

MEDICINA  
TRADIZIONALE  
CINESE

Prof. Alessandra Borelli

LEZIONI: ore 16 – 18

Martedì 17.03.2026

Martedì 24.03.2026

Martedì 31.03.2026

Martedì 14.04.2026

Martedì 21.04.2026

Martedì 28.04.2026

Martedì 05.05.2026

Martedì 12.05.2026

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 più profonde nelle antiche tradizioni sciamaniche esistenti in Cina oltre 5000 anni fa. Le sue nozioni prendono corpo lungo un percorso teorico, validato da millenni di esperienza, 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.