



Corsi on Line di Erba Sacra

FONDAMENTI DI NATUROPATIA

Cure Naturali e Bioterapie

Docente: Prof. Rocco Carbone

LEZIONE 1: Introduzione alla Naturopatia

Programma completo:

Lezione 1:	Introduzione alla Naturopatia
Lezione 2:	Le Cure Naturali
Lezione 3:	I tre canoni fondamentali della Naturopatia
Lezione 4:	Introduzione alle Bioterapie e concetti fondamentali
Lezione 5:	Rimedi di origine animale
Lezioni 6-7:	Rimedi di origine minerale
Lezioni 8-12:	Rimedi di origine vegetale



*Questo corso è riconosciuto come credito didattico
nella formazione specialistica in Salute Naturale di
OPERA, Accademia Italiana di Formazione Olistica
www.accademiaopera.it*

INDICE GENERALE

PRIMA LEZIONE

Introduzione alla Naturopatia

Definizione di Naturopatia

I principi Filosofici

Anamnesi naturopatica

La cura naturopatica

Esercizio della Naturopatia

Storia della Naturopatia

SECONDA LEZIONE

Le cure naturali

Differenza tra Medicina Naturale e Naturopatia

La Triade Medica

Rapporti tra Allopatia-Naturopatia-Omeopatia

La genesi della malattia in Naturopatia

Concetto di salute e malattia

Concetto di terreno

Malattia acuta e cronica

Le sette fasi della malattia

Le sette regole per una vita sana

TERZA LEZIONE

I tre canoni fondamentali della Naturopatia

Vitalismo

Causalismo

Tossicosi e malattia

Tossine ambientali

Tossine endogene

Tossine geopatichhe

Teoria degli umori

I sovraccarichi

I sistemi emuntoriali dell'organismo

Balance emuntoriale

Il drenaggio

QUARTA LEZIONE

Introduzione alle bioterapie e concetti fondamentali

Rimedi di derivazione animale

Rimedi di derivazione minerale

Rimedi di derivazione vegetale

Concetti fondamentali di omeopatia

la Legge dei simili "*Similia similibus curentur*"
la Legge dei contrari "*Contraria contrariis curentur*".
Unicismo, Pluralismo, Complessismo

Le costituzioni

Carbonico, Sulfurico, Fosforico, Fluorico

Miasmi e Diatesi

Concetto di "terreno" e di Diatesi
Etiopatogenesi e Fisiopatologia e rimedi omeopatici
Psora, Sicosi, Luesinismo, Tubercolismo

QUINTA LEZIONE

Rimedi di derivazione animale

Introduzione alle bioterapie

Bioterapia

Bioterapici codificati
Bioterapici semplici
Bioterapici complessi

Isoterapia

Isopatia pura
Isopatia organica
Isopatia sieroterapica o sieroterapia
Definizione di nosode
Fonti ufficiali dell'Isoterapia
Applicazioni dell'isopatia

Organoterapia diluita e dinamizzata

Fonte di approvvigionamento
Meccanismo di azione
Primo principio: l'organo agisce sull'organo.
Secondo principio: dosi e azione trifasica della diluizione.
Forme farmaceutiche e somministrazione
Repertorio degli organoterapici

SESTA LEZIONE

Rimedi di derivazione minerale

Litoterapia Dechelatrice

Costituzioni Litoterapiche
Tipo Granitico, Tipo Magnesiacco, Tipo Mercuriale
Preparazione e somministrazione dei Litoterapici
Elenco Litoterapici e loro impiego
Azioni della litoterapia dechelatrice
Apparato osteo-articolare
Sistema nervoso
Apparato digerente
Apparato cardiovascolare
Apparato genitourinario

Apparato respiratorio
Afezioni dermatologiche

Sali di Schüssler

Posologia e somministrazione

Impiego dei 12 Sali biochimici di Schüssler. Descrizione, Origine, Carenza, Impiego, Associazione

SETTIMA LEZIONE

Rimedi di derivazione minerale

Oligoterapia Catalitica

Definizione degli oligoelementi

Aspetti biochimici degli oligoelementi

Azione funzionale

Azione strutturale

Classificazione degli oligoelementi

Oligoelementi essenziali

Cobalto (Co), Cromo (Cr), Ferro (Fe), Fluoro (F), Manganese (Mn), Molibdeno (Mo), Nichel (Ni), Rame (Cu), Selenio (Se), Silicio (Si), Vanadio (Va), Zinco (Zn).

Oligoelementi non essenziali

Alluminio (Al), Argento (Ag), Bismuto (Bi), Oro (Au).

Forma farmaceutica e Somministrazione

Precauzioni e consigli utili per l'uso

Cocetto di Terreno e Diatesi in oligoterapia

Diatesi I - Mn - *Allergica o artritica*

Diatesi II - Mn Cu - *Ipostenica*

Diatesi III - Mn Co - *Distonica-Neurovegetativa*

Diatesi IV - Au Cu Ag - *Energica*

Diatesi V - *Sindromi di disadattamento*

Asse Ipofiso-Genitale - Zn Cu

Asse Ipofiso-Pancreatico - Zn Ni Co

OTTAVA LEZIONE

Rimedi di derivazione vegetale

Fitoterapia

Introduzione e storia della Fitoterapia

Gli erbari

Origini della moderna Fitoterapia

Richiami di Botanica farmaceutica

Il metabolismo delle piante

Principali azioni dei costituenti delle piante medicinali

Le classi di principi attivi delle piante medicinali

Fitocomplesso

Forme farmaceutiche in Fitoterapia e Farmacopea

Aspetti tossicologici delle Piante Medicinali
Descrizione delle principali piante impiegate in Fitoterapia
Descrizione botanica, Parte utilizzata, Principi attivi, Avvertenze, Note

NONA LEZIONE

Rimedi di derivazione vegetale

Aromaterapia

Introduzione
Proprietà degli oli essenziali
Azione ed attività
Principali indicazioni degli oli essenziali
Stati ansiogeni
Azione antimicrobica antinfettiva
Azione antiflogistica, rubefacente, anestetica locale
Azione balsamica
Precauzioni d'uso e Avvertenze importanti per l'uso degli OE
Modalità d'impiego degli oli essenziali
Principali piante aromatiche impiegate nell'estrazione degli oli essenziali in aromaterapia.
Repertorio di aromaterapia

Gemmoterapia

Introduzione
Definizione
Preparazione dei gemmoderivati
Somministrazione e posologia
Piante utilizzate in gemmoterapia
Famiglia, Azione, Indicazioni

DECIMA LEZIONE

Rimedi di derivazione vegetale

Floriterapia Fiori di Bach

Introduzione alla Floriterapia
Vita e pensiero di Edward Bach
Come agiscono i Fiori di Bach
Metodo di preparazione
Classificazione dei Fiori di Bach
Metodo di preparazione
Metodo dell'infusione solare
Metodo della decozione
Posologia e somministrazione
Classificazione dei fiori secondo Bach
I 12 Guaritori
(Agrimony, Centaury, Cerato, Chicory, Clematis, Gentian, Impatiens, Mimulus, Rock Rose, Scleranthus, Vervain, Water Violet).

I 19 Assistenti

(Aspen, Beech, Cherry Plum, Chestnut Bud, Crab Apple, Elm, Holly, Honeysuckle, Hornbeam, Larch, Mustard, Pine, Red Chestnut, Star of Bethlehem, Sweet Chestnut, Walnut, Wild Rose, White Chestnut).

I 7 Aiuti

(Heather, Oak, Olive, Rock Water, Gorse, Vine, Wild Oat, Willow).

I Sette Gruppi Archetipi

Rimedi per coloro che vivono la paura

Rimedi per coloro che vivono l'incertezza

Rimedi per coloro che non hanno sufficiente interesse per il presente

Rimedi per coloro che vivono la solitudine

Rimedi per l'eccessiva sensibilità alle influenze altrui

Rimedi per coloro che vivono lo sconforto o la disperazione

Rimedi per coloro che desiderano influenzare la vita degli altri

UNDICESIMA LEZIONE

Rimedi di derivazione vegetale

Spagiria

Il pensiero filosofico e origini della Spagiria

Le quattro Leggi alchemiche

I tre elementi fondamentali delle operazioni alchemiche

Le tre fasi del processo di trasformazione alchemica

Le quattro operazioni del processo di trasformazione alchemica

Le preparazioni Spagiriche

Tecnica farmaceutica di preparazione dei prodotti Spagirici

Fasi di lavorazione dei prodotti spagirici

Prima operazione - Estrazione e separazione in solventi

Seconda operazione - Calcinazione

Terza operazione - Concentrazione

Quarta Operazione - Riunione delle tre sostanze

Forme farmaceutiche dei rimedi spagirici

1. Tintura madre (TM)
2. Soluzione Idro-alcolica Spagirica (SYS)
3. Macerato Spagirico Alchemica (MSA)
4. Tintura Spagirico Alchemica (TSA)

Confronto tra Tintura Spagirica Alchemica TSA e Tintura Madre TM.

Descrizione delle Tinture Spagirico Alchemiche T.S.A

Descrizione dei Macerati Spagirici Alchemici (MSA)

Descrizione delle Quinte Essenze Spagyriche QES

DODICESIMA LEZIONE

Rimedi di derivazione vegetale

Fitoterapia della Medicina tradizionale Cinese

Introduzione alla medicina tradizionale cinese

I tre elementi fondamentali della MTC [Jing (Essenza) - Qi (Energia) - Shen (Mente-spirito)]

Teoria del dualismo universale (Yin–Yang)

Le Legge dei Cinque elementi (il legno, il fuoco, la terra, il metallo, l'acqua)

Legge di generazione (padre-figlio) e Legge di dominazione (nonno-nipote)

Diagnosi emozionale degli organi

Elemento LEGNO - Organo: fegato - Viscere: vescicola biliare

Elemento FUOCO - Organo: cuore - Viscere: intestino tenue

Elemento TERRA - Organo: milza - Viscere: stomaco

Elemento METALLO - Organo: polmoni - Viscere: grosso intestino

Elemento ACQUA - Organo: reni - Viscere: vescica urinaria

I meridiani

Meridiani curiosi – Ministro del cuore e Triplice riscaldatore

Gli Organi (Zang-Fu)

Organi yin

Le otto regole e i quattro esami

Le principali piante impiegate nella Fitoterapia cinese

Riferimenti bibliografici dell'autore

1. Carbone R *Compendio delle terapie naturali minori*. Edizione ED srl, Roma, 2004.
2. Carbone R *Fiori di Bach, Capire l'essenza delle emozioni per vivere meglio*. Edizione ED srl, Roma, 2006.
3. Carbone R *Drenaggio e gemmoterapia: preparati e consigli del farmacista*. Il Farmacista 2006. Tecniche nuove edizioni, Milano, 2006.
4. Carbone R. *Perché non si toccano con le dita? Saggio di omeofarmacocinetica dei medicinali omeopatici*. Cahiers de Biotherapie.. Numero 2, anno XIV, p. 19-25. Roma, aprile/giugno, 2006.
5. Carbone R. *Planta medicamentum naturae – Aromaterapia, gemmoterapia e fitoterapia*, Dibueno edizioni srl, Villa d'Agri (PZ), 2006.

Fondamenti di Naturopatia

Definizione di Naturopatia

Il termine Naturopatia dal punto di vista etimologico e filologico è composto da "Naturae e Pathos", dove per "Naturae" vanno intesi sia l'aspetto fisico che ambientale, e Pathos, affetto, malattia o empatia della natura.

Nel 1895 dal dr. John Scheel, introduce il termine di Naturopatia unendo i termini "cura naturale" e "omeopatia". Successivamente, i naturopati Macfadden, la definì "Fisicopatia" e Lindlahr "Terapia Naturale".

Una definizione etimologica più appropriata ed unanimemente riconosciuta del termine di Naturopatia fu introdotta nel 1902 dall'idroterapeuta inglese Benedict Lust, derivante dai termini inglesi: Nature's e Path, sentiero della natura.

Possiamo affermare che oggi la Naturopatia è senz'altro di attualità e si può definirla come un'arte globale del vivere tenendo presente che: **"Per comandare la natura bisogna obbedirle"**.

La Naturopatia è un regime di vita che permette di mantenere, conservare e riottenere la salute, seguendo le norme della natura in un contesto ecologico, concetto dal quale prende corpo il movimento igienista.

Se non c'è il rispetto di un corretto regime di vita potranno nascere diversi problemi di salute conducendoci verso la malattia.

Per vocazione il naturopata si interessa a tutti i problemi sociologici ma andando più oltre si interessa anche a tutti i problemi



politici che possono toccare la salute, agirà di fronte alla situazione attuale in cui ci troviamo, una società basata su di una tecnologica ad oltranza, un inquinamento cavalcante ed un allontanamento dai ritmi naturali dell'essere umano che è sottoposto a dure leggi non consone a lui.

Il comportamento naturopatico è diverso da quello allopatico nel quale se si sopprime il sintomo la malattia diventerà cronica e si installerà e creerà una eversione della malattia su un altro organo emuntoriale; in questo caso le malattie croniche saranno delle vere malattie.

Secondo la Naturopatia dovremmo considerare da una parte le difese naturali dell'organismo, che sono delle reazioni naturali, quindi la manifestazione del problema e queste manifestazioni rappresentano l'espulsione delle tossine che si innestano prima della malattia cronica e poi evolvono in sclerosi.

Il naturopata non è necessariamente un medico od un guaritore, ma soprattutto un igienista ed un educatore.

La sua opera si sviluppa cercando di capire l'origine della malattia attraverso le abitudini alimentari ed i comportamenti errati, i quali creano un sovraccarico ed accumulo di tossine a livello dei liquidi intra ed extracellulari, creando squilibri degli organi emuntoriali, poiché deputati ad eliminare le tossine del corpo e mantenere un livello funzionale dell'omeostasi.

L'organismo, provvede naturalmente ad eliminare, le tossine nocive ed in eccesso, attraverso meccanismi di escrezioni e di purificazione: febbre, sudorazione, tosse e catarro, diarrea, ed alcune forme di dermatosi essudative, esprimono l'azione dell'organismo nel tentativo di eliminare tossine e microrganismi di troppo.

All'uopo, la naturopatia si differenzia principalmente dalla medicina allopatrica in quanto considera queste manifestazioni, quali azioni dell'organismo, tendenti a ripristinare naturalmente un eccesso di

sostanze non gradite all'organismo, e quindi da non impedire, cercando di far evolvere e controllare questo processo escretivo senza bloccarlo.

Tutti i processi atti a bloccare questi eventi, aggravano e portano verso la cronicizzazione.

Un aspetto importante della Naturopatia riguarda lo studio delle alterazioni della natura umana, in senso energetico ed unitario, permettendo di ottenere una visione di insieme, *Mente – Corpo – Anima* del soggetto, con la funzione di normalizzare un equilibrio spesso alterato da cause ambientali: inquinamento, stress (*distress*), intossicazioni alimentari e le cattive abitudini di vita, che i ritmi della nostra società ci impongono.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) riconosce l'esistenza di effetti particolari che sono la somma di tante alterazioni non specificatamente definite ed individuate dal punto di vista medico: "*Comulation effects of Subliminal Everithing (CESE)*", quindi, non classificate come patologie mediche o malattie, ma disturbi (disequilibri) della sfera energetica ed emozionale, che creano disequilibri o sovraccarichi riflessi su determinati organi.

Lo studio e la comprensione di questi fenomeni, nonché la soluzione volta a ripristinare tali disequilibri è specifica competenza della naturopatia.

Circa le competenze del naturopata, L'OMS ha stabilito nella dichiarazione di Alma Alta¹ del 1978: "*Il Naturopata esercita la sua professione in modo autonomo o in equipe, al fine di valutare lo stato energetico del soggetto, secondo canoni che considerano l'aspetto costituzionale, il concetto di "Forza vitale", il flusso della stessa nell'organismo, l'alimentazione, le abitudini e lo stile di vita*".

¹ Pubblicata: "Dossier Medicine Tradizionali del OMS", Edizioni Red, Como, 1984.

L'attività del naturopata si svolge attraverso una consulenza non invasiva, opera al fine di valutare lo stato bioenergetico del soggetto, secondo canoni che considerano l'aspetto costituzionale, il grado di forza o energia vitale, l'alimentazione, le abitudini e lo stile di vita; fornendo suggerimenti sull'uso di alimenti, prodotti naturali ed integratori di libera vendita; consiglia cure con prodotti di derivazione naturale: Fitoterapia, Gemmoterapia, Aromaterapia, Fiori di Bach, Oligoterapia, Litoterapia, Sali di Shussler, ecc...

Utilizza metodiche non invasive di riflesso-stimolazioni: moxa, Tuia cinese, Shiatsu giapponese, Kinesiologia applicata, Iridologia, Riflessologia plantare, Auricolo-stimolazione cinese e francese di Nogier, Cromoterapia e altre affini; inoltre, apparecchiature elettroniche per rilevazioni energetiche secondo la Medicina Tradizionale Cinese: EAV, VEGA, BIOTEST.

Tali strumenti possono essere utilizzati per identificare con precisione il valore energetico di alcuni punti energetici (punti dei meridiani) o i punti ORA (aree riflesse degli organi), e di verificare l'eventuale riequilibrio con alimenti, integratori, o prodotti naturali di libera vendita, con lo scopo di armonizzare, riequilibrare e tonificare la "forza vitale" del soggetto alterata dal distress.

Pertanto, la Naturopatia rappresenta sia uno stile di vita sia un modo di concepire la guarigione in cui vengono impiegati vari mezzi naturali di prevenzione e di trattamento delle malattie dell'uomo.

Le prime metodiche di cura naturopatiche implicavano una combinazione di igiene e di idroterapia, il primo ad interessarsi, in tempi recenti, fu Benedict Lust.

Benedict Lust² utilizzò il termine Naturopatia nel 1902 per definire e raccogliere le varie teorie relative alle terapie naturali e che oggi si identificano in discipline, come: dietetica, dieta naturale, fitoterapia, omeopatia, manipolazione vertebrale, chiropratica, ginnastica correttiva, idroterapia, ecc. Uno degli aspetti più importanti della sua filosofia è *"l'uso della naturopatia per trasformare la vita delle persone"*; intende per naturopatia una scuola terapeutica distinta che opera attraverso il potere delle forze naturali quali acqua, aria, sole, terra, erbe, elettricità, magnetismo, esercizio, riposo, dieta; varie modalità manuali quali massaggio, osteopatia, chiropratica nonché la scienza morale e mentale.

Egli espresse un notevole dissenso contro gli pseudo-naturopati e la medicina ortodossa affermando: "si ha interesse per la gente ammalata danneggiandola ulteriormente con vaccini ecc.". Sottolinea inoltre l'importanza del digiuno, della dieta idrica con la febbre. Fonda la scuola americana di naturopatia nel 1901 e contribuisce a inserire lo yoga in America, primo segno dell'interesse verso le cure dell'Oriente.

In una delle sue molte pubblicazioni, *"The principles aim and program of the nature cure"* descriveva la naturopatia: *"Il sistema curativo naturale si basa su un ritorno alla natura mediante un'alimentazione equilibrata, la respirazione, l'esercizio fisico, i bagni e l'utilizzo di varie tecniche energetiche per eliminare le sostanze tossiche dall'organismo, aiutando in tal modo il paziente ad ottenere uno stato di salute adeguato"*.

I principi Filosofici

In primo posto la Naturopatia pone il principio del potere curativo della natura: *"Vis medicatrix naturae"*.

² Benedict Lust (1872 - 1945), ispirato da Sebastian Kneipp e da Louis Kuhne diffonde negli Stati Uniti il metodo della Naturopatia ed integra con le conoscenze di altri naturopati.

La cura naturopatica si fonda nella capacità del corpo di "*curare se stesso*". Questo concetto deriva dal postulato di Ippocrate, "*Primum non nocere*", cioè evitare pratiche ed azioni che indeboliscono la capacità del corpo di curare se stesso e tutte le terapie che inibiscono ed ostacolano le funzioni vitali dell'organismo.

Ovviamente quest'approccio presenta, proprio nella società attuale, dei limiti: in situazioni particolari il corpo ha bisogno di qualcosa di più di un semplice aiuto per mantenere il normale equilibrio fisiologico, bensì, di una spinta che avvia i processi di guarigione.

L'intervento del naturopata, in queste situazioni, è quello di ricorrere a metodiche ed interventi non invasivi per ottenere un ripristino delle funzioni corporee organiche e della mente, conducendo la persona verso uno stato di salute e di benessere.

Per attuare questi interventi, si richiede un'ampia conoscenza dei sistemi di cura naturali e dei sistemi diagnosi energetica naturali, dei principi della prevenzione, della conoscenza dell'andragogia per educare il paziente alle regole di una vita sana ed armoniosa e di supportare la capacità dell'organismo di rigenerarsi e utilizzando terapie naturali ad azione riequilibrante degli umori e della energia vitale, soprattutto non tossiche.

Non a caso il vitalismo sostiene che i sintomi che si accompagnano alla malattia non sono causati direttamente dagli agenti patogeni, per es. i batteri; sono piuttosto il risultato dell'intrinseca risposta o reazione dell'organismo all'agente e il tentativo dell'organismo di difendersi e di guarire se stesso.

Anamnesi naturopatica

L'approccio del naturopata con la persona è duplice:

1. Aiutare la persona a curare se stessa.

2. Guidare ed educare la persona ad adottare uno stile di vita più salutare.

Una prima anamnesi richiede un colloquio ed ascolto allo scopo di raccogliere informazioni dal soggetto, e fare una ricognizione circa l'aspetto fisico, psicologico e il suo *modus vitae*, in modo da stabilire un idoneo percorso di comportamento e di ripristino di eventuali abusi, eccessi alimentari ed errate abitudini con l'assunzione di rimedi naturali atti a ripristinare le funzioni vitali bloccate o ipofunzionanti.

La cura naturopatica

Eliminare le cattive abitudini alimentari: sovralimentazione, bevande alcoliche, farmaci, il consumo di bevande ad alto contenuto di sostanze tanniche, consumo eccessivo di carne, spreco di energia vitale, surmenage psicofisico, sessuale, e preoccupazioni, secondo le seguenti regole.

1. Abitudini corrette: respirazione, esercizio fisico, atteggiamento mentale.
2. Moderazione nel perseguimento della salute e del benessere.
3. Nuovi principi di vita: appropriato digiuno, scelta dei cibi, idroterapia, bagni di aria e di luce, bagni di fango, terapia osteopatica, chiropratica, craniosacrale, sali minerali assunti in forma organica, elettroterapia, elioterapia, vapore o bagni turchi, semicupi etc. In realtà c'è solo una forza guaritrice esistente ed è la natura stessa, il che significa la capacità riequilibratrice naturale dell'organismo di vincere le malattie

Esercizio della Naturopatia

Il **Naturopata** svolge la sua attività professionale mediante consulenze specialistiche, fornendo suggerimenti sull'uso di alimenti, di sostanze naturali, di prodotti ed integratori di libera vendita, utilizzando anche

metodiche non invasive di riflesso-stimolazione, manuali o mediante strumentazioni adeguate e prive di controindicazioni, nel rispetto di un codice deontologico e di un codice morale e spirituale, peculiare degli operatori del campo delle terapie naturali.

In **Inghilterra**, in particolare Londra, costituisce il centro più all'avanguardia ed aggiornato del mondo per i corsi di formazione in Scienze Naturopatiche.

Esistono accreditate Associazioni di Medicina Complementare che gestiscono Albi di Terapeuti di Naturopatia che hanno validità in tutto il territorio dell'Unione Europea, tra questi ricordiamo il **BCMA** (Registro Europeo della British Complementary Medicine Association).

La validità di questa associazione è stata confermata da numerose Sentenze della Suprema Corte di Giustizia della Comunità Europea (Sentenza Reiners del 21.06.1974, Van Binsbergen del 3.12.1974, Thieffry del 28.04.1977, Costa Enel del 15.07.1964, Causa 159-78 del 25.10.1979, Causa 811-79 del 10.07.1980) ed in Italia dalla Sentenza della Corte Costituzionale n. 149/1988 e dalla Sentenza del Tar del Lazio n. 1185/88 sez. I.

La **Germania** ha riconosciuto da più di un secolo la figura del naturopata, **Heilpraktiker**, che esercitano soprattutto a fini preventivi, ed autorizzati dal Ministero della Sanità Tedesco.

In **Spagna**, il **Sindacato FEDINE**, approvato dal Ministero del Lavoro, riconosce e regola l'attività professionale di Naturopati, Agopuntori, Omeopati ed Osteopati che hanno superato un corso di formazione almeno triennale.

In **Italia** alcune discipline e strumentazioni dell'ambito delle tecniche naturopatiche, tra cui l'iridologia, la riflesso-stimolazione, gli strumenti non invasivi tipo "Vegatest" o "EAV", i rimedi omeopatici, la fitoterapia, la consulenza nutrizionale sono utilizzate da figure non mediche. Esistono vari elenchi di naturopati associati alle varie scuole di formazione.

Sindacato Italiano Naturopatia

Pranoterapia

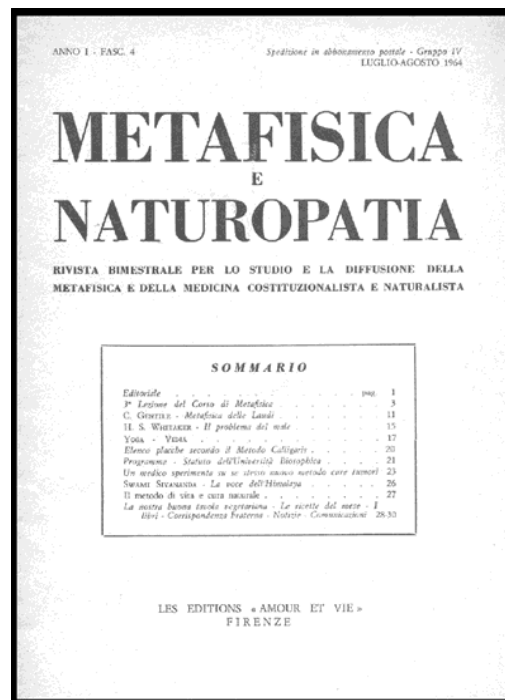
Erboristeria



Bio Discipline Naturali



Il **SINAPE**, Sindacato Italiano Naturopatia Agopuntura Pranoterapia Erboristeria C.L.A.C.S. – CISL, rappresenta l'unica entità unitaria attiva per il riconoscimento professionale del naturopata.



Copertina della rivista bimestrale "**Metafisica e Naturopatia**"

Edizioni Amour et Vie, Firenze, **Luglio - Agosto 1964**

Storia della Naturopatia

La medicina naturopatica è nata dalle medicine alternative del XVIII e del XIX secolo, ma le sue radici filosofiche risalgono alla scuola medica di Ippocrate (III secolo a.C.).



Ippocrate (460-375 a.C., medico greco)

Sin dall'antichità la malattia si riteneva fosse causata da forze magiche o sovrannaturali, veniva esercitata da sacerdoti configurando un aspetto teurgico, quindi, considerata medicina medico-religiosa (Asclepio).

Con Ippocrate, la medicina viene intesa come "religione della natura" in cui il medico sacerdote e filosofo diventa ministro della natura, ed il ruolo principale guaritore è riservato alla natura (naturae medicatrix).

Il ruolo del medico era quello di capire e di seguire le leggi dell'universo intellegibile. La malattia era considerata un effetto la cui causa era da ricercare nei fenomeni naturali: nell'acqua, nell'aria, nel cibo e nel cosmo.

Si attribuiva un potere curativo della natura, per indicare la capacità del corpo di guarire se stesso: "*vis medicatrix naturae*".

Dall'osservazione delle leggi della natura Ippocrate edifica i due canoni di tutta la medicina occidentale, tuttora vigenti.

Legge dei contrari: *Contraria contrariis curentur.*

Legge dei simili: *Similia similibus curentur.*

Ippocrate si può considerare il primo Naturopata ed igienista fautore della scuola di Cos.

Con tutti i limiti delle conoscenze del suo tempo, formulò il principio "*Vis medicatrix Naturae*" che costituisce il fondamento basilare della naturopatia.

Ippocrate riteneva che per curare una malattia era necessario curare il paziente nel suo complesso, quindi per Ippocrate, curare significava avere una visione olistica (*olos*, del tutto).

Quindi, il medico doveva considerare che i problemi di qualsiasi parte del corpo ne coinvolgono l'intera struttura, psichica e fisica.

Secondo Ippocrate, per essere definito "medico" un dottore in medicina doveva conoscere molto bene le scienze naturali e doveva essere consapevole che l'uomo si mantiene in relazione a come si nutre, a ciò che beve, e come vive e in relazione alla sua occupazione.

Le opere del grande medico greco sono raccolte nel "Corpus Ippocraticum".

Citazioni e aforismi, fondamentali per un naturopata:

- ✓ *"L'arte di guarire presuppone tre cose: una malattia, un malato, il terapeuta. Il terapeuta non è null'altro che un mezzo che aiuta il malato nella sua lotta"*
- ✓ *"Conosci te stesso"*
- ✓ *"La vita è corta e l'arte illimitata, l'occasione propizia e fugace, è indispensabile che tutto il necessario sia fatto e non soltanto dal terapeuta ma anche dal malato e dalle persone che gli stanno vicino la cui influenza non può essere negata"*
- ✓ *"L'alimento sia la tua prima prescrizione"*
"Come gli occhi, così il corpo."

Maimonide (1135 - 1204 - d.C., medico ebreo spagnolo)

Filosofo, medico e studioso che andò di pari passo con le scoperte mediche del suo tempo. Secoli prima della evoluzione della medicina olistica egli ne prescrisse alcune prassi.

Maimonide riteneva che i fattori emotivi influissero sulla salute, e che il cuore di un malato era "ristretto" dalle emozioni negative e il

medico doveva aiutarlo a eliminare queste emozioni che causavano il "restringimento della sua anima".

Inoltre, riteneva che la forza vitale si rafforzava con l'utilizzo di strumenti musicali (musicoterapia attuale) oppure con il racconto di storie allegre (Antroposofia e Biodramma di L. Ostuni).

Andando contro le tendenze del suo tempo, mise in discussione l'importanza dei farmaci e della chirurgia, affermando che erano la dieta, l'esercizio fisico e mentale gli elementi principali per una salute ottimale.

Theophrast Bombast von Hohenheim (Paracelso) (1493 -1541 d.C.,



medico, naturalista e filosofo svizzero)

Paracelso, vissuto in un'epoca cruciale e di notevoli cambiamenti nella storia del mondo occidentale, quando il Rinascimento iniziava a collocare l'uomo al centro di ogni interesse.

Studiò i segreti dell'uomo in rapporto al cosmo e fu fautore "dell'uomo integrale", latente in ogni persona. Scrisse undici trattati sulla origine, le cause, i segni e la cura delle singole malattie, 1520, e altre pubblicazioni.

Sfiduciato e contrario ai rimedi e alla scienza medica, incendiò i testi medioevali in piazza a dimostrazione della sua contrarietà ad una medicina obsoleta. Divenne un simbolo di ribellione contro l'accettazione indiscussa delle vecchie dottrine

Egli credeva nel motto degli studenti di quel periodo: *"Sono i pazienti il tuo vero libro di insegnamento, il tuo studio è il letto dell'ammalato"* (Pachter, 1951, pag.16).

"Considerate l'occhio, con quale arte sia costruito e con quanta mirabile finezza il corpo abbia impresso la propria anatomia nella sua immagine."

Paracelso, fu il primo medico dell'epoca a fare rinascere il concetto del potere naturale di guarigione e non si stancò mai di ripetere che è la forza vitale che cura tutte le ferite e protegge il corpo umano dalle aggressioni esterne.

Introdusse il concetto "dell'ora nel tempo", affine alla teoria del karma dell'Oriente indiano (ecco, come detto in premessa la fusione con i concetti universali anche Orientali): *"Dio ha creato le medicine perché prevalgano sulle malattie, ed ha creato le sanguisughe allo stesso scopo, eppure Egli (anche laico) le tiene lontane dall'uomo malato finché non giunge l'Ora nel Tempo"*.

Allora la Natura e l'Arte (ora Steiner) vanno per le loro strade, ma non prima". E ancora *"l'uomo ha ricevuto dalla natura la capacità di distruggere la salute e quella di preservarla"* (Paracelso 1958, p.76).

Tuttavia nonostante tutto il suo fervore per le terapie naturali, oggi si ritiene che egli non possa essere definito un naturopata in senso stretto, il suo ruolo di medico, speziale chimico e alchimista (la ricerca della quinta essenza) lo colloca tra i medici dissidenti, ma la sua ricerca fu principalmente rivolta all'applicazione del secondo postulato di Ippocrate (similia similibus curentur) ed alla sua ricerca dell'applicazione dello stesso con lo studio dei colori e della morfologia delle piante abbinate agli organi e visceri umani, contemplate nel *"Trattato delle signature"* ed alla sua visione unitaria dell'uomo, passaggio storico importante che porterà successivamente Samuel Hahnemann, alla scoperta dell'omeopatia ed Eduard Bach alla floriterapia.

Jean Jacques Rousseau (1712-1778) già nel Settecento le sue opere avevano esaltato l'ideale del ritorno alla natura contrapponendolo al declino della qualità della vita nei grandi centri urbani.

Il successo ed il rapido diffondersi degli insegnamenti naturisti fu legato in gran parte alla proposizione di uno stile di vita più semplice e appagante di quello praticato nelle città; esso mirava ad uno stato di purezza, e quindi di salute, al tempo stesso del corpo e della mente. Dal punto di vista strettamente medico si poneva in aperta competizione con le pratiche del tempo, che il più delle volte non curavano, o perfino aggravavano, la condizione dei malati.

Christian Friedrich Samuel Hahnemann

(Meissen, Sassonia, 1755 - Parigi 1843, medico tedesco).

Hahnemann si laureò in medicina nel 1779 ed esercitò la professione per dieci anni a Lipsia, nel 1789 si rese conto dell'inadeguatezza delle dottrine mediche di quel tempo ed intraprese il lavoro di traduttore di testi per guadagnarsi da vivere.



Un giorno, mentre traduceva un capitolo dedicato alla corteccia di china, riportato nella "Materia medica" del Cullen, medico scozzese, in cui veniva descritto che gli operai addetti alla lavorazione della china si ammalavano di febbri intermittenti, con sintomi simili alla malaria, intuì il significato della similitudine. Osservò in seguito che una sostanza assunta a dosi ponderali, tossiche non letali, può provocare in un individuo sano i sintomi di un'intossicazione, la somministrazione della stessa sostanza, in dosi diluite infinitesimali e dinamizzate, può guarire una persona malata con quegli stessi sintomi.

Elaborò un metodo di preparazione dei rimedi omeopatici basato sulla diluizione centesimale e sulla dinamizzazione utilizzando materie prime provenienti dal regno vegetale, animale e minerale.

Si dedicò ad una serie di studi e di sperimentazioni su se stesso dei vari rimedi; riprese l'esercizio della professione con successo e formulò la dottrina omeopatica pubblicando le opere fondamentali.

Nel 1810 pubblicò "*Organon. Dell'arte di guarire*", opera che contiene i principi fondamentali e la descrizione degli effetti di un centinaio di rimedi. Seguì la pubblicazione della "*Materia medica pura*" (1811-1821), testo in cui vengono descritte in ordine alfabetico le patogenesi (l'insieme dei sintomi provocati in via sperimentale dalla somministrazione in dosi ponderali di una sostanza in un individuo sano) dei singoli rimedi secondo i seguenti parametri.

L'omeopatia è la tecnica terapeutica che, indipendentemente dalla malattia, cerca di individuare quali sono nel dettaglio i sintomi soggettivi e oggettivi del malato, al fine di scegliere come farmaco la sostanza che, somministrata a un individuo sano a dosi progressivamente crescenti, è in grado di produrre un quadro di intossicazione avente l'identica sintomatologia.

Il termine (dal greco *omoios*, simile, e *pathos*, malattia) fu creato nella prima metà del sec.XIX dallo stesso fondatore di questa scuola. Hahnemann, in opposizione al termine "allopatia" (dal greco *allos*, diverso e *pathos*, sofferenza) da lui riservato alla medicina tradizionale.

Vincent Priessnitz (1799-1851), medico tedesco, esaltò l'importanza della vita all'aria aperta e il suo effetto favorevole nel processo di guarigione.

Padre Sebastian Kneipp (1821-1897), l'abate austriaco

Continuatore dell'opera di Priessnitz fu Sebastian Kneipp convinto assertore dell'unità psicofisica dell'uomo, che diede una veste più sistematica alle idee del suo predecessore; ebbe grande notorietà nella seconda metà dell'Ottocento e influenzò notevolmente con il suo pensiero le generazioni successive di naturopati.

Egli credeva profondamente nel potere curativo delle piante e dell'acqua, ed elaborò una teoria basata su cinque pilastri fondamentali: Idroterapia, Fitoterapia, Terapia del movimento, Terapia dell'alimentazione, Stile di vita.

Come per altri naturopati, la prevenzione delle malattie era per Kneipp il momento fondamentale di ogni regime curativo. Particolare importanza rivestiva per lui l'uso dell'acqua, (calda, fredda o tiepida) per agire sulla regolazione interna degli organi e sulla funzionalità dei vasi sanguigni; sviluppando i suoi principi si è giunti in seguito a proporre qualcosa come



oltre 130 diverse forme di regimi terapeutici, a base di bagni d'acqua, spesso con l'aggiunta di piante medicinali. Dell'impostazione di Kneipp sopravvivono tuttora, nei paesi di lingua tedesca, numerosi centri idrotermali che praticano il suo metodo dando importanza alla fitoterapia e alla concezione "olistica" della terapia; si può affermare che la cultura del termalismo diffusa negli ultimi due secoli, trova in Kneipp il principale assertore.

In questo periodo si diffusero le cure naturopatiche in America, fra i più noti sostenitori ricordiamo Sylvester Graham (1794-1851) e Benedict Lust (1872-1945), allievo di Kneipp, che fondò a New York la prima erboristeria.

Sylvester Graham (1794-1851) statunitense, si interessò sia delle pratiche alimentari che a delle salutistiche in genere che promosse e sviluppò il vegetarianismo e l'uso di cereali integrali.

Louis Kuhne (1835-1901) è colui che oltre a Kneipp influenzò i grandi naturopati americani, Lust e Lidhlahr; creò un centro naturale e sviluppò

la *"scienza dell'espressione facciale"*, un sistema di diagnosi fisionomica, basata sul concetto che *"il disturbo si manifesta tramite la comparsa di modificazioni del corpo, specie del collo e del volto"*.

Favorisce, per eliminare le scorie, l'uso di saune, bagni di sole, frizioni dell'addome e dei genitali, consiglia la dieta vegetariana a basso consumo di sodio. Egli afferma che *"il cibo che modifichiamo artificialmente con la cottura, il sale, lo zucchero è quello che si digerisce con maggiore difficoltà"* e porta avanti il concetto di fermentazione per eccesso di tossicosi negli sbocchi naturali (intestino, vescica urinaria, pelle, polmoni).

John Harvey Kellogs (1852-1943), che si concentrò sul problema della stitichezza, e propose di risolverlo con fibre a base di cereali.

Arnold Rikli (1823-1906), medico svizzero fu tra i primi a scoprire i vantaggi delle condizioni climatiche di Bled, località situata sui monti Veldes in Slovenia. Fondò l'Istituto di cure naturali e iniziò ad attuare i propri metodi di cura.

Il metodo di cura del dottor Rikli si basava sull'importanza della luce del sole e della cura atmosferica. Si effettuavano bagni sia nelle acque del lago che negli impianti balneari. Per i bagni veniva adoperata l'acqua di due sorgenti della temperatura di 10 e 15,6 gradi centigradi, alternati da bagni di vapore molto caldi, la cura veniva completata con esposizione al sole. Il programma prevedeva delle lunghe passeggiate mattutine a piedi nudi sull'erba bagnata di rugiada, per migliorare la circolazione.

Henry Lindlahr (1862 - 1924), medico-naturopata, pioniere più importante per la naturopatia americana. Il suo metodo parte dal principio che i disturbi acuti diventano cronici in seguito a soppressione, la cura è il "ritorno alla natura" di cui la dieta naturale è la base: frutta (vitamina C), riso integrale (tiamina), verdura a foglia (ferro); egli

promuove la cucina vegetariana, ma razionale lasciando spazio alla trasgressione periodica.

Dà importanza all'ambiente: luogo di lavoro, abitazioni, abiti, abuso del tabacco, riposo e rilassamento, aspetti fondamentali per iniziare una vera cura.

Valorizza l'acqua, la luce e l'aria (afferma "l'uomo è animale d'aria"), e i rimedi meccanici: osteopatia, chiropratica, massaggio e sport.

È precursore della medicina vibrazionale e della teoria atomica (biorisonanza elettronica).



Benedict Lust (1864-1945), naturopata tedesco, allievo di Kneipp, creò il termine "naturopata" e fondò a New York la prima erboristeria.



Fu il precursore delle cure naturali sistematizzate, consistenti in fitoterapia, idroterapia, dieta vegetariana, omeopatia, massaggio, chiropratica e osteopatia, fu il primo a sperimentare e ad utilizzare l'elettricità a scopi terapeutici. Uno degli aspetti più importanti della sua filosofia è *"l'uso della naturopatia per trasformare la vita delle persone"*.

Intende per naturopatia una scuola terapeutica distinta e separata dalla medicina, che opera attraverso il potere delle forze naturali quali acqua, aria, sole, terra, erbe, elettricità, magnetismo, esercizio, riposo e dieta, con l'ausilio di varie modalità manuali quali massaggio, osteopatia, chiropratica, nonché la scienza morale e mentale.

Sottolinea l'importanza del digiuno e della dieta idrica. Fonda la scuola americana di naturopatia nel 1901 e contribuisce a inserire lo yoga in America.

Ignaz Von Peczely (1826-1911) di Budapest, fondatore dell'iridologia unitamente allo svedese Nils Liljequist (1851-1936).

Secondo una leggenda Ignatz Von Peczely, ancora bambino, catturò un gufo o una civetta con una zampa spezzata e notò una diradazione della trama nella parte inferiore dell'iride del volatile. Da questa prima osservazione avrebbe intuito la possibile correlazione tra segni sull'iride e le patologie, congettura confermata da numerose osservazioni successive.



Ad Ignatz Von Peczely si deve la scoperta dell'importanza diagnostica delle alterazioni morfologiche dell'iride: patografia.

Nils Liljequist (1851-1936), pastore protestante svedese, rilevò come la somministrazione di alcuni farmaci modificassero il cromatismo dell'iride.

A Nils Liljequist si deve la scoperta della rilevanza delle alterazioni cromatiche nella diagnosi iridologica: patocromia. Nils Liljequist, iniziò a studiare l'iride più o meno nello stesso periodo di Von Peczely, egli notò, in particolare, come alcune alterazioni del colore dell'iride fossero legate all'assorbimento, da parte dell'organismo, di determinate sostanze chimiche.

Semplificando si può dire che Von Peczely scoprì il significato delle alterazioni grafiche della trama dell'iride mentre Liljequist scoprì il significato delle alterazioni cromatiche a livello del tessuto irideo.

Tra i personaggi importanti dell'iridologia ricordiamo: **Schlegel**, allievo di **Liljequist**, e **Thiel**.

Scuola tedesca ricordiamo: **Schnabel, Deck, Angerer.**

Scuola francese: **Vannier, Jausas, Bourdiol.**

Scuola americana: **Jensen.**

In Italia i primi ad interessarsi di iridologia furono: Luigi Costacurta, Siegfried Rizzi, Emilio Ratti e Sebastiano Magnano.

Luigi Costacurta (1921-1991) ha divulgato in Italia le concezioni di Manuel Lezaeta Acharan³, conosciuto nel 1959, a Santiago del Cile, e da questo apprese le conoscenze relative alle pratiche igienistiche naturali e l'iridologia facendo pratica ed esperienza.

Siegfried Rizzi ha sviluppato i suoi studi evidenziando l'importanza dell'orlo pupillare interno, sviluppando gli studi sull'iridologia applicata ad individuare il rimedio omeopatico.

Emilio Ratti ha pubblicato il secondo libro⁴ di iridologia in Italia, traendo spunto dal libro di J. Deck: Principi di iridodiagnosi.

Sebastiano Magnano costituisce nel 1985, nell'ambito dell'Associazione Scuola della Salute, il Centro Italiano di studi iridologici per la diffusione e la pratica dell'iridologia in Italia. Approfondisce gli aspetti olistici dell'iridologia ed è il fondatore dell'indirizzo psicodiagnostico⁵ in iridologia, che permette una lettura ampia e complessa della personalità, paragonabile a quella ottenibile con l'esame grafologico o con un test proiettivo.

³ Custacurta L. *L'Iridologia*. Costacurta Editore – Conegliano Veneto, 1979.

⁴ Ratti E. *L'Occhio Specchio del Corpo e della Mente*. Edizione Associazione Iridologica Italiana, 1981-2005.

⁵ Magnano S. *Manuale pratico di Iridologia Psicologica*. Edizioni Sarva, 1996.

