

MEDICINA CINESE
TRADIZIONALE

Prof. Alessandra Borelli

LEZIONI: ore 16 – 18

Martedì 18.03.2025

Martedì 25.03.2025

Martedì 01.04.2025

Martedì 08.04.2025

Martedì 15.04.2025

Martedì 29.04.2025

Martedì 06.05.2025

Martedì 13.05.2025

Contributo € 60,00

Le lezioni si terranno in
Via Cardinal Morone 35

PANORAMICA SULLA MTC

come interpretare la realtà con occhi nuovi che vengono dal passato

La **Medicina Tradizionale Cinese (MTC)** affonda le sue radici nelle antiche tradizioni sciamaniche esistenti in Cina oltre 5000 anni fa. Le sue nozioni prendono corpo lungo un percorso, validato da millenni di esperienza, di studio e continua verifica che arriva praticamente intatto fino ai giorni nostri. Conoscere la Medicina Cinese oggi significa scoprire una visione interconnessa dell'Uomo e dell'Universo, in una scienza profondamente filosofica, ma mai religiosa. Sempre più la Medicina Cinese regge il confronto con la scienza moderna, sia attraverso le conferme di studi scientifici pubblicati a suo supporto, che di nuove prospettive attualmente in fase di ricerca. Termini come il Tao, lo Yin e Yang, i 5 movimenti, le 6 energie, i 12 organi e meridiani assumeranno durante questi incontri una connotazione precisa e aiuteranno i partecipanti a capire come interpretare se stessi, la propria salute e malattia, la propria relazione con la natura e il ciclo delle stagioni... Sarà come indossare un paio di occhiali con lenti speciali, per poter riconoscere queste interrelazioni uomo-universo e trovare le spiegazioni di tanti comportamenti o sensazioni che ci accompagnano nel fluire del tempo. Il corso si rivolge a coloro che sono interessati a comprendere e approfondire i fondamenti teorici della medicina cinese; è consigliato a studenti e praticanti di discipline orientali / arti marziali esterne cinesi, ma anche a coloro che hanno l'interesse culturale di

conoscere meglio i principi di questa antica filosofia.

Lez. 1 Il pensiero cinese - breve storia e illustrazione delle teorie fondamentali della MTC: Dao, Yin e Yang, i 5 movimenti e le analogie tra uomo e natura.

Lez. 2 I meridiani e i punti, organi e visceri in MTC, il ciclo circadiano.

Lez. 3 l'energia (Qi) dell'essere umano e le sue caratteristiche. Le energie psichiche: lo Shen

Lez. 4 Criteri di diagnosi in medicina cinese: come riconoscere le cause dello squilibrio energetico. I fattori interni e i fattori esterni delle patologie. Le principali differenze con la lettura occidentale della cura.

Lez. 5 Metodologie terapeutiche e generalità delle principali tecniche operative (agopuntura, massaggio, moxibustione e coppettazione, auricoloterapia, ginnastica energetica, ecc..)

Lez. 6 Dietetica cinese: i principi, gli alimenti e le loro proprietà. Relazione tra i sapori e i Cinque Movimenti

Lez. 7 Gli alimenti e le tecniche della MTC per le problematiche osteo-articolari (dalla lombalgia all'osteoporosi)

Lez. 8 Il corpo in forma: la visione occidentale e la visione orientale. Dieta e ricette per ogni costituzione energetica.