

# WU XING

## 五行



### I 5 Movimenti



**wood**

木  
*mù*

**fire**

火  
*huǒ*

**earth**

土  
*tǔ*

**metal**

金  
*jīn*

**water**

水  
*shuǐ*

Testi a cura del compianto amico Gianni Gasparini

### Movimento Legno

La sua caratteristica è il crescere, il fiorire; il legno esprime il concetto di espansione verso l'esterno, verso l'alto e la crescita in ogni direzione.

Corrisponde alla primavera e si associa allo sviluppo dei germogli.

Esso rappresenta il passaggio dallo Yin allo Yang ed esprime il concetto di albero.

L'energia concentrata dell'acqua qui si manifesta e si esprime.

Il movimento è legato all'est, alla primavera, all'alba ed al vento. Il suo colore è il verde.

Nel movimento legno sono presenti tutti i fenomeni di esteriorizzazione, di nascita e di accelerazione.

Anche la cronobiologia occidentale parla dell'attivazione del fegato e della vescica biliare all'alba ed in primavera; quindi questi organi sono legati a tutti i fenomeni dinamici. Facile quindi metterli in correlazione, da un punto di vista funzionale, al tessuto tendineo.

L'esteriorizzazione si traduce in rapporti con il mondo esterno che possono essere interpretati in chiave non solo di relazione, ma anche in senso difensivo od offensivo, quindi le unghie si associano spesso a questo concetto di difesa, o di attacco. le relazioni con l'ambiente vengono regolate dalla vista.

Al legno viene associato il sapore acido, caratteristico dei frutti ancora immaturi in primavera. Al fegato vengono attribuite le lacrime.

Il legno corrisponde alle exteriorizzazioni a cui viene associato il coraggio di affrontare l'ambiente con determinazione. La sua alterazione patologica porta alla rabbia e all'irascibilità

## Movimento Fuoco

Il fuoco arde e si infiamma; richiama il concetto di movimento verso l'alto e di energia cinetica. Corrisponde all'estate e si associa alla maturazione.

Corrisponde allo Yang massimo e l'ideogramma esprime il concetto di bruciato, consumato. Pensiamo, ad esempio, al pezzo di legno che arde nel camino.

Qui il concetto di trasformazione della materia è evidente, cioè dal legno si passa al calore, all'energia.

Il movimento è associato al sud e quindi al calore. Il suo colore è il rosso.

Esso rappresenta il culmine di tutti i processi di trasformazione della materia in energia, esprimendo quindi la massima potenzialità cinetica e la massima dinamizzazione.

Visto che rappresenta la massima energia cinetica, l'organo per eccellenza di questo continuo dinamismo è il cuore, mentre l'intestino tenue, con le sue peristalsi, garantisce il continuo assorbimento delle sostanze nutritive.

Al fuoco viene attribuita la funzione mentale, la sensibilità tattile e la fonazione.

Viene associato il sapore amaro, corrispondente al sapore dei cibi bruciati. La secrezione è il sudore

Nel cuore abita l'energia psichica, con la capacità di coordinare tutti i messaggi sensoriali e tutte le emozioni del corpo: lo Shen, che corrisponde alla capacità di mettere ogni cosa al suo posto e quindi la sua alterazione patologica implica uno stato di volubilità e una esagerazione delle risposte affettive.

## Movimento Terra

La terra dà vita ad ogni cosa; rappresenta la neutralità e la stabilità. Corrisponde alla tarda stagione estiva e si associa alla trasformazione.

E' il centro, il neutrale termine di paragone attorno al quale le stagioni e gli elementi

ruotano. Così essa corrisponde all'ultimo stadio di ogni stagione.

La terra fa pensare alla rugiada, alla brina, che rendono possibile la vita e quindi essa è legata all'umidità e il suo colore è il giallo.

Garantisce la nutrizione, è indispensabile a tutti i processi di trasformazione, è il punto di equilibrio di tutto il sistema.

Essa riceve tutte le energie, nutrendo, trasformando e distribuendo ciò che riceve e quindi l'accostamento analogico allo stomaco è obbligatorio.

In MTC la coppia milza-pancreas è adibita all'assimilazione delle sostanze nutritive e alla diffusione delle stesse a tutti i distretti. Questa coppia, che è anche deputata alla formazione del sangue, viene associata allo stomaco.

L'accostamento analogico è con la lingua come organo della sensibilità gustativa. Il suo sapore è il dolce, cioè quello dei cereali e dei legumi della tradizione contadina cinese. La sua secrezione è la saliva densa.

La digestione, essendo il punto di equilibrio fisiologico, sul piano psichico rappresenta la capacità di riflettere e la sua anomalia è caratterizzata da fobie e rimuginazione.

## Movimento Metallo

Il metallo, secondo la Medicina Tradizionale Cinese, tende a scendere a causa del suo peso e rappresenta quindi un movimento di condensazione. Corrisponde all'autunno e si associa alla mietitura.

La durezza e la condensazione sono qualcosa di prezioso e nascosto come l'oro. E' in questo punto che avviene il passaggio dallo Yang allo Yin.

Le trasformazioni energetiche del metallo si accostano all'autunno, al crepuscolo, all'ovest; qui l'energia tende a ricondensarsi e ad essiccarsi. L'energia cosmica del metallo è appunto la secchezza e il suo colore è il bianco. Corrisponde alla concentrazione, alla forza centripeta, all'idea di interiorizzazione e alla decelerazione.

I tessuti che nell'organismo svolgono il ruolo di questo movimento sono la cute e le mucose.

La secchezza e l'imbibizione acquosa dell'organismo è influenzata dalla respirazione, quindi dal polmone. A tale organo viene associato il grosso intestino, importante per la regolazione dello stato di idratazione del corpo.

Al metallo corrisponde l'organo di senso olfatto, il suo sapore è il piccante che, secondo la tradizione contadina, ricorda le proprietà diaforetiche delle spezie.

Al polmone è legato il muco nasale e le energie psichiche che lo caratterizzano sono l'interiorizzazione e la riservatezza. L'eccesso di questo atteggiamento porta all'introversione e quindi alla tristezza.

## **Movimento Acqua**

L'acqua è fredda e scorre verso il basso; corrisponde all'inverno e si associa all'immagazzinamento energetico.

Corrisponde allo Yin massimo, al nord, alla mezzanotte, alla notte. ecco quindi l'accostamento al freddo. Il suo colore, secondo la MTC, è il nero.

l'acqua corrisponde alla massima potenzialità che non si è ancora manifestata, quindi allo stato di quiete.

Il metabolismo dei liquidi del nostro corpo è legato al rene e alla vescica, quindi essi appartengono a questo elemento. Il rene, con il suo lavoro di mantenimento dell'equilibrio idroelettrico e dei sali minerali, permette anche al tessuto osseo di rigenerarsi.

Visto che il tessuto osseo è correlato all'acqua, la struttura anatomica responsabile è la percezione uditiva (osscini dell'udito).

Il suo sapore è il salato perché l'equilibrio salino ha questo gusto. Le sue secrezioni sono la saliva fluida, che ha un'attività protettivo-difensiva, e la sua energia psichica è la volontà. L'esasperazione della volontà porta al blocco dell'azione, cioè alla paura.

Questo elemento concentra l'energia e quindi porta al raggiungimento di una forza di coesione tra le molecole tale da permettere il passaggio dallo stato di vapore allo stato fluido.