



ASSOCIAZIONE CULTURALE QI

Presidente: Vito Marino

Sede: via Contessa Adelasia, 5 – 90138 Palermo

Tel e Fax: 091.6512081

Web: www.associazioneqi.it

Email: associazione.qi@email.it

Aderente alla Federazione Italiana delle Società di Agopuntura - FISA

Aderente alla Federazione Italiana delle Scuole di Tuina e Qigong – FISTQ

Scuola di Tuina e Qigong accreditata presso Operatori Tuina e Tecniche Olistiche - OTTO

Introduzione alle basi della Medicina Tradizionale Cinese (MTC)

di Vito Marino

teoria yīn/yáng e loro relazioni dinamiche

In MTC la Teoria di base è quella di **yīn-yáng**. La teoria di yīn e yáng, che proviene da una osservazione della natura, descrive i fenomeni naturali come coppie di opposti: cielo e terra, sole e luna, notte e giorno, inverno ed estate, uomo e donna, sopra e sotto, dentro e fuori, movimento e stasi. Secondo gli ideogrammi classici possiamo dire che yīn rappresenta il lato ombreggiato di una collina, yáng il lato soleggiato.

陽 [阳] yáng



YANG

陰 [阴] yīn



Il carattere di sinistra, *fù*, comune ad entrambi gli ideogrammi, significa “collina”.

Il carattere di destra di *yáng*, *yáng*, rappresenta il sole che appare, con i raggi che attraversano le nuvole come fasci luminosi. Il carattere semplificato a destra ha *rì*, sole. Il versante illuminato di una collina.

Il carattere di destra di *yīn*, *yīn*, rappresenta delle nuvole sotto un tetto. Il carattere semplificato a destra ha *yuè*, luna. Il lato nuvoloso di una collina.

Yáng è quindi in rapporto al sole, quindi a luce, calore, altezza, e corrisponde al fuoco. **yīn** è in rapporto all’ombra e quindi alla luna, all’oscurità, al freddo, al basso, e per deduzione è simboleggiato dall’acqua. Rispetto al fuoco, l’acqua possiamo toccarla, il fuoco non possiamo; il fuoco va sempre verso l’alto e l’acqua sempre verso il basso.

Esempi di coppie yīn/yáng

yīn	yáng
Buio	Luce
Freddo	Caldo
Luna	Sole
Acqua	Fuoco
Notte	Giorno
Inverno	Estate
Interno	Esterno
Donna	Uomo
Passività	Attività
Ventre	Dorso
Davanti	Dietro
Sangue	Energia

Leggi dello yīn-yáng

yīn e yáng sono legati tra loro dalle **leggi di: opposizione, interdipendenza, consumo-accrescimento, trasformazione.**

Opposizione di yīn e yáng viene simboleggiata dall'acqua e dal fuoco, sostanze dotate di qualità, appunto, opposte: l'acqua è fredda (yīn), va verso il basso, non ha colore, etc., il fuoco (yáng) è caldo, va verso l'alto, è luminoso, etc. Il crepuscolo rispetto al giorno è yīn ma rispetto alla notte è yáng. La mattina è yáng rispetto alla sera, ma la mattina di un giorno invernale è yīn rispetto a quella di un giorno estivo.

Interdipendenza di yīn e yáng significa che ciascuno dei due aspetti è la condizione per l'esistenza dell'altro ("**yīn e yáng si radicano l'uno nell'altro**"). Per esempio, il giorno non esisterebbe senza la notte e viceversa.

Reciproco consumo e accrescimento ("controbilanciamento") significa che all'aumentare dello yīn corrisponde una diminuzione dello yáng e viceversa. Per esempio, al crescere della luminosità e del calore della primavera corrisponde un decrescere del buio e del freddo

Questi processi sono così descritti nel *Su Wen*: "Se lo yáng abbonda, lo yīn diminuisce, e quando lo yīn abbonda, lo yáng diminuisce; quando prevale lo yáng, vi è calore e quando lo yīn prevale vi è freddo".

Reciproca trasformazione di yīn e yáng significa che a certe condizioni ciascuno dei due aspetti si può trasformare nel suo opposto. "Ci deve essere quiete dopo l'eccessivo movimento: lo yáng diventerà yīn" (Nei Jing Su Wen). La reciproca trasformazione di yīn e yáng è una legge universale che governa lo sviluppo e il mutamento delle cose: la primavera inizia quando l'inverno ha raggiunto il suo culmine mutando lo yīn in yáng, e l'autunno arriva quando l'estate ha raggiunto il suo apice, mutando lo yáng in yīn.

Teoria dei 5 Movimenti – 五行 wǔxíng

I cinque movimenti si riferiscono a cinque categorie di fenomeni del mondo naturale, chiamate: **Legno, Fuoco, Terra, Metallo, Acqua**, 木火土金水 mù, huǒ, tǔ, jīn, shuǐ.

La teoria dei cinque movimenti stabilisce che tutti i fenomeni nell'universo corrispondono, dal punto di vista della loro natura intrinseca, a legno, fuoco, terra, metallo e acqua, e che questi fenomeni si trovano in uno stadio di continua

trasformazione e cambiamento.

Nel modello dei cinque movimenti ciò che corrisponde all'**Est** è la primavera, il vento, il verde; al **Sud**, calore, estate e rosso; all'**Ovest**, l'autunno, bianco, metallo; al **Centro** giallo, umidità, corrisponde la terra; al **Nord** il freddo, l'inverno, che corrisponde all'acqua, ed al nero.

Classificazione dei fenomeni secondo i Cinque Movimenti

Legno. Il suo carattere è quello di crescere e fluire in tutte le direzioni.

Fuoco. E' caldo e va sempre verso l'alto.

Terra. Dà nascita e nutrimento all'essere umano e a tutte le cose.

Metallo. Scende ed è chiaro.

Acqua. E' fredda e scorre verso il basso.

Usando il pensiero analogico si possono classificare tutte le cose, secondo la loro natura, nell'ambito dei Cinque Movimenti.

	LEGNO	FUOCO	TERRA	METALLO	ACQUA
direzione	est	sud	centro	ovest	nord
crescita	germinaz.	crescita	trasform.	decadimen.	accumulo
stagione	primav.	estate	fine-estate	autunno	inverno
zang	fegato	cuore	milza	polmone	rene
org. senso	occhi	lingua	bocca	naso	orecchi
tessuto	"tendini"	vasi	muscoli	pelle	ossa
emozione	rabbia	gioia	preoccupaz.	tristezza	paura

Tra questi movimenti, questi organi, vi sono due tipi di relazioni, normali o anormali.

Nelle relazioni fisiologiche osserviamo due cicli differenti.

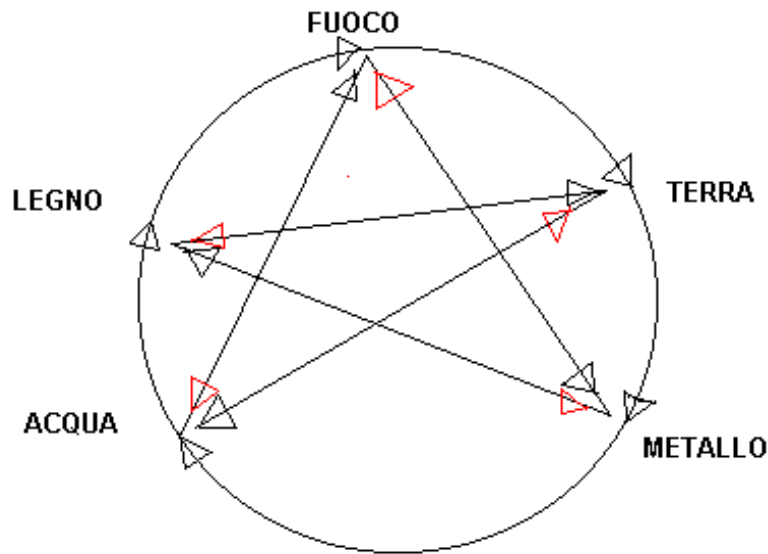
A) Un Ciclo di generazione, in cui l'acqua genera il legno, il legno genera il fuoco, il fuoco genera la terra, la terra genera il metallo, il metallo genera l'acqua.

B) L'altra relazione fisiologica è quella che in cinese viene definita "azione di inibizione", cioè il legno deve controllare la terra, la terra controlla l'acqua, l'acqua inibisce e controllare il fuoco, il fuoco controlla il metallo, il metallo controlla il legno.

Le relazioni fisiologiche sono quelle di generazione e di controllo. Prendiamo per esempio il fuoco-cuore: che è generato dal legno-fegato, ma lui stesso genera la terra-milza, e inoltre è controllato dall'acqua-reni, ma a sua volta controlla il metallo-polmone. Quindi: **ogni elemento è generato e genera, è controllato e controlla.**

Le relazioni patologiche sono: **Relazione di superinibizione** e **Relazione di controinibizione**; per es., il fegato inibisce la milza ma è inibito dal polmone.

Quindi “**Superinibizione**”, eccesso patologico della legge di controllo quando, per es.. un Legno troppo forte inibisce la Terra esauendone l’energia. “**Controinibizione**”, azione controcorrente della reazione di controllo quando, per es., un Legno troppo forte oltre ad inibire la Terra, disprezza il Metallo esauendone le energie.



GENERALITÀ' SUL SISTEMA DEI MERIDIANI

Definizione

Tutti i Vasi Energetico-Sanguigni si chiamano in Cinese 经络 *jīngluò*. Jing si riferisce al tragitto verticale, mentre Luo a quello trasversale; quindi *Jīng* è un tragitto verticale, lungo, Luo ha il senso di ramificare, collegare, è riferito ad un tragitto "trasversale".

I Canali principali sono 12, ognuno dei quali è in relazione con uno dei 12 organi e visceri principali del corpo umano. Una parte del loro percorso è superficiale, una parte è profonda e collega l'esterno del corpo con l'interno.