



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

Facebook: [Associazione QI](#)

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

Scuola di Shiatsu accreditata presso FISleO – Federazione Italiana Shiatsu Insegnanti e Operatori

2013 anno del Serpente 蛇 shé

Il ciclo di 60 anni che compone il secolo cinese si compone di due cicli che interagiscono tra loro. Il primo è il ciclo di dieci Tronchi celesti, che corrispondono ai Cinque Movimenti, Legno, Fuoco, Terra, Metallo, Acqua, suddivisi nei loro aspetti *yin* e *yang* e definiti con dodici nomi simbolici. Il secondo è il ciclo dei dodici Rami Terrestri, ovvero dei segni degli animali dello zodiaco, che sono topo, bufalo, tigre, lepre, drago, serpente, cavallo, capra, scimmia, gallo, cane e maiale. La combinazione di Cinque Movimenti nei loro aspetti *yin* e *yang* con i dodici animali (10 x 12) porta alla creazione del ciclo di 60 anni. Il ciclo attuale del calendario astrologico cinese è iniziato nel 1984. Essendo quello tradizionale cinese un calendario lunisolare, i mesi iniziano in concomitanza con ogni luna nuova, per cui la data d'inizio del primo mese, e dunque del capodanno, può variare di circa 29 giorni, coincidendo con la seconda luna nuova dopo il solstizio d'inverno, il che può avvenire fra il 21 gennaio ed il 19 febbraio del calendario gregoriano.

Il 2013 è un anno del Serpente d'Acqua. Il precedente anno del Serpente d'Acqua è stato il 1953.

La figura del serpente, *yin*, è legata al drago, *yang*. Il Serpente stesso è chiamato anche "piccolo drago" *xiaolong* 小龙

Nella tradizione popolare cinese, il Serpente è un animale contraddittorio, con aspetti sia positivi che negativi, venerato ma anche temuto come un dio. Ricorda, nella sua forma sinuosa, le anse dei grandi fiumi tra i quali è nata e si è sviluppata la civiltà cinese.

Sognare un serpente nero, per una donna in attesa (il nero è il colore dello *yin*-femminile), è presagio di una figlia femmina, bianco di un figlio maschio (il bianco, rispetto al nero, è un colore *yang*-maschile).

Nel calendario cinese è il segno dello zodiaco che segue il Drago; quest'anno, in particolare, è dedicato al Serpente d'Acqua o Serpente Nero. Rappresentando una sorta di "coda del Drago", è nella natura del Serpente avere la caratteristica di prolungamento dell'anno precedente. Si potranno concretizzare, per esempio progetti che hanno avuto inizio.

L'anno del Serpente può infondere fiducia ed energia soprattutto a chi si dedica ad attività artistiche, visto questo segno è legato alla bellezza, alla eleganza e alla sinuosità.

Personaggi importanti nati sotto il segno del Serpente sono stati Oprah Winfrey, John F. Kennedy, Abraham Lincoln, Martin Luther King, Pablo Picasso, Bob Dylan, James Joyce, Pierce Brosnan, Charlie Sheen, Edgar Allan Poe.

Influenze nell'Anno del Serpente d'Acqua

L'anno del Serpente d'Acqua favorisce la ricerca intellettuale. E' un periodo favorevole per imparare qualcosa di nuovo o riprendere vecchi studi trascurati. Per la natura mutevole del Serpente, ci si può anche trasferire o cambiare lavoro. Tuttavia, attenzione alle decisioni impulsive, che sono anche una tendenza del Serpente.

I bambini nati quest'anno possono essere intelligenti e curiosi, anche se potrebbero non fare bene in un ambiente scolastico tradizionale. Il bambino Serpente d'Acqua può sembrare timido o disattento, ma in realtà presta particolare attenzione alle parole e al linguaggio del corpo.

Poiché cambia pelle, il Serpente è anche simbolo di rinascita e rinnovamento. L'anno del Serpente Nero, essendo un anno di acqua, avrà la caratteristica della dinamicità.

Stagione propizia: estate (maggio).

Pianta: cardo.

Profumo: felce

Luoghi congeniali: zone solitarie, deserti, grotte ma anche la propria casa.

L'Anno del Serpente 2013 è simboleggiato da due elementi: l'acqua posta sopra il fuoco. Secondo i cicli di generazione e distruzione del modello dei Cinque Movimenti, l'acqua è il Movimento che distrugge il fuoco. Questo significa che l'anno non sarà molto tranquillo dal punto di vista dei conflitti internazionali. Il serpente corrisponde al mese di maggio nel calendario occidentale, immediatamente prima del picco estivo, con l'energia del fuoco in aumento e quasi al suo picco, e ciò porta il significato di un massimo di salita che può innescare rivoluzione e cambiamenti.

L'attacco di Pearl Harbor è avvenuto nel 1941, il 4 giugno 1989 gli incidenti di Piazza Tiananmen, nel 2001 l'attentato terroristico delle torri gemelle. Tuttavia, nel 2013, l'acqua rende il Serpente anche molto più dolce e umile, e i conflitti potrebbero essere meno forti rispetto agli anni Serpente precedenti del 1941 (Serpente Metallo), 1989 (Serpente Terra)

e 2001 (Serpente Metallo).

Come detto prima, abbiamo sperimentato lo stesso anno Serpente Acqua nel 1953. Questo è stato il periodo della “guerra fredda”, non una vera e propria guerra ma grande ostilità tra Unione Sovietica e Stati Uniti, periodo in cui in entrambi i campi si sviluppavano e ampliavano i propri arsenali nucleari.

Così l'acqua *yin* portava la pace apparente, ma al di sotto di questa pace (acqua) vi erano tensione e ostilità (fuoco).

Caratteristiche climatiche dell'anno

L'anno cinese è caratterizzato fondamentalmente da 2 elementi, il “Tronco Celeste” e il “Ramo Terrestre”, che ne determinano le caratteristiche climatiche. Il Tronco Celeste (vi sono 10 Tronchi Celesti) è in relazione con i 5 Movimenti nel loro aspetto *yin* o *yang*, il Ramo Terrestre (vi sono 12 Rami Terrestri) è in relazione con le 6 Energie nel loro aspetto *yin* o *yang*. Il 2013 è un anno *gui-si* 10-VI (Ruscello-Serpente) , secondo il modo tradizionale di nominare Tronchi e Rami.

Il calcolo del “Grande Movimento” dell'anno, il Tronco Celeste che predominerà durante l'intero periodo, ci dice che *gui* corrisponde al Movimento Fuoco, ma essendo pari (10), è un Fuoco *yin*. In questo caso predominerà l'energia climatica del Movimento che domina il Fuoco, cioè, l'Acqua, il **Freddo**.

Il calcolo della “Energia Invitata”, il Ramo Terrestre che dominerà l'anno, ci dice che il Vento-Legno *yueyin* sarà predominante. In particolare, nei primi sei mesi dell'anno dominerà lo *yueyin* Legno-**Vento**, nei successivi sei mesi dominerà lo *shaoyang* Fuoco Ministeriale (**Calore**).

Inoltre, la “Riunione Annuale” determina per il 2013 la prevalenza del **Fuoco**.

La divisione dell'anno in sei periodi di 60 giorni ci dice che
dal 20/01 al 20/03/2013 è il periodo del **Vento**
dal 21/05 al 22/07/2013 è il periodo del Fuoco Imperiale (**Fuoco**)
dal 21/05 al 22/07/2013 è il periodo del Fuoco Ministeriale (**Calore**)
dal 23/07 al 22/09/2013 è il periodo dell'**Umidità**
dal 23/09 al 22/11/2013 è il periodo della **Secchezza**
dal 23/11 al 20/01/2014 è il periodo del **Freddo**

Condotta pratica

Tornando alle caratteristiche climatiche del 2013, dividendo l'anno in 6 periodi, e considerando “Grande Movimento”, “Energia Invitata”, “Riunione Annuale” e energie

normali dei 6 periodi, avremo:

dal 20/01 al 20/03/2013 è il periodo del **Vento, Freddo** (Grande Movimento), **Vento** (Energia Invitata), **Fuoco** (Riunione Annuale). Il **Vento** sarà la condizione climatica prevalente. Indicati gli alimenti di sapore **acido**. Consigliati frutta e nella verdura della primavera come gli agrumi, il pomodoro, gli spinaci ma anche yogurt e pollo.

dal 21/03 al 20/05/2013 è il periodo del Fuoco Imperiale (**Fuoco**), **Freddo** (Grande Movimento), **Vento** (Energia Invitata), **Fuoco** (Riunione Annuale). Il **Vento Caldo** sarà la condizione climatica prevalente. Indicati gli alimenti di sapore **acido e salato** e natura **yin**.

dal 21/05 al 22/07/2013 è il periodo del Fuoco Ministeriale (**Calore**), **Freddo** (Grande Movimento), **Vento** (Energia Invitata), **Fuoco** (Riunione Annuale). Il **Vento Caldo** sarà la condizione climatica prevalente. Indicati gli alimenti di sapore **acido e amaro** e natura **yin**.

dal 23/07 al 22/09/2013 è il periodo dell'**Umidità, Freddo** (Grande Movimento), **Calore** (Energia Invitata), **Fuoco** (Riunione Annuale). Il **Caldo Umido** sarà la condizione climatica prevalente. Indicati gli alimenti di sapore **amaro e dolce** e natura **yin**.

dal 23/09 al 22/11/2013 è il periodo della **Secchezza, Freddo** (Grande Movimento), **Calore** (Energia Invitata), **Fuoco** (Riunione Annuale). Il **Caldo Secco** sarà la condizione climatica prevalente. Indicati gli alimenti di sapore **amaro e piccante** e natura **yin**.

dal 23/11 al 20/01/2014 è il periodo del **Freddo, Freddo** (Grande Movimento), **Calore** (Energia Invitata), **Fuoco** (Riunione Annuale). Il **Freddo** (normale per il periodo) sarà la condizione climatica prevalente. Indicati gli alimenti di sapore **salato** e natura **yang**.

Dietetica

Il sapore acido è *yin*, si trova nella frutta e nella verdura della primavera come gli agrumi, il pomodoro, gli spinaci ma anche nello yogurt e nel pollo.

Il sapore salato è *yin*, si trova nella frutta e nella verdura dell'inverno così come nel ginseng, nei crauti, nelle alghe, nel formaggio secco, nei pesci di mare e nella carne di maiale.

Il sapore amaro è *yin*, si trova nella frutta e la verdura dell'estate, nel frumento, l'indivia (cicoria), i cavoli verdi, ma anche la pecora e l'agnello.

Il sapore dolce è *yang*, si trova nella frutta e la verdura di fine estate quali la carota, l'uva, negli alimenti che contengono fecola (farinacei in generale), nel riso, nel mais, nei pesci d'acqua dolce, nelle uova e nella carne di manzo.

Il sapore piccante è *yang*, si trova nella frutta e nella verdura dell'autunno come pure nella cipolla, nell'aglio, nello zenzero, nel peperone e nella carne di cavallo.