



FRECUENCIAS SAGRADAS DEL RIÑÓN

Tonificación de Yuán Qì, Mudra Milenario y Emisión Sonora de YÙ y YĪN

Masterclass Oficial

58 Minutos

1. ANATOMÍA ENERGÉTICA DEL RIÑÓN

Ubicación Anatómica	Espalda baja, zona lumbar (T12 - L3)
Puerta Clave	Mingmén (L2-L3, opuesto al ombligo)
Tipo de Qi	Yuán Qi (Qi Original / Esencia Vital)
Emoción Raíz	Miedo y Voluntad, Calma y Firmeza
Elemento & Estación	Agua · Invierno · Color Azul Profundo
Sentido & Tejido	Oídos / Audición · Huesos y Médula

2. MUDRA SAGRADO DEL RIÑÓN

- Paso 1 (Pulgares):** Dobra los pulgares y apoya la punta suavemente en la raíz del dedo anular (palma de la mano).
- Paso 2 (Abrazo de Dedos):** Cierra los cuatro dedos restantes envolviendo el pulgar sin presionar con fuerza.
- Paso 3 (Colocación):** Apoya el dorso de las manos sobre las rodillas o conéctalas suavemente hacia la zona lumbar / Mingmén.
- Efecto Energético:** Sella las fugas de energía, estimula el canal de riñón y reconduce el Qi disperso hacia la médula ósea.

3. SONIDO YÙ (DISPERSIÓN Y APERTURA)

1er Sonido: YÙ

Pronunciación: [YÜ / IU]

Mecánica Bucal: Labios redondeados en "O" pequeña o "U" francesa. La lengua plana y relajada.

Enfoque Mental (Yi): Conectar con el interior profundo de ambos riñones. Sentir cómo el sonido disuelve el frío, el miedo y la tensión acumulada.

Vibración: Resuena directamente en la cavidad lumbar y relaja la cintura.

4. SONIDO YĪN (NUTRICIÓN Y ASCENSO)

2do Sonido: YĪN

Pronunciación: [I-I-IN]

Mecánica Bucal: Apertura horizontal suave de comisuras. Sonido nasal limpio y prolongado.

Enfoque Mental (Yi): El Qi nutrido de los riñones asciende por la columna vertebral hacia el Dàntián Medio y el corazón.

Vibración: Resonancia sutil en el pecho, garganta y centro del cerebro (Yíntáng / Bǎihui).

PROTOCOLO DE PRÁCTICA DIARIA RECOMENDADO (15 A 20 MINUTOS)

FASE 1 (3 MIN)

Organizar el Campo de Qi y conectar la mente en el interior (Nèi Zhào).

FASE 2 (3 MIN)

Colocar el Mudra del Riñón y respirar suavemente hacia Mingmén.

FASE 3 (10 MIN)

Emitir en ciclos el sonido YÙ y luego YĪN (9 a 36 repeticiones).

FASE 4 (4 MIN)

Condensar Qi en Dàntián Bajo, masajear el abdomen y sellar con ¡Hǎo La!

Retiro Presencial: Frecuencias de Sanación para los 5 Órganos

20 al 22 de Noviembre 2026 · Convento San Joaquín, Ciudad de México · Imparte Maestro Yuan Ming

Informes & Boletos:

sembradoresdeqi.com