

CARATTERISTICA	Yang (Yo)	Yin (In)
GRANDEZZA/TAGLIA	<u>Piccolo</u>  <i>Esempi:</i> <i>Scrittura piccola;</i> <i>Piccolo paese;</i> <i>Un pranzo scarso;</i> <i>Un gatto;</i>	<u>Grande</u>  <i>Esempi:</i> <i>Scrittura grande;</i> <i>Metropoli;</i> <i>Un pranzo abbondante;</i> <i>Un leone;</i>
FORMA 1	<u>Forma chiusa</u>  (richiama il movimento centripeto)  <i>Esempi:</i> <i>Fiore del tulipano;</i> <i>Bicchiere (flute);</i> <i>Braccia incrociate;</i>	<u>Forma aperta</u>  (richiama il movimento centrifugo)  <i>Esempi:</i> <i>Fiore del girasole;</i> <i>Scodella;</i> <i>Braccia spalancate;</i>
FORMA 2	<u>Piramidale</u>  (poca materia in alto, molta in basso)  <i>Esempi:</i> <i>Triangolo con la punta in alto;</i> <i>Volto con fronte piccola e mascella pronunciata;</i>	<u>Anti-piramidale</u>  (poca materia in basso, molta in alto)  <i>Esempi:</i> <i>Triangolo con la punta in basso;</i> <i>Volto con fronte ampia e mascella stretta;</i>
LIVELLO DI APERTURA (in senso proprio e figurato)	<u>Chiuso</u>  <i>Esempi:</i> <i>Una porta chiusa;</i> <i>Un bocciolo;</i> <i>Un edificio senza finestre;</i> <i>Atteggiamento di chiusura verso gli altri;</i>	<u>Aperto</u>  <i>Esempi:</i> <i>Una porta aperta;</i> <i>Un fiore sbocciato;</i> <i>Un edificio con molte finestre;</i> <i>Atteggiamento di apertura verso gli altri;</i>

STRUTTURA DELL'UNIVERSO (Cronotopo)	<u>Tempo</u> Una dimensione, percorribile in un solo senso;	<u>Spazio</u> Tre dimensioni illimitate, percorribili in tutti i sensi;
DISPOSIZIONE NELLO SPAZIO	<u>Concentrato, raccolto</u> (ordine)  <i>Esempio:</i> <i>Matite dentro una scatola</i>	<u>Sparso, diffuso</u> (disordine)  <i>Esempio:</i> <i>Matite sparse su un tavolo</i>
POSIZIONE	<u>Verso l'interno o centro</u>  <i>Esempi:</i> <i>Posizione del protone</i> <i>nell'atomo;</i> <i>Centro storico;</i> <i>Gheriglio di una noce;</i> <i>Posizione del sole nel</i> <i>sistema solare;</i>	<u>Verso l'esterno o periferia</u>  <i>Esempi:</i> <i>Posizione dell'elettrone</i> <i>nell'atomo;</i> <i>Periferia;</i> <i>Guscio di una noce;</i> <i>Posizione dei pianeti nel</i> <i>sistema solare;</i>
ELEVAZIONE	<u>In basso</u>  <i>Esempi:</i> <i>Una valle;</i> <i>Il piano terra;</i> <i>I piedi;</i> <i>Le radici;</i>	<u>In alto</u>  <i>Esempi:</i> <i>Una montagna;</i> <i>L'ultimo piano;</i> <i>La testa;</i> <i>Le foglie;</i>
DISTANZA (in senso proprio e figurato)	<u>Vicino</u>  <i>Esempi:</i> <i>La distanza tra le abitazioni</i> <i>del centro storico;</i> <i>La vicinanza con una</i> <i>persona;</i> <i>Sentirsi vicino a un</i> <i>argomento, coinvolto;</i>	<u>Lontano</u>  <i>Esempi:</i> <i>La distanza tra le abitazioni</i> <i>di campagna;</i> <i>La lontananza da una</i> <i>persona;</i> <i>Sentirsi lontano da un</i> <i>argomento, non coinvolto;</i>

MOVIMENTO (STATO)	<p><u>Moto</u></p> <p>Il movimento, l'attività, sono espressioni della tendenza Yang.</p> <p><i>Esempi:</i>  <i>Un uomo che lavora;</i>  <i>Un bambino (è sempre attivo);</i>  <i>Una persona sportiva;</i>  <i>Un ruscello spumeggiante;</i></p>	<p><u>Quiete</u></p> <p>La quiete, l'inattività, sono espressione della tendenza Yin.</p> <p><i>Esempi:</i>  <i>Un uomo che riposa;</i>  <i>Un anziano (si muove poco);</i>  <i>Una persona sedentaria;</i>  <i>Un placido fiume;</i></p>
DIREZIONE DI CRESCITA O DI MOVIMENTO	<p><u>Verso il basso</u> (rispetto alla terra)</p> <p><i>Esempi:</i>  <i>In una carota: la direzione di crescita delle radici;</i>  <i>Movimento dell'ovulo (descendente);</i>  <i>Caduta della pioggia;</i></p>	<p><u>Verso l'alto</u> (rispetto alla terra)</p> <p><i>Esempi:</i>  <i>In una carota: direzione di crescita delle foglie;</i>  <i>Movimento degli spermatozoi (ascendente)</i>  <i>Evaporazione dell'acqua;</i></p>
DIREZIONE DI SVILUPPO (distinguere se lo sviluppo avviene SOPRA la terra o SOTTO la terra)	<p>SOPRA la terra: direzione <u>orizzontale</u></p> <p><i>Esempio:</i>  <i>Crescita sul terreno della pianta della zucca</i></p> <hr/> <p>SOTTO la terra: direzione <u>verticale</u></p> <p><i>Esempio:</i>  <i>Direzione di crescita della radice della carota</i></p>	<p>SOPRA la terra: direzione <u>verticale</u></p> <p><i>Esempio:</i>  <i>Crescita verticale del cipresso</i></p> <hr/> <p>SOTTO la terra: direzione <u>orizzontale</u></p> <p><i>Esempio:</i>  <i>Direzione di crescita dei rizomi della patata</i></p>
SENSO DI ROTAZIONE	<u>Orario / destro</u>	<u>Antiorario / sinistro</u>

NUMERO	<u>Primo</u> (non divisibile)  <u>Esempi:</u> 5, 13, 23, 71, 199...	<u>Non primo</u> (divisibile)  <u>Esempi:</u> 2, 8, 15, 21, 100
DURATA DI UN EVENTO	<u>Corto – Breve</u>  <u>Esempio:</u> <i>Un cortometraggio di mezz'ora;</i> <i>Una vacanza di un giorno;</i> <i>Un viaggio di 10 minuti;</i> <i>Una spiegazione sintetica;</i>	<u>Lungo – Duraturo</u>  <u>Esempio:</u> <i>Un film di due ore;</i> <i>Una villeggiatura di un mese;</i> <i>Un viaggio di 5 ore;</i> <i>Un racconto dettagliato;</i>
LONGEVITÀ	<u>Lunga</u>	<u>Breve</u>
<b>VELOCITÀ di CRESCITA o SVILUPPO</b>  Riguarda organismi (animali e vegetali) e sistemi.  È diverso dal concetto di <b>VELOCITÀ DI MOVIMENTO</b> (vedi sotto)	<u>Lenta</u>  <u>Esempi:</u> <i>Crescita di una quercia;</i> <i>Sviluppo di una civiltà;</i> <i>Crescita della radice della bardana;</i>	<u>Rapida</u>  <u>Esempi:</u> <i>Crescita del bambù</i> <i>Sviluppo di una colonia di batteri;</i> <i>Crescita della radice del loto;</i>

<p><b>VELOCITA' DI MOVIMENTO</b> (Rapporto Spazio / Tempo)</p> <p>Si intende l'annullamento o diminuzione del rapporto tra spazio e tempo. Riguarda gli organismi o i sistemi in grado di muoversi in modo autonomo, un animale come un'automobile.</p>	<p><u>Alta velocità</u> (molto spazio in un certo tempo)</p> <p>Maggiore velocità nel movimento manifesta la tendenza Yang.</p> <p><i>Esempi:</i>  <i>La rapidità di un ghepardo;</i>  <i>La velocità di un'auto da corsa;</i>  <i>Le ali del colibrì;</i></p>	<p><u>Bassa velocità</u> (poco spazio in un certo tempo)</p> <p>Minore velocità nel movimento manifesta la tendenza Yin.</p> <p><i>Esempio:</i>  <i>La velocità di una lumaca;</i>  <i>La velocità di una bicicletta;</i>  <i>Le ali di un gabbiano;</i></p>
<p><b>CONSISTENZA</b></p>	<p><u>Materia piena</u> (priva di spazio)</p> <p><i>Esempi:</i>  <i>Granito;</i>  <i>Chicco di mais intero;</i></p>	<p><u>Materia porosa</u> (con spazi vuoti)</p> <p><i>Esempi:</i>  <i>Pietra pomice;</i>  <i>Chicco di mais espanso</i>  <i>(pop corn);</i></p>
<p><b>DENSITA'</b> (per i corpi fisici valutare a parità di peso)</p>	<p><u>Densità maggiore</u> Se il peso è uguale, è più Yang il più piccolo.</p> <p><i>Esempi:</i>  <i>Un chilo di sale;</i>  <i>Un chilo di sabbia;</i></p>	<p><u>Densità minore</u> Se il peso è uguale, è più Yin il più grande.</p> <p><i>Esempi:</i>  <i>Un chilo di pasta;</i>  <i>Un chilo di foglie</i></p>
<p><b>PESO</b> (In senso proprio e figurato) Per i corpi fisici valutare a parità di volume.</p>	<p><u>Pesantezza</u> (tendenza a scendere)</p> <p><i>Esempi:</i>  <i>Un metro cubo di mattoni;</i>  <i>Tavolo di legno pieno;</i>  <i>Un palloncino pieno d'acqua;</i>  <i>Passo pesante;</i>  <i>Parole pesanti, che fanno "sprofondare";</i></p>	<p><u>Leggerezza</u> (tendenza a salire)</p> <p><i>Esempi:</i>  <i>Un metro cubo di piume;</i>  <i>Tavolo in plastica;</i>  <i>Un palloncino pieno di elio;</i>  <i>Passo leggero;</i>  <i>Parole leggere, che "sollevano";</i></p>

PRESSIONE (In senso proprio e figurato)	<u>Alta</u>  Esempio: <i>Pentola a pressione;</i> <i>Centro della terra;</i> <i>Situazione emotiva intensa;</i>	<u>Bassa</u>  Esempio: <i>Pentola senza coperchio;</i> <i>Superficie della terra;</i> <i>Situazione emotiva leggera;</i>
STATO FISICO	<u>Solido, liquido</u>	<u>Gassoso, plasma</u>
SUONO (ALTEZZA)	<u>Grave</u>  Esempio: <i>Suoni gravi che fanno vibrare la cassa toracica;</i>	<u>Acuto</u>  Esempio: <i>Suoni acuti che fanno vibrare la testa;</i>
FREQUENZA	<u>Bassa</u>  Esempio: <i>Cuore che batte lentamente;</i>	<u>Alta</u>  Esempio: <i>Cuore che batte velocemente;</i>
LUNGHEZZA D'ONDA	<u>Maggiore</u>	<u>Minore</u>
LUMINOSITÀ	<u>Chiarezza</u>  Esempi: <i>Il giorno;</i> <i>Una stanza luminosa;</i> <i>Un giorno di sole;</i>	<u>Oscurità</u>  Esempi: <i>La notte;</i> <i>Una stanza buia;</i> <i>Un giorno nuvoloso;</i>
IRRADIAMENTO	<u>Assente</u>  Esempio: <i>Silenzio, buio, ecc.</i>	<u>Presente</u>  Esempio: <i>Rumore, calore, luce, ecc.</i>
COLORE (Attenzione! È un criterio generale. Se lo si utilizza per valutare il cibo è poco adatto)	<u>Caldo</u>  Esempi: <i>Il rosso, il giallo, l'arancione;</i>	<u>Freddo</u>  Esempio: <i>Il verde, il blu, il viola;</i>

PRINCIPIO SESSUALE	<u>Maschile</u> (attivo, propositivo, brutale, violento, distruttivo)	<u>Femminile</u> (passivo, ricettivo, gentile, dolce, creativo)
ORGANO SESSUALE (Forma)	<u>Pieno</u>	<u>Vuoto</u>
TIPO DI ATTIVITÀ	<u>Pratica</u>  <i>Esempio:</i> <i>Attività rivolte alla materia;</i> <i>Implementazione;</i> <i>Azione;</i> <i>Fare;</i>	<u>Teorica</u>  <i>Esempio:</i> <i>Attività rivolte al pensiero;</i> <i>Studio;</i> <i>Riflessione;</i> <i>Pensare;</i>
STATO	<u>Attivo</u>  <i>Esempi:</i> <i>Il mondo animale;</i> <i>Il dare;</i> <i>Il cuoco che cucina;</i> <i>L'insegnante che tiene la lezione;</i>	<u>Passivo</u>  <i>Esempi:</i> <i>Il mondo vegetale;</i> <i>Il ricevere;</i> <i>Il commensale che riceve il cibo;</i> <i>Lo studente che ascolta;</i>
ATTEGGIAMENTO	<u>Introverso</u>  <i>Esempio:</i> <i>Interesse rivolto alla propria interiorità;</i>	<u>Estroverso</u>  <i>Esempio:</i> <i>Interesse rivolto verso il mondo;</i>
CARATTERE	<u>Dinamico</u>  <i>Esempi:</i> <i>Volonteroso, determinato, allegro, solare, operoso;</i>	<u>Statico</u>  <i>Esempi:</i> <i>Lassista, codardo, triste, cupo, pigro, svogliato;</i>

PUNTO DI VISTA	<u>Soggettivo</u> <i>Esempio:</i> <i>Giudizio basato sull'opinione personale, centrata su di sé;</i>	<u>Oggettivo</u> <i>Esempio:</i> <i>Giudizio basato sull'osservazione - il suo oggetto è fuori dall'osservatore;</i>
MODALITÀ DI PENSIERO	<u>Logico-razionale</u> <i>Esempio:</i> <i>Un pensiero che collega le cose con relazioni e legami</i>	<u>Intuitivo-creativo</u> <i>Esempio:</i> <i>Un pensiero che carpisce direttamente i rapporti diretti tra le cose</i>
CAPACITÀ DI RESISTERE ALLE SOLLECITAZIONI ESTERNE (in senso proprio e figurato)	<u>Stabilità</u> <i>(tendenza a ritornare nel proprio centro)</i>  <i>Esempi:</i> <i>Essere "centrati";</i>	<u>Instabilità</u> <i>(tendenza ad uscire dal proprio centro)</i>  <i>Essere disorientati, perdere il proprio centro;</i>
Proseguiti tu!		