



Corrispondenze dei 5 elementi per il “Qi Gong” dei 5 respiri

	Legno	Fuoco	Terra	Metallo	Acqua
Senso	Vista	Tatto	Gusto	Olfatto	Udito
Colore	Verde	Rosso	Giallo	Bianco	Nero/Blu
Organo	Fegato	Cuore	Milza	Polmoni	Reni
Emozione	Rabbia	Eccitazione	Preoccupazione	Tristezza	Paura
Animale	Tigre	Scimmia	Orso	Gru	Cervo
Stagione*	Primavera	Estate	Quinta stagione	Autunno	Inverno
Giornata	Mattina	Mezzogiorno	Pomeriggio	Sera	Notte

*Per quinta stagione la medicina cinese intende il cambio di stagione, soprattutto la fine dell'estate