



# **Anno del Serpente Legno *yin yi-si* 2025**

**Capodanno cinese e caratteristiche energetiche dell'anno**

Conferenza del dott. Vito Marino, con il contributo della Maestra Carmela Filosa

24 gennaio 2025

## CHE SIGNIFICA ANNO YI-SI?

Il calendario cinese è basato su un sistema che comprende due sottoinsiemi, quello dei **10**

**Tronchi Celesti** e quello dei **12 Rami Terrestri**.

Ad ogni tronco celeste viene associato un elemento della natura, ad ogni ramo terrestre viene associato un animale simbolico.

Ogni anno è caratterizzato da un Tronco e da un Ramo.

Per la numerazione si usano i numeri **arabi** (1,2,3, ... 10) per i Tronchi e i numeri **romani** (I,II,III, .... XII) per i Rami.

### Tronchi celesti

1	JIA	ABETE
2	YI	BAMBU'
3	BING	FIAM. LEGNA
4	DING	FIAM. LUCERNA
5	WU	COLLINA
6	JI	PIANURA
7	GENG	ARMİ
8	XIN	PAIOLO
9	REN	ONDE
10	GUI	RUSCELLI

### Rami terrestri

I	ZI	TOPO
II	CHOU	BUFALO
III	YIN	TIGRE
IV	MAO	lepre
V	CHEN	DRAGO
VI	SI	SERPENTE
VII	WU	CAVALLO
VIII	WEI	CAPRA
IX	SHEN	SCIMMIA
X	YOU	GALLO
XI	XU	CANE
XII	HAI	MAIALE

## Serpente *shé* 蛇



Qi

A sinistra un carattere risalente alla dinastia Qin, 221 a.C. – 206 a.C., a al centro, al centro e a destra due caratteri risalenti alla dinastia Han, 206 a.C. – 220 d.C.

## Serpente *shé* 蛇

Nella cultura tradizionale cinese il serpente, chiamato anche “piccolo drago”, non è popolare quanto il drago, simbolo della Cina stessa, ma non è visto negativamente come in altre parti del mondo, anzi da migliaia di anni il serpente è tenuto in grande considerazione.

Il serpente è stato a lungo considerato un simbolo del grande potere della natura e la capacità di controllare i serpenti rappresenta la capacità di controllare la natura.

Nel libro di mitologia Shan Hai Jing, il "Classico delle montagne e dei mari", antecedente alla dinastia Qin, si racconta dei quattro dei del mare che indossavano serpenti come ornamenti sulle orecchie e usavano i serpenti per viaggiare.

Fu Xi, il primo mitico imperatore della Cina, e la sorella minore Nü Wa sono raffigurati con corpi di serpente e teste umane.



# 2025

Stiamo entrando in un anno di cambiamento e rinascita, un anno in cui imparare dal passato andando avanti con saggezza e consapevolezza.

Il 2025 sarà un anno indicato per prendere decisioni responsabili, per evolvere come esseri umani, lasciando andare vecchie modalità e abitudini che non ci sono più adatte.

I serpenti mutano pelle da cuccioli ogni mese, da adulti 1-2 volte l'anno, in quanto il loro rivestimento non cresce come il corpo, e cambia quando non più adatto ad alloggiare il corpo cambiato.



Nell'anno del Serpente il mondo, e l'individuo, si dovrebbero fermare per pensare al proprio futuro.

Il Serpente è una creatura di guarigione, che influenza il corpo fisico a spostarsi verso una dimensione più spirituale.

Si dovrebbe adottare la natura del Serpente con consapevolezza e senso del tempismo, pronto ad avere una accelerazione quando è il momento giusto per utilizzare al meglio l'energia dell'anno.

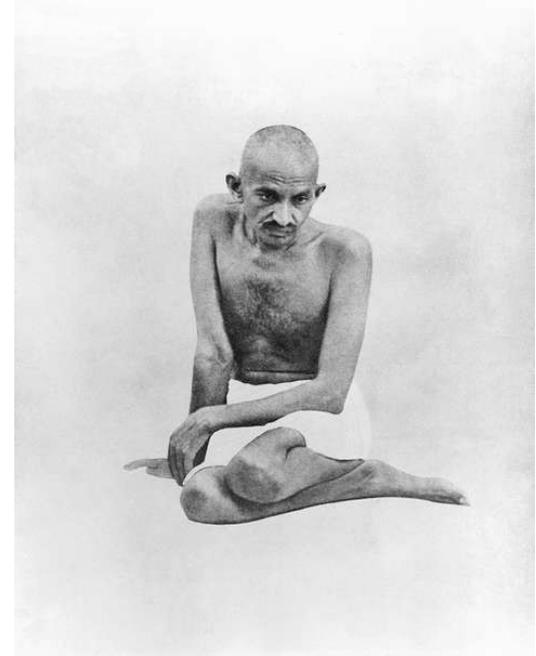


I colori da prediligere sia nell'abbigliamento che nell'arredamento sono il rosso, il nero, il verde.

Le direzioni favorevoli, per esempio per la pratica del *qigong*, sono l'ovest e il sud.

Nell'anno del Serpente ideale il colore rosso e l'orientamento verso sud nelle persone freddolose (“a sangue freddo” come il serpente) e flemmatiche, il colore nero e l'orientamento verso ovest nelle persone troppo calorose ed esuberanti.

Nati nell'anno del Serpenti famosi sono Bob Dylan, Johann Wolfgang von Goethe (grande studioso della natura) e Mahatma Gandhi (silenzioso autore di grandi trasformazioni).



# Caratteristiche energetiche dell'anno del Serpente Legno *yin yi-si* 2-VI (42° del ciclo di 60 anni)

L'anno del Serpente 2025 inizia il 29 gennaio 2025 e termina il 16 febbraio 2026. Succede all'anno del Drago e sarà seguito dall'anno del Cavallo.

Il suo **Tronco Celeste** è *yi-2*, il suo **Ramo Terrestre** è *si-VI*.

L'anno *yi-2* ha come "Grande Movimento annuale" il Legno *yin* in deficit, e la sua caratteristica climatica sarà la Secchezza, energia climatica del Movimento Metallo, che domina sul Legno *yin*.

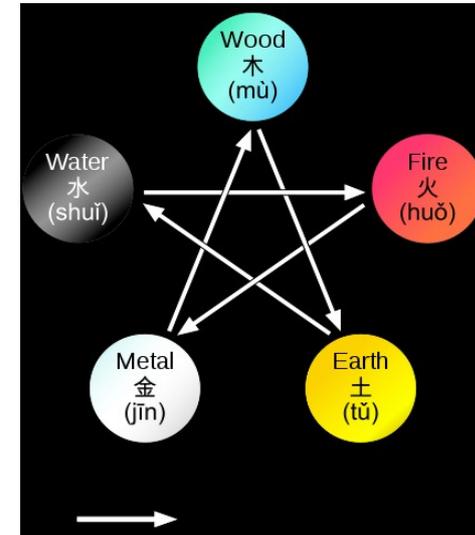
D'altra parte, un anno *si-6* è legato al *jueyin*, al meridiano del Cuore e al Fuoco; la sua caratteristica climatica sarà il Calore, energia climatica del Movimento Fuoco.

## Tronchi celesti

1	JIA	ABETE
2	YI	BAMBU'
3	BING	FIAM. LEGNA
4	DING	FIAM. LUCERNA
5	WU	COLLINA
6	JI	PIANURA
7	GENG	ARMI
8	XIN	PAIOLO
9	REN	ONDE
10	GUI	RUSCELLI

## Rami terrestri

I	ZI	TOPO
II	CHOU	BUFALO
III	YIN	TIGRE
IV	MAO	lepre
V	CHEN	DRAGO
VI	SI	SERPENTE
VII	WU	CAVALLO
VIII	WEI	CAPRA
IX	SHEN	SCIMMIA
X	YOU	GALLO
XI	XU	CANE
XII	HAI	MAIALE



L'anno è inoltre suddiviso in 4 periodi di 75 giorni (primavera/Legno, estate/Fuoco, autunno/Metallo, inverno/Acqua), gli ultimi 15 giorni di ogni stagione sono di transizione tra le stagioni (stagione intermedia, di transizione, legata al Movimento Terra).

Ogni stagione è caratterizzata da una energia climatica normale: in primavera il Vento, in estate il Calore, in autunno la Secchezza, in inverno il Freddo, nei 15 giorni finali di ogni stagione l'Umidità.

Riassumendo, ogni stagione sarà caratterizzata prevalentemente dalla **propria** energia climatica normale, una energia climatica legata al **Tronco Celeste, una legata al Ramo Terrestre**, una legata all'appartenenza allo *yin* (debolezza) o allo *yang* (forza, pienezza)

Limitandoci alle caratteristiche energetiche legate alla stagione e alle caratteristiche energetiche *yisi* e suddivise per stagioni, nell'anno del Serpente Legno *yin* avremo:

**Primavera: Vento** (energia stagionale normale), **Secchezza** (energia climatica del Metallo che domina il Legno *yin*), **Calore** (energia climatica del Ramo Terrestre *si-VI*).

**Estate: Calore** (energia stagionale normale), **Secchezza** (energia climatica del Metallo che domina il Legno *yin*), **Calore** (energia climatica del Ramo Terrestre *si-VI*).

**Autunno: Secchezza** (energia stagionale normale), **Secchezza** (energia climatica del Metallo che domina il Legno *yin*), **Calore** (energia climatica del Ramo Terrestre *si-VI*).

**Inverno: Freddo** (energia stagionale normale), **Secchezza** (energia climatica del Metallo che domina il Legno *yin*), **Calore** (energia climatica del Ramo Terrestre *si-VI*).

**Stagione intermedia (e ultimi 15 giorni di ogni stagione): Umidità** (energia stagionale normale), **Secchezza** (energia climatica del Metallo che domina il Legno *yin*), **Calore** (energia climatica del Ramo Terrestre *si-VI*).

## Tendenze patologiche nell'anno del Serpente Legno *yin yiji* 2-VI

Nel 2025 bisognerà concentrarsi sulla prevenzione con stili di vita salutari e magari con pratiche come *qigong* e *taijiquan*.

I settori dell'organismo che potrebbero richiedere più attenzione potrebbero essere il sistema nervoso e i muscoli.

I serpenti sono contemplativi, tendenti alla immobilità, il che porta facilmente a ristagni energetici che si possono presentare con mal di testa, rigidità muscolare e facile affaticamento.



**Prevenzione** nell'anno del Serpente Legno *yin*:  
**umidificare la Secchezza e rinfrescare il  
Calore, nutrire il Sangue, regolarizzare il  
Fegato.**

Orientarsi verso una alimentazione basata su  
alimenti di colore **rosso** che nutrono il Sangue e  
mitigano il Calore (soia rossa, anguria,  
pomodoro...), e **verde** che regolarizzano il  
Fegato (sedano, soia verde, lattuga, piselli,  
spinaci, broccoli, asparagi, carciofi, avocado,  
kiwi, pistacchi, prezzemolo, basilico...). Utili  
anche alimenti di colore **nero** (riso venere, soia  
nera, nero di seppia ...)

Utilizzare anche alimenti di sapore **dolce** che  
umidificano la Secchezza (miele, soia gialla,  
mais, grano...) e di natura **fresca** che mitigano il  
Calore (soia verde, orzo, miglio, tea, sedano,  
alimenti estivi...).



**Prevenzione** nell'anno del  
Serpente Legno *yin*: **umidificare la  
Secchezza e rinfrescare il Calore,  
nutrire il Sangue, regolarizzare il  
Fegato.**

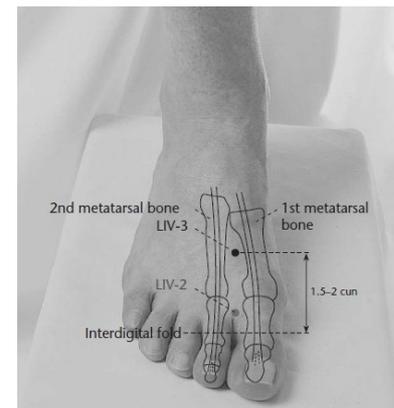
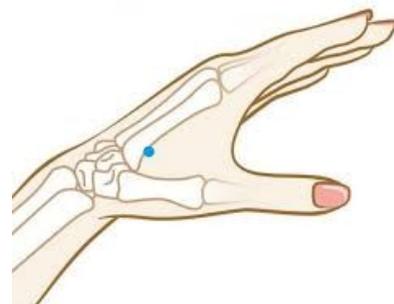
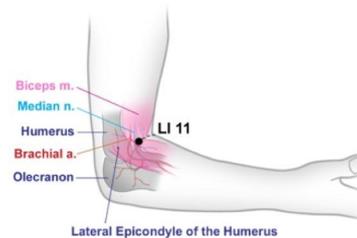
Massaggiare regolarmente

SP6 (umidifica la secchezza),

LI11, LI4, (rinfrescano il Calore);

SP10 (nutre il sangue);

LR3 (regolarizza il Fegato).



## Praticare *taijiquan*:

allenare la forza Peng associata al Legno e la fluidità associata all'Acqua che genera il Legno.

## Praticare *qigong*:

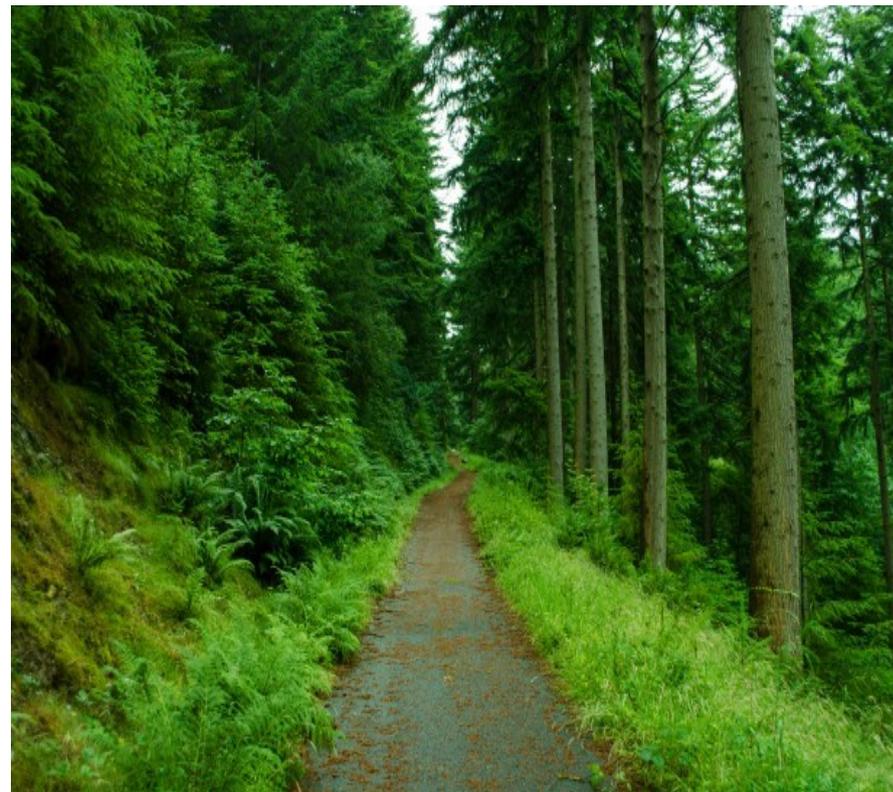
Agitare la testa e ondeggiare la coda, degli Otto Pezzi di Broccato *baduanjin*.



L'importanza dei colori **rosso** e **verde** nell'anno del Serpente si estende anche all'uso di questi colori nell'arredamento, nell'oggettistica, nell'abbigliamento, etc.

Un **vestito** di colore rosso, o un accessorio, o semplicemente un **cuscino** rosso aumenteranno l'energia e la vitalità personali.

Il **verde**, legato alla crescita, al rinnovamento, potrà essere rappresentato sempre dai colori **dell'arredamento** o dell'abbigliamento, ma anche dalla presenza di **piante a foglie verdi** in casa, così come dal semplice passeggiare immersi nella **natura**.



# Intervento di Carmela Filosa

(Maestra di Taijiquan - Sinologa)

## PIETRE CONSIGLIATE PER L'ANNO 2025

### 1. CORNIOLA

È sicuramente la più indicata per quest'anno, poiché le influenze planetarie richiederanno stabilità emotiva e positività (visto che sarà un anno di grandi cambiamenti).

La corniola potenzia l'energia e collega terra e cielo.

È una varietà di calcedonio, il cui colore varia dal ruggine all'arancione, essa può facilitare l'assimilazione di vitamine, minerali e sostanze nutritive.

Rafforza la circolazione ed ossigenazione del sangue, rende ottimisti e vitali, favorisce la creatività e dona la capacità di superare gli ostacoli.

Protegge dalla rabbia, dalla paura, dall'invidia ed espelle apatia ed indolenza.

Può essere posta sul II chakra e si ricarica alla luce del sole (per tempi brevi, altrimenti può scolorire).

A LIVELLO FISICO: svolge un'azione benefica su intestino, fegato e pancreas.

A LIVELLO MENTALE: dona ottimismo, voglia di vivere, creatività e coraggio.

A LIVELLO EMOZIONALE: sblocca le emozioni e fa emergere i desideri.



## 2. GIADA

È la pietra dell'autorealizzazione e dell'indipendenza, stimola la saggezza interiore e riequilibra le emozioni.

La giada è un silicato di sodio e alluminio, ha un colore che va dal verde chiaro al verde scuro a seconda della provenienza, ma esistono anche varietà lilla, blu, bianco e giallo-arancio.

È conosciuta sin dall'antichità e in Cina era simbolo di immortalità, amore e fertilità.

Ha proprietà calmanti, induce alla benevolenza e alla giustizia, è benefica per i reni e le ghiandole surrenali.

Stimola il sistema nervoso e conferisce prontezza di riflessi, aumenta la fertilità maschile e protegge durante la gravidanza.

Va posta sul II o IV chakra e si rigenera alla luce della Luna.

**A LIVELLO FISICO:** è indicata per disturbi renali e delle ghiandole surrenali, gonfiori, febbre e malessere generalizzato.

**A LIVELLO MENTALE:** rafforza la capacità di prendere decisioni, stimola il mondo onirico e la fantasia.

**A LIVELLO EMOZIONALE:** aiuta coloro che soffrono di vittimismo, tristezza e disperazione.

**NOTA:** secondo la tradizione cinese, la **giada** è in ogni caso particolarmente consigliata a coloro che sono nati nell'anno del serpente, come potente amuleto protettivo da indossare per tutto l'anno (meglio ancora se tenuta con un filo di colore rosso).



**ALTRE PIETRE CONSIGLIATE** (in relazione all'influenza dell'anno del Serpente Legno Yin):

Pietre rosse come il RUBINO e pietre verdi come la MALACAL**ALTRE PIETRE CONSIGLIATE** (in relazione all'influenza dell'anno del Serpente Legno Yin):

Pietre rosse come il RUBINO e pietre verdi come la MALACHITE, lo SMERALDO o anche l'AGATA MUSCHIATA.

**AGATA MUSCHIATA:** ispira amore verso la natura e verso la Terra.

Dona ispirazione, invogliando a ricominciare e a non farsi sopraffare dalla paura. Promuove la consapevolezza di sé.

Dona serenità, armonia e fiducia verso nuove situazioni e avventure.



**BUON  
ANNO DEL  
SERPENTE  
2025!**

**Xīnnián  
kuàilè**

