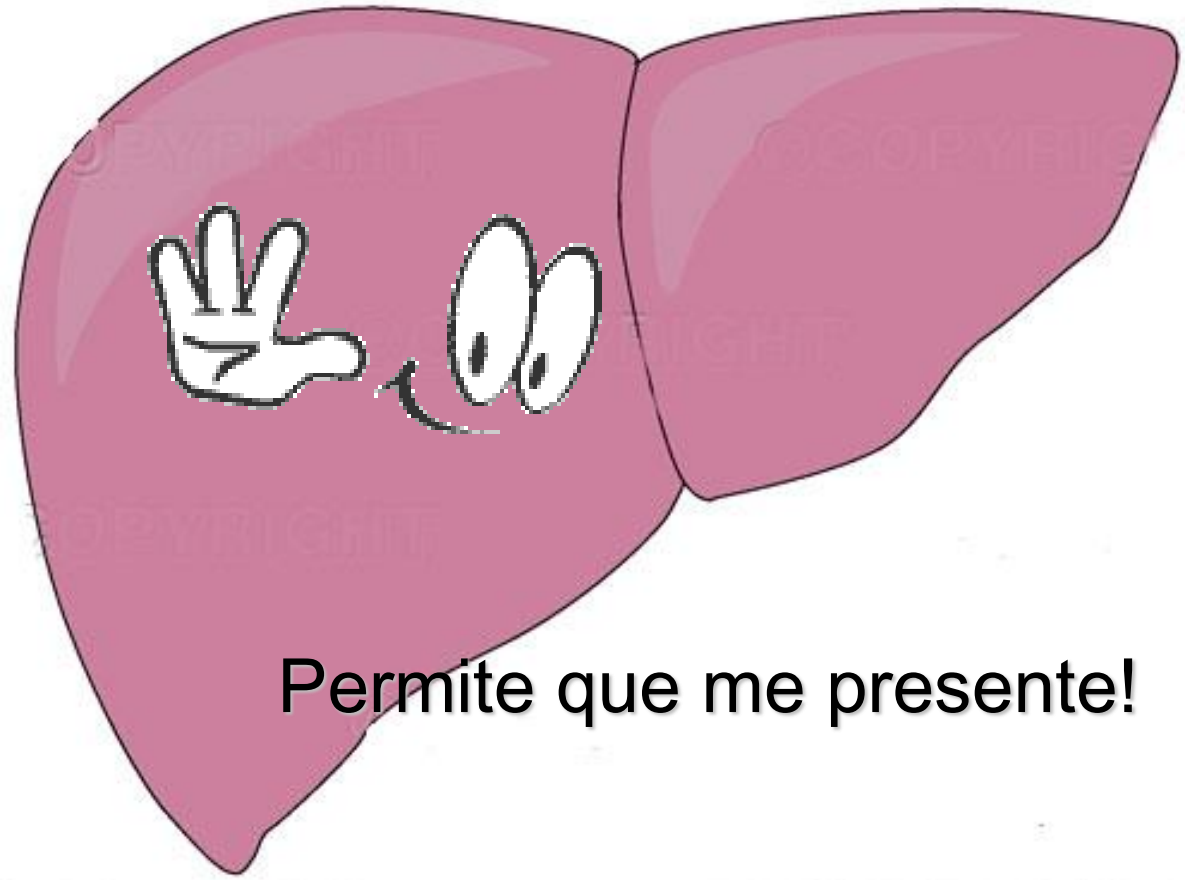
Utiliza el mouse





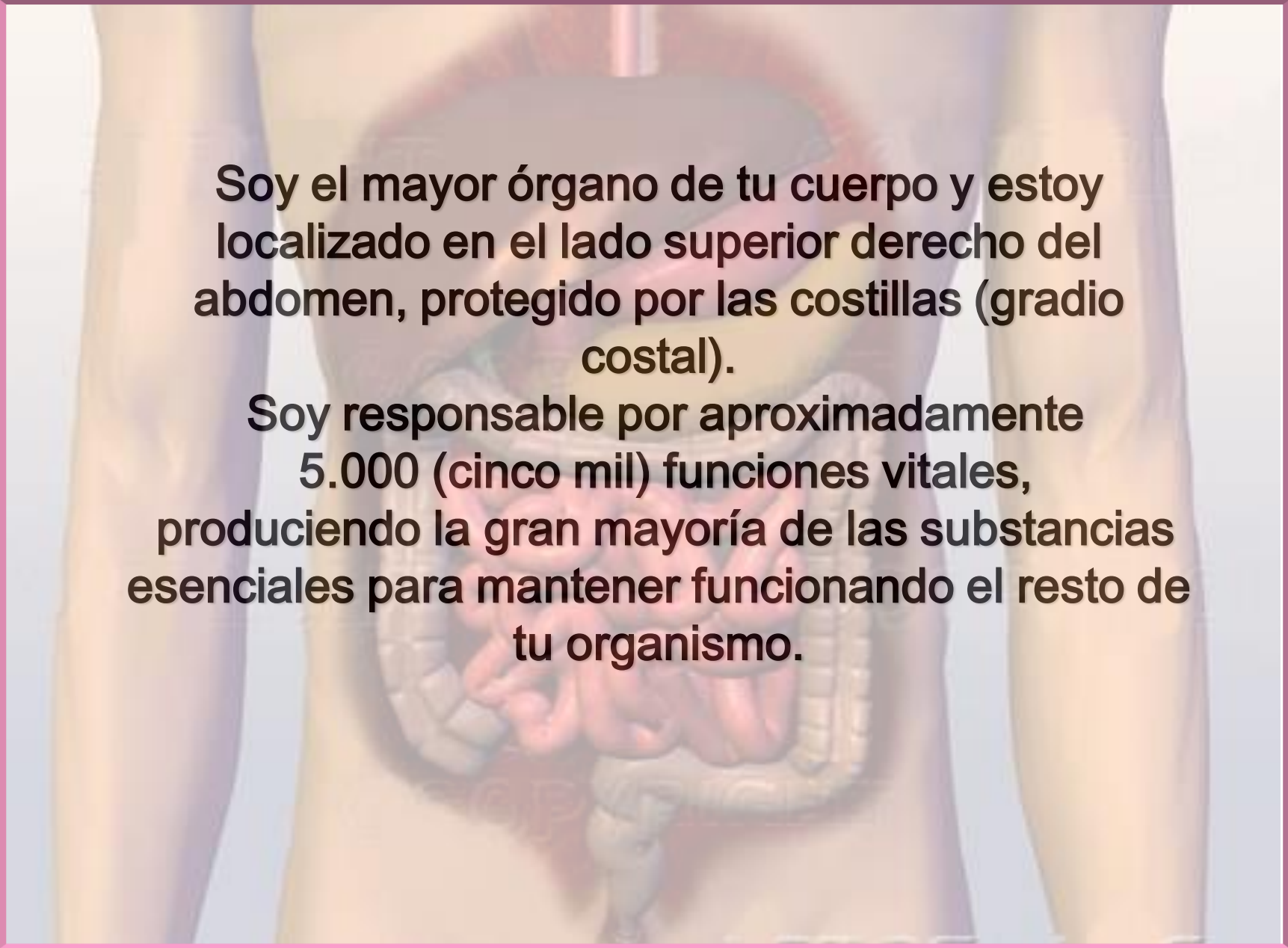
Hola !

Soy tu hígado !



Permite que me presente!

¿Cómo me puedes querer y cuidar, si apenas me conoces?



Soy el mayor órgano de tu cuerpo y estoy localizado en el lado superior derecho del abdomen, protegido por las costillas (gradio costal).

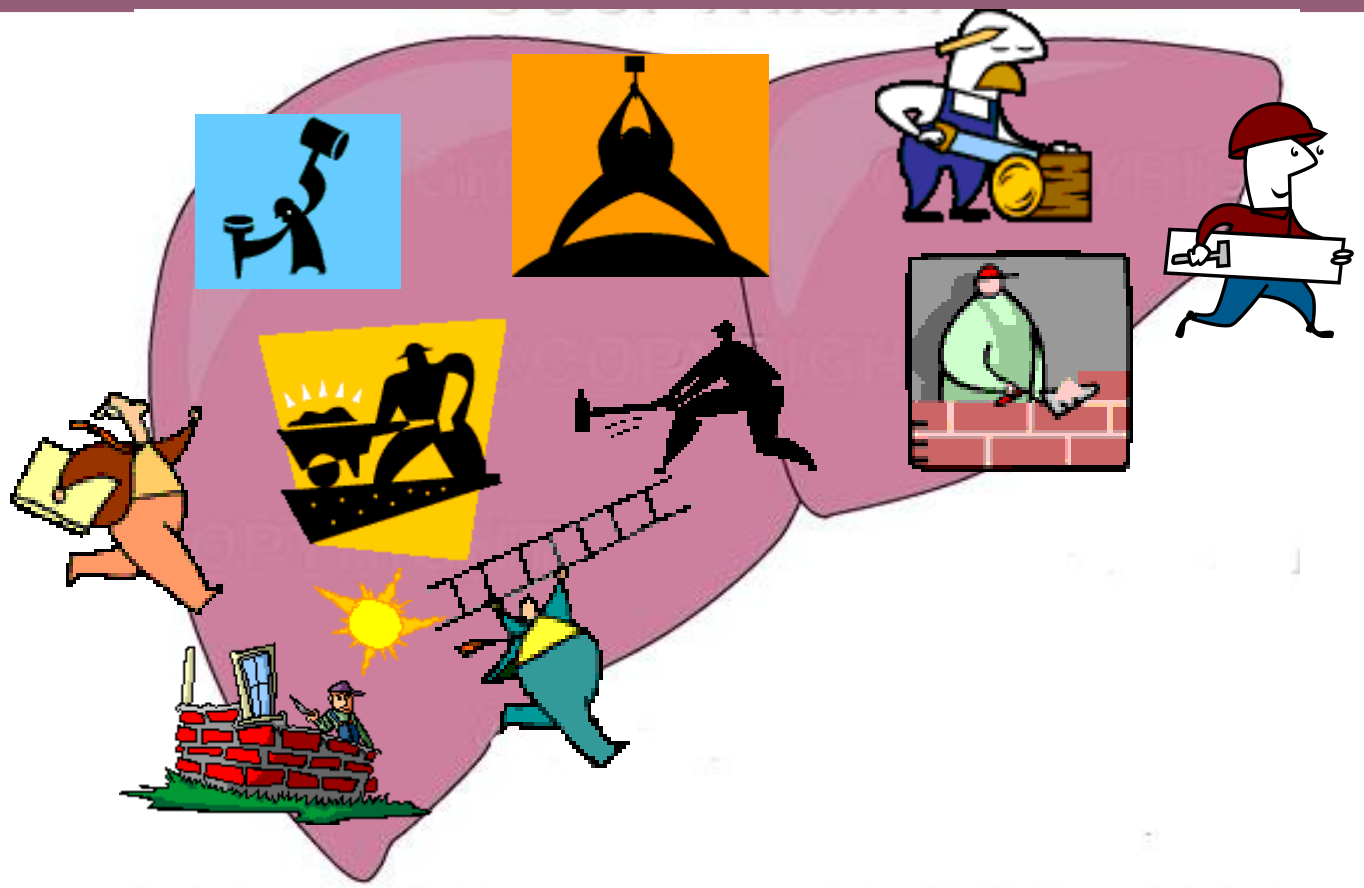
Soy responsable por aproximadamente 5.000 (cinco mil) funciones vitales, produciendo la gran mayoría de las substancias esenciales para mantener funcionando el resto de tu organismo.

Soy un *gran laboratorio!*

Produzco la bilis que es llevada al intestino delgado para hacer el proceso de la digestión.

Yo mantengo las reservas de hierro que tu necesitas, así como las vitaminas y otros minerales.

También produzco hormonas, proteínas y enzimas que mantienen tu cuerpo funcionando normalmente.

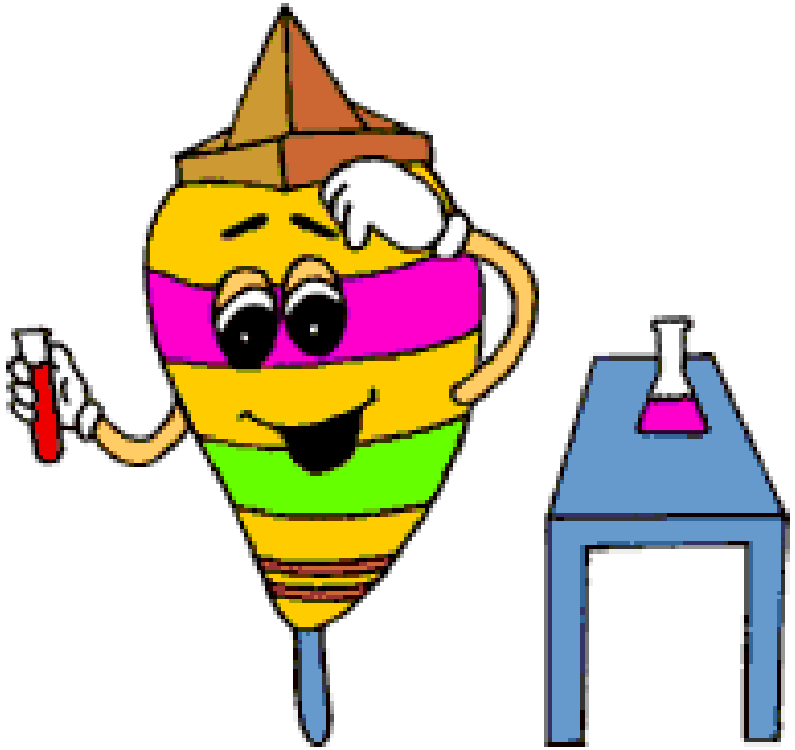


Tengo participación en la producción de substancias que ayudan a la sangre a coagular y un papel importante en la descomposición del colesterol y de los medicamentos.

Sin mi no tendrías fuerzas para llevar tu vida adelante!

Yo almaceno todas las toxinas, venenos, alcohol, substancias químicas y drogas que entran en tu cuerpo.

Mi función es quebrar químicamente estos venenos, de modo que puedan ser más fácilmente eliminados por los riñones y por la piel.



Soy un depósito de toxinas. Ellas permanecen en mi por bastante tiempo hasta que sean procesadas. Si la carga se vuelve excesiva, quedo impedido de trabajar normalmente y el proceso digestivo se vuelve difícil.

Yo reservo energía, como una batería, almacenando azúcar (carbohidratos y grasas) hasta que la necesites.

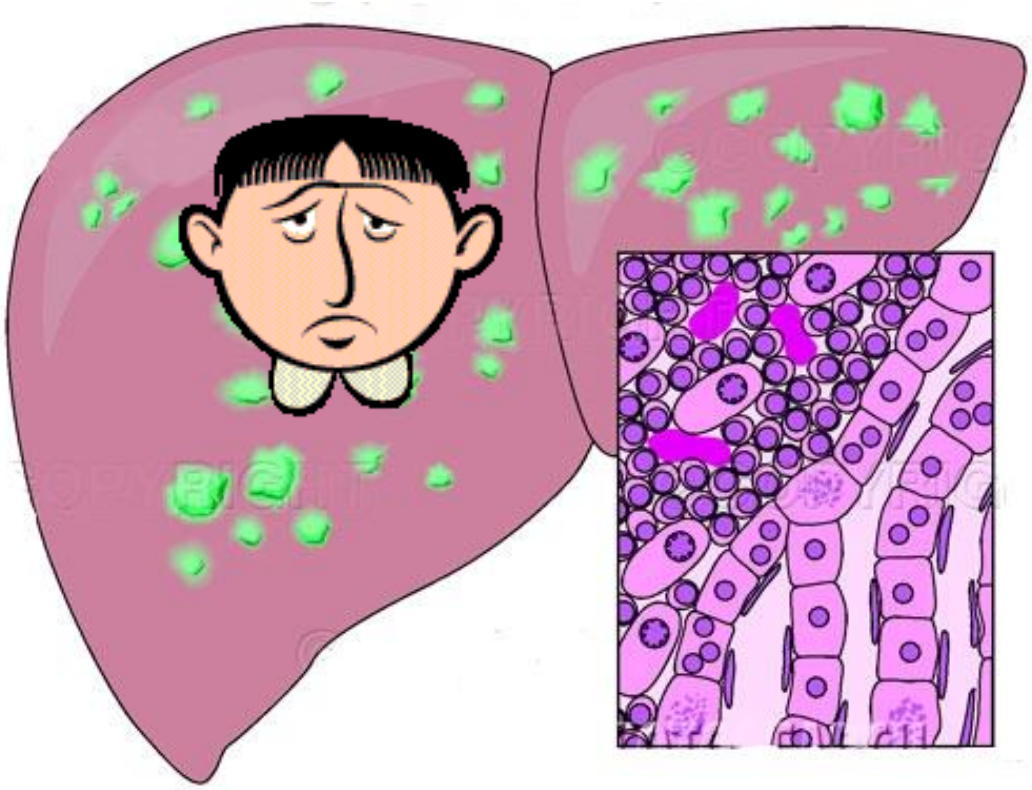
Soy yo quien alimenta tu cerebro de energía y lo hace funcionar. Sin mi, entrarías en estado de coma!

En verdad, no podrías levantarte de la cama si yo no estuviese trabajando!

¡Es importante que me quieras!
No te pido mucho...¡Basta con que me trates bien!
No me llenes de alcohol - cerveza, vino, etc.!
Si lo tomas con frecuencia , me puedes lesionar para el resto de nuestras vidas!

Y yo me lesiono facilmente...

Estas lesiones llamadas "cirrosis“, son para siempre.



Ten cuidado con el hábito de la automedicación!
Los remedios son importantes, pero tomándolos sin necesidad, puedes sobrecargarme e intoxicarme!

Todos los medicamentos son productos químicos y cuando tú los combinas sin la aprobación de un médico, puedes crear algo venenoso y perjudicarme seriamente.

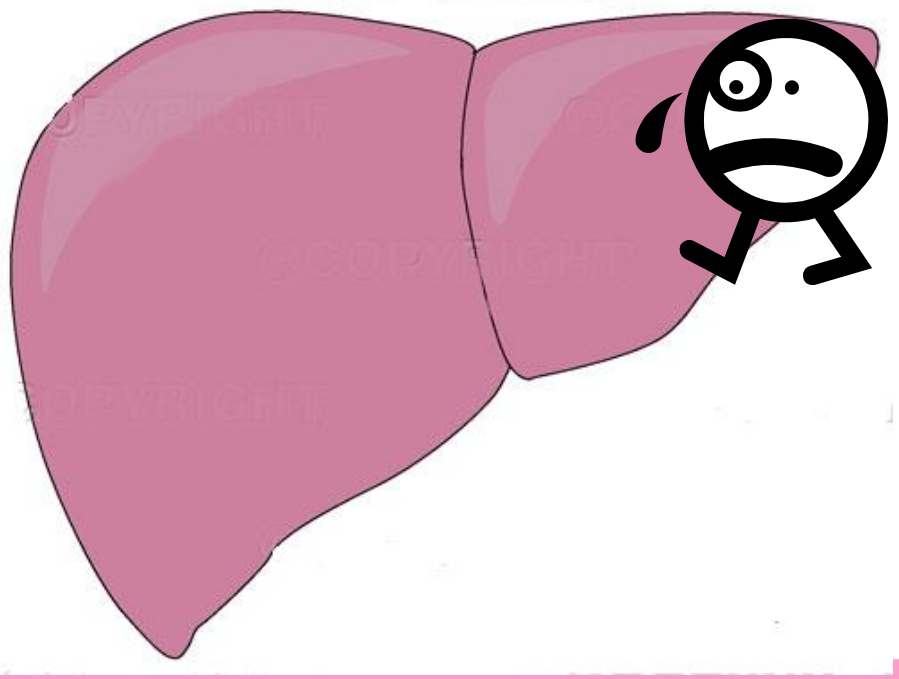
Que sepas, yo no me quejo.
Si me maltratas, no podré avisarte que estoy en peligro!

Otra cosa importante - cuida de tu alimentación!
No abuses de los alimentos grasos!

Ellos pueden dejarme cubierto de grasa y si eso sucede,
desequilibraré varios sistemas de tu cuerpo!
Aliméntate con una dieta equilibrada.

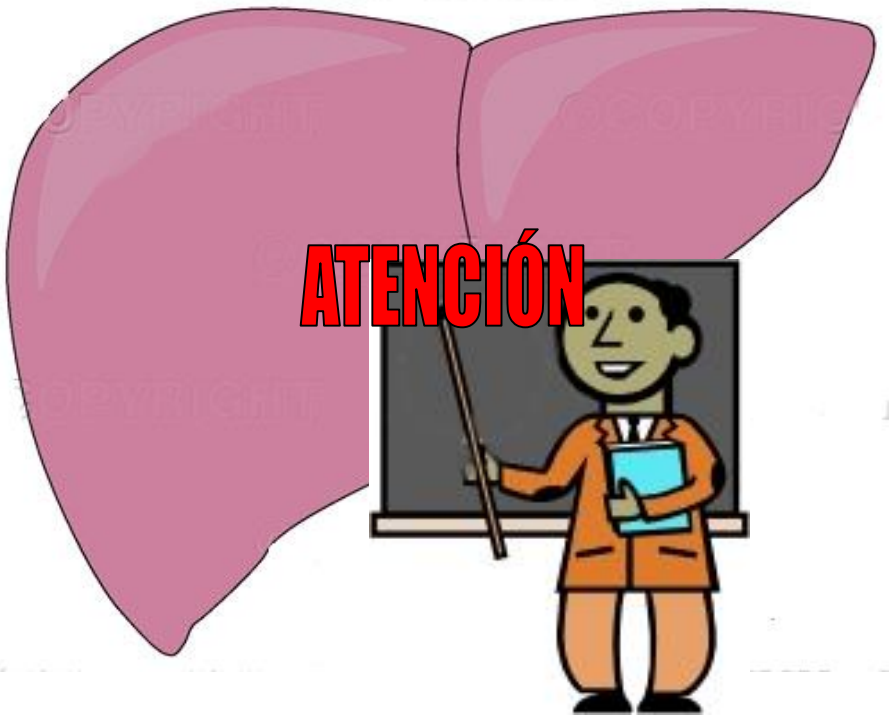
Soy vulnerable a los diversos virus de la *hepatitis*, los cuales, según su tipo, viven en la sangre, en la saliva, o en el sémen humano.

Casi siempre soy capaz de destruir esos virus, pero a veces ellos son más fuertes que yo y me infectan, causándome mucho daño.



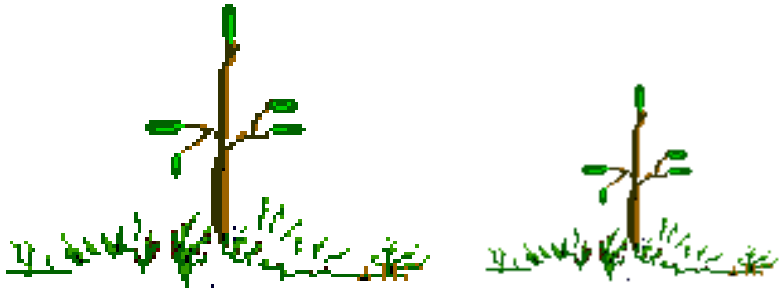
Por ejemplo, el virus de la hepatitis C, es transmitido por la transfusión de sangre y hemodiálisis, por el uso de drogas intravenosas o por el material cortante o perforante de uso colectivo, sin la esterilización adecuada: *procedimientos médicos/odontológicos, tatuajes, piercing, manicura,* etc.

El vírus de la hepatitis A, es transmitido a través del agua y de los alimentos, mientras que el de la hepatitis B, a través de los contactos íntimos, de madre infectada que se lo para al recién nacido o por el uso de sangre infectada.



Así pues, observa la procedencia de la sangre que acaso necesites recibir, de los alimentos y del agua que tomas y ten cuidado con la higiene en el toilete. Usa preservativos con nuevas parejas y exige siempre que los instrumentos que perforen tu piel o boca estén esterelizados.

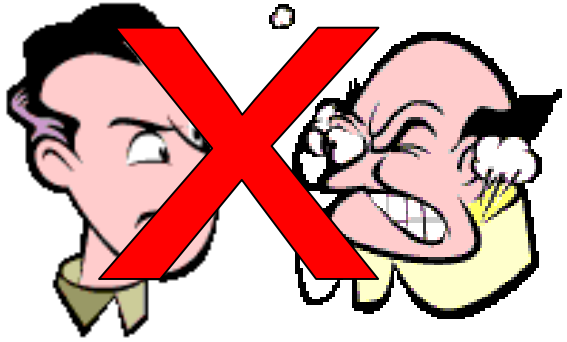
Según la Medicina Tradicional Chinesa, soy un órgano regido por la *energía de la madera*. Por eso, como las plantas, si me quitas un pedazo, soy capaz de regenerarme y crecer nuevamente.

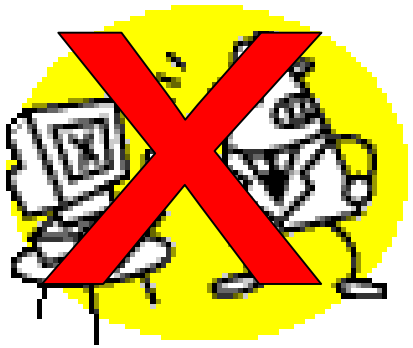


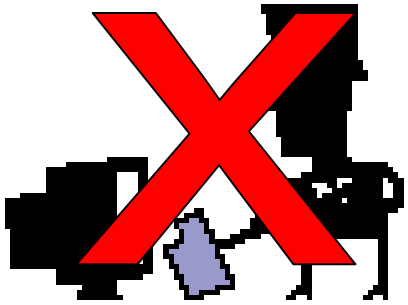
Soy yo quien controla tu sistema nervioso y ejerzo una actividad importante sobre tus pensamientos.
Cuando estoy desequilibrado, no consigues concentrarte ni tener claridad mental. También te enervas facilmente, irritable y predispuesto a las peleas y proclive a sufrir dolores de cabeza, en la nuca y en la región lumbar...

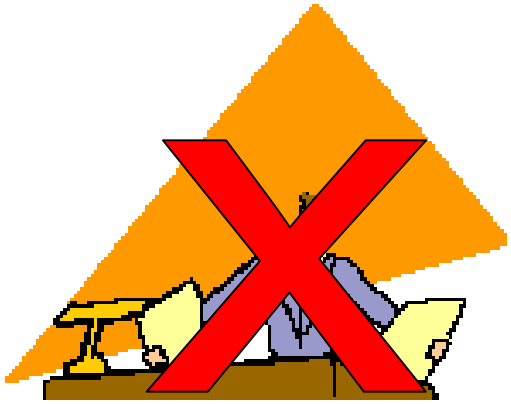
Y según la milenaria Medicina Chinesa,
soy la morada de las HUN, seres espirituales que cuidan tu salud.

Y a ellas no les gusta nada, ni la rabia ni las toxinas venenosas!

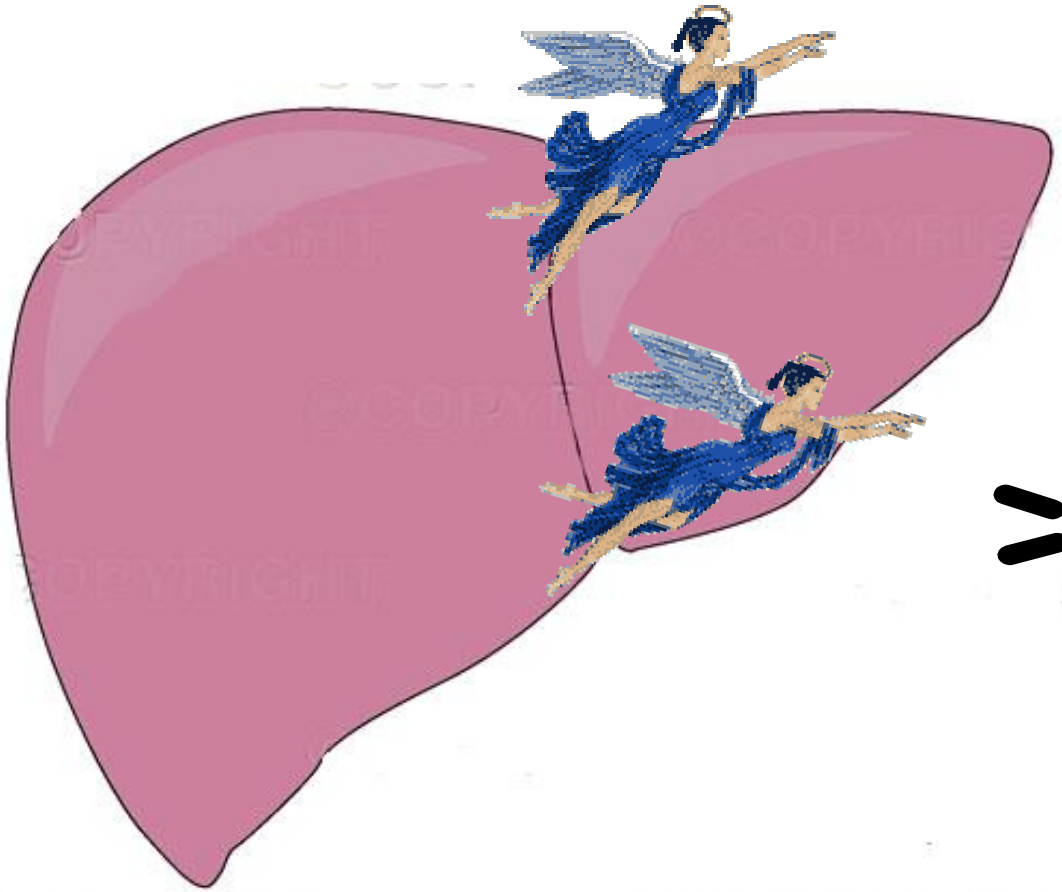


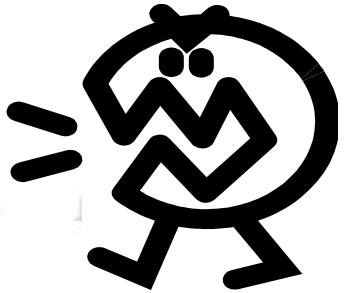




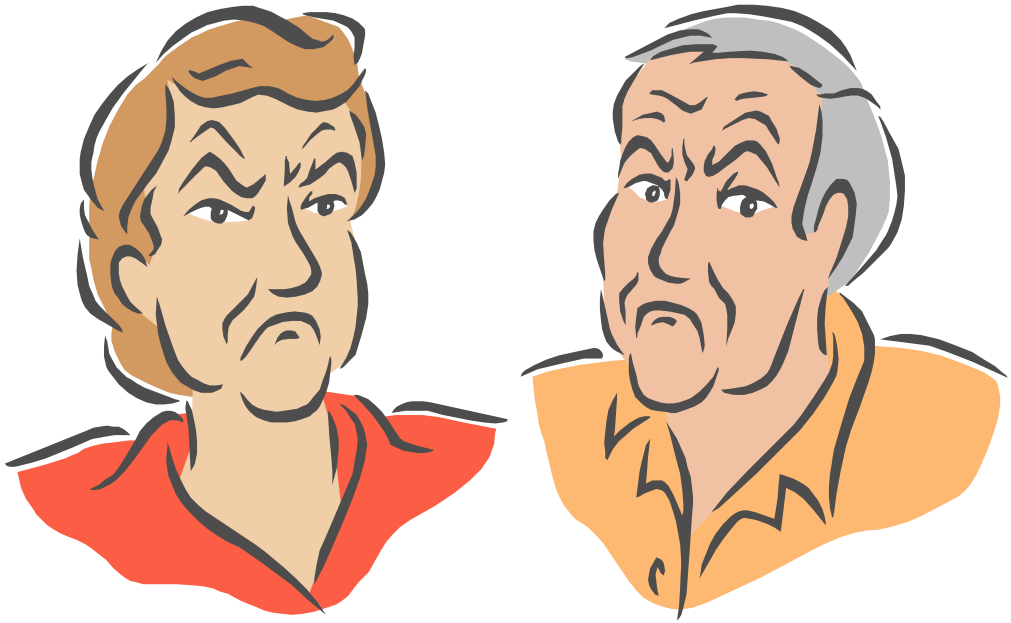


Cuando te irritas, soy agredido por las toxinas del stress.
Si eso ocurre con frecuencia, las HUN me abandonan
y huyen de tu cuerpo...





Entonces, te vuelves negativo y tu humor cada vez es peor.

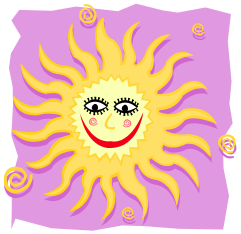


Las toxinas de la rabia son un veneno que no consigo metabolizar...
Y ellas pueden destruirme, volviéndome un *serio candidato al cáncer*...
A parte de esto, envenenado por la rabia, afectaré a tu corazón,
que se volverá impaciente y rencoroso, incapaz de sentir amor,
alegría y respeto.
Y eso, fácilmente también puede destruir tus relaciones personales...

La única forma de convencer a las HUN de volver a tu cuerpo,
es que practiques actos de bondad para contigo mismo
y para con los demás.
Si transformes tus actitudes rabiosas en tolerancia, conciliación y buen humor, ellas se quedarán a tu lado, trayéndote salud y suerte!

Necesitas buscar la Sabiduría del Vivir, para que puedas enfrentar los desafíos del día a día, con inteligencia, calma y serenidad?

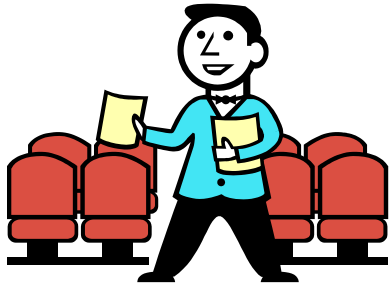
Comprendes la importancia de apaciguarte en todas las circunstancias de la vida y con todos los seres de tu alrededor?



Como ves, tu vida, salud y felicidad, dependen de que cuides muy bien de mi y al mismo tiempo de ti!

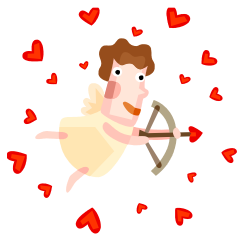
Evita el stress. Correr contra el reloj es un hábito peligroso.

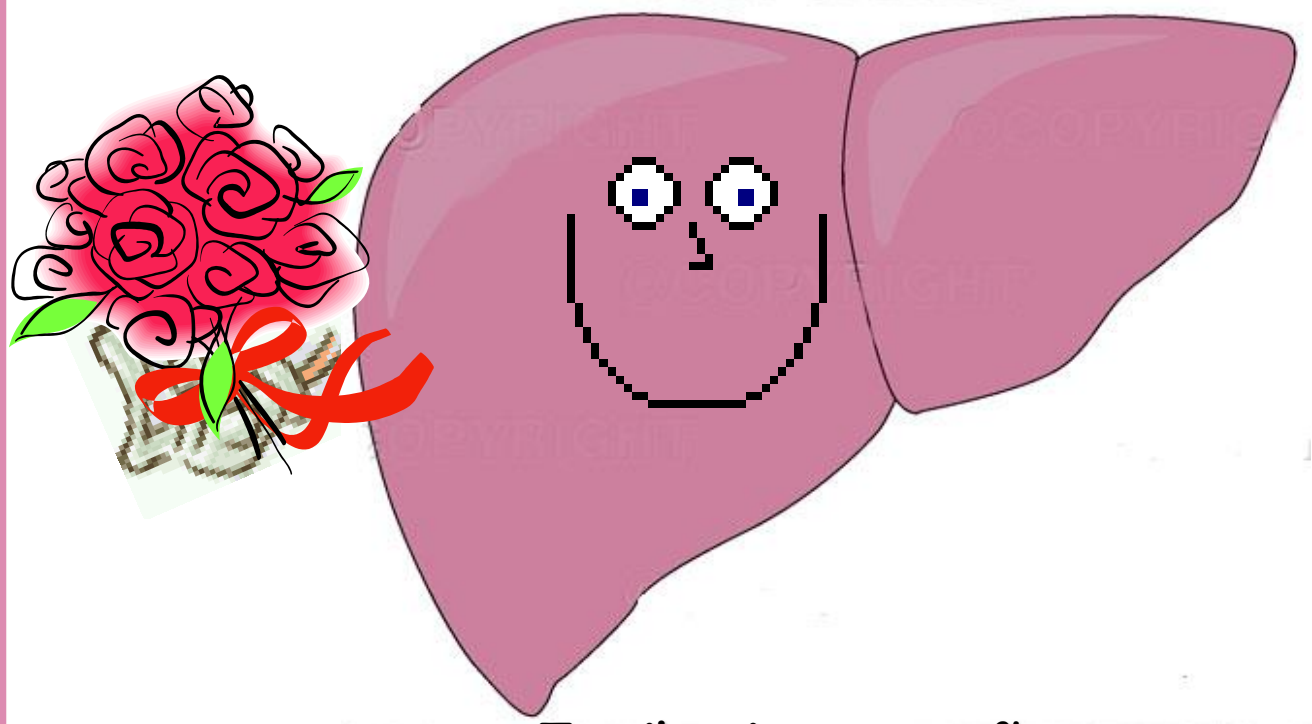
Cultiva el buen humor. ¿Para qué llevar la vida tan en serio? Procura sonreir y jugar. Permítete la alegría y el placer. Relajación y diversión son esenciales para mi salud !



Busca tu bienestar físico y síquico a través del contacto con la naturaleza, de la práctica de ejercícios físicos, del relajamiento,... y principalmente, de la meditación.

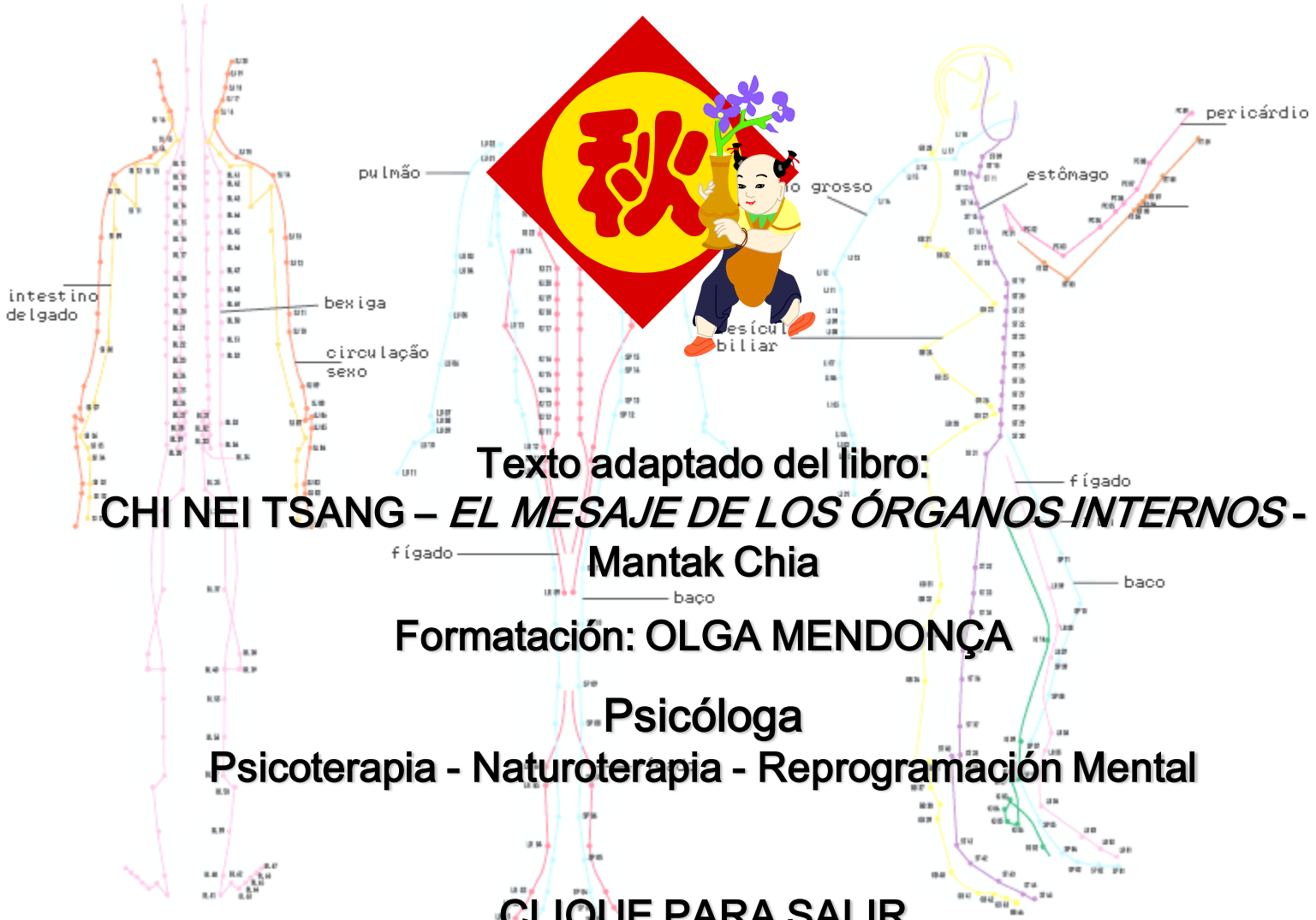
¡ Que las HUN te den mucha salud y suerte !





Tu silencioso compañero,

El hígado



Texto adaptado del libro:

CHI NEI TSANG – *EL MESAJE DE LOS ÓRGANOS INTERNOS* -

Mantak Chia

Formatación: OLGA MENDONÇA

Psicóloga

Psicoterapia - Naturoterapia - Reprogramación Mental

CLIQUE PARA SALIR