

Oggi parliamo di: Malattie di Stagione

All'avvicinarsi della stagione invernale è indispensabile rispolverare e mettere in pratica quelle semplici ma efficaci regole naturali che rafforzano la nostra salute e stimolano la FORZA VITALE, al fine di prevenire e resistere a quei disturbi tipici invernali, quali l'INFLUENZA, TOSSE, RAFFREDDORE, MAL DI GOLA.

Il freddo, l'umidità, lo smog ed i nostri squilibri interni aprono le porte a BATTERI e VIRUS sempre più aggressivi, che sono la manifestazione di un nostro distorto rapporto con noi stessi, con l'ambiente e la NATURA.

Se impariamo a sostenere ed a aiutare la nostra VITALITA', aumenta la nostra sicurezza e ci mettiamo al riparo dall'angoscia e dal caos che spesso ci provocano un Sistema Sanitario sempre più legato ad interessi economici di case farmaceutiche senza scrupoli e la virulenza di un'informazione mediatica alienante e sensazionalistica.

Per prevenire i disturbi invernali, come tosse, raffreddore, bronchiti e per rafforzare le difese immunitarie in modo naturale,

bisogna imparare a disintossicare l'organismo dalle TOSSINE.

Queste TOSSINE, presenti negli alimenti e prodotte dal metabolismo, derivano anche da un'eccessiva alimentazione nel periodo estivo.

Purtroppo, ai nostri tempi, stiamo perdendo la consapevolezza e la libertà di scegliere un'alimentazione adeguata alle stagioni.

Sempre più tendiamo a mangiare "UGUALE" tutto l'anno: CARNE, FORMAGGI, GRASSI, anche in estate e FRUTTA, magari tropicale, anche in inverno, dimenticando quel BUON SENSO popolare, che deriva dall'esperienza dei nostri antenati.

Ad esempio, possiamo constatare che in numerosi paesi caldi, si tende a mangiare solo 1 volta al giorno.

Se in estate ci nutriamo con cibo troppo calorico, i nostri organi, le nostre vie linfatiche si INTASANO di sostanze tossiche non utilizzabili, che irritano e "STANCANO" l'organismo, privandolo di quella VITALITA' così importante per le difese dalle malattie.

Le tossine sono RIFIUTI

che debbono essere eliminati attraverso i nostri organi EMUNTORI: POLMONI, INTESTINO, FEGATO, RENI, PELLE, MUCOSE.

Quando queste sostanze "IRRITANTI" sono eliminate prevalentemente dalle VIE RESPIRATORIE, provocano la TOSSE, (da cui il termine TOSSINE).

La TOSSE ed il RAFFREDDORE servono per eliminare le TOSSINE; infatti il catarro ingloba e neutralizza batteri, virus e sostanze nocive.

Quindi per eliminare la TOSSE, senza interrompere il meccanismo di "pulizia interna", dobbiamo stimolare tutti gli organi emuntori, in modo da non gravare solo sulle vie respiratorie.

Il 1° organo da controllare, in caso di disturbi polmonari, è l'INTESTINO.

Anche l'intestino produce CATARRO, come le VIE RESPIRATORIE, per eliminare le TOSSINE.

Se non fluidifichiamo ed espelliamo questo CATARRO INTESTINALE, il nostro organismo produrrà più muco nelle vie respiratorie.



La Naturopatia

Il termine **Naturopatia** è stato coniato dal dottor John Sheel di New York nel 1892. La parola deriva dall'inglese **NATUR'S PATH** per indicare il **sentiero della natura**; quindi non significa, come si potrebbe pensare, cura della malattia attraverso la natura, ma il cammino verso la salute è un sentiero, una strada secondo natura. Il principio olistico, insito nella natura, è alla base di tutta la filosofia naturopatica.

Il termine **OLOS** deriva dal greco e significa **TUTTO**, come **UNITA'**. La medicina olistica ha una visione dell'uomo come essere intero, unico, non frazionabile in parti.

La Naturopatia non si focalizza sulla malattia (campo esclusivamente medico), ma sulla perso-

na e attraverso un programma rieducativo, di riequilibrio di terreno e di drenaggio, vi è uno stimolo di autoguarigione dell'individuo. Ogni persona viene così trattata in modo individuale e personale a secondo della sua storia, della costituzione, della diatesi ovvero la predisposizione alla malattia, delle condizioni psichiche, mentali, affettive, energetiche e ambientali. La malattia non viene vista come qualcosa di brutto, che va soppressa, eliminata, ma piuttosto come alleata, un'interpretazione di un momento esistenziale della persona che non ha trovato altro modo di comunicare con l'esterno.

La Naturopatia ricorre a tutte le discipline, metodiche e pratiche che

ripristinano lo stato di benessere. Oggi sappiamo che in essa convergono molte pratiche e metodiche terapeutiche quali: l'erboristeria, l'alimentazione naturale, la riflessologia, la floriterapia, l'iridologia, l'osteopatia, la craniosacrale bioenergetica, la cromopuntura ecc....

L'obiettivo primario che l'operatore si prefigge è quello della promozione e mantenimento dello stato di salute e in veste di educatore olistico consiglia, segue, ascolta, informa, coloro che decidono di mantenersi in salute o recuperare lo stato di benessere globale.

AMIAMOCI DI PIU'

Il mantenimento dell'equilibrio mentale e di conseguenza della salute, è continuamente minacciato dal modello

sociale diffuso soprattutto in occidente; viviamo in balia della tecnologia senza trovare in lei grandi risposte ai nostri problemi, ogni giorno ci confrontiamo con la competitività disonesta, l'ambiguità, la falsità, siamo privi di ogni certezza futura, viviamo nel "tutto subito" più che nei progetti per il futuro e così maturiamo paure. Se osserviamo un po' il mondo vediamo che è un mondo di sprechi, di incuria dell'ambiente, ogni azione si basa sul profitto e sul piacere. Un modo di vivere come questo non può che portare alla generazione di paure, insoddisfazioni, stati d'animo negativi, ovvero le malattie. La salute dipende anche dal contesto politico, sociale e in senso lato culturale. Un nuovo atteggiamento salutistico, privo di interessi di parte, aiuterebbe ad un positivo cambiamento di stile di vita.

Sentirsi amati, rispettati, considerati, avere la sensazione di essere d'aiuto agli altri, poter contare sul sostegno di amici e parenti può valere più di qualsiasi cura; così la Naturopatia insieme a tutte le discipline terapeutiche alternative si impegna per un benessere globale.



La Naturopatia - alcune regole del vivere sano

- Assumete farmaci solo se necessario e previa prescrizione medica.
- Se è necessario ricorrere ai lassativi, scegliete quelli naturali ma non abusatene.
- Indossate abiti ricavati da tessuti naturali.
- Non indossate abiti troppo stretti e attillati.
- Scegliete con cura i colori dell'abitazione e se possibile circondatevi di piante d'appartamento.
- Usate con molta cautela le tinture per capelli a base di sostanze chimiche.
- Esponetevi moderatamente ai raggi diretti del sole.
- Usate con moderazione il telefono cellulare.
- Dormite almeno 7-8 ore per notte.
- Trattate gli animali come fratelli: non maltrattateli.
- Areate bene le stanze dopo aver usato detersivi.
- Sentitevi considerati.
- Svolgete un lavoro gratificante.
- Scaricatevi brevemente dalla rabbia.
- Svolgete una vita sessuale soddisfacente.
- Svolgete con costanza attività fisica.
- Siate propensi al perdono e date la possibilità agli altri di cambiare.
- Abbiate amici sui quali contare in caso di bisogno.
- Di fronte a situazioni dall'esito incerto siate sempre ottimisti.
- Mantenete il peso forma
- Quando sentite repulsione per un cibo date retta al vostro istinto e astenetevi dal consumarlo
- Moderate vino e alcolici
- Riducete la quantità di sale e zucchero
- Evitate di abbinare alimenti incompatibili a livello digestivo come proteine e amidi
- Depurate e disintossicate l'organismo durante i cambi di stagione, ricorrendo a tisane, oligoelementi, semidigiuni e tutto ciò che può aiutare l'organismo a smaltire tossine accumulate
- Bevete acqua conservata in bottiglie di vetro
- Limitate carne ed insaccati
- Limitate i fritti e condite con oli possibilmente spremuti a freddo
- Mangiate più frutta e verdura di stagione, quando è possibile cruda
- Evitate alimenti con additivi chimici
- Non abusate della caffeina
- Alzatevi da tavola sempre con un po' di appetito



Malattie di stagione: Il punto di vista degli Operatori del Settore



◆ Cromo-agopuntura

La cromo-agopuntura è una tecnica non invasiva che si basa sulle conoscenze di Medicina Tradizionale Cinese e sull'Agopuntura. La tecnica è semplice: si applica una fascio di luce colorata, tramite una penna con punta in quarzo ialino, direttamente sull'agopunto. Non è dolorosa, non ha controindicazioni, è quindi applicabile a tutti, in particolare modo ai bambini e agli anziani che di norma odiano gli aghi.



Nel caso trattato in questo primo numero della rivista, ovvero per i malanni di stagione quali mal di gola, faringite, laringite, tracheite, tracheo-bronchite, bronchite cronica ed acuta ed influenza stagionale il trattamento si basa sulla dispersione del calore - febbre ed infiammazione - sulla dissoluzione dei catarrhi/muco e stimolazione della discesa del Qi di Polmone (tosse).

Le sindromi che si possono diagnosticare sono essenzialmente quattro:

Invasione da vento-calore: faringiti, laringiti, mal di gola, tracheiti, tracheobronchiti, tonsilliti - tosse, brividi di freddo, febbre, mal di gola, naso chiuso e rinorrea con muco giallo, cefalea, dolori al corpo, tonsille gonfie, sete - lingua rossa ai lati e sulla punta con induito sottile bianco o giallo.

Invasione da vento-freddo: influenza classica - tosse, febbre, prurito in gola, naso chiuso e rinorrea acquosa, freddo, cefalea occipitale, starnuti, dolori al corpo, sudorazione abbondante se prevale il vento, assenza di sudorazione se prevale il freddo.

Ostruzione da catarrhi-umidità: bronchite cronica - tosse cronica che va e viene e con e-

spettorato vischioso, catarrhi in gola, lingua gonfia, tendenza all'ortoapnea, oppressione al petto, intorpidimento, vertigini - lingua con induito spesso, vischioso e bianco.

Ostruzione da catarrhi-calore: bronchite acuta - tosse abbaiante, espettorato giallo o verde, respiro corto, asma, sensazione di oppressione al petto, tendenza all'ortoapnea, dispnea asmiforme, sensazione di calore e freddo, insonnia e agitazione, sete senza riuscire a bere, vertigini da catarro - lingua gonfia rossa con induito spesso e giallo

A titolo esemplificativo si riportano i punti principale di trattamento per la sindrome di invasione da vento-calore: Du 14 blu purifica il calore - Li11 e Li4 blu purificano il calore - Lu11 e Lu10 blu disperdono il calore e curano la gola - Lu7 blu stimola la discesa del qi di Polmone - Tr4 verde o blu espelle il vento - Du16 - BL12 - Gb20 verde espellono il vento

In fase acuta della patologia può bastare un solo trattamento per instradare sulla via della guarigione, nel caso di casi più gravi impostati su un terreno predisposto o in presenza di patologie croniche, il trattamento deve essere ripetuto a breve distanza (almeno due nella prima settimana) e poi, in base alla capacità di reazione del sistema immunitario del soggetto, fare un mantenimento da mensile a più raramente.

(a cura di Paola Panzeri)

◆ Psicosomatica

L'apparato respiratorio richiama immediatamente alla "vita", ovvero il respiro vitale della persona che comincia dal primo momento dopo la nascita, sino all'ultimo respiro... Il respiro è anche ritmo, si sus-

segue uno dopo l'altro come una danza ritmica e vitale, la sua velocità e intensità però cambia a seconda del nostro stato d'animo e della situazione in cui ci troviamo. Il respiro è altresì uno scambio con quello che ci circonda e che non siamo noi, il così detto non-Self, ci mette in contatto con il mondo esterno...

Le malattie dell'apparato respiratorio sottendono un tema legato alla vita, al respiro vitale e alla possibilità e necessità di entrare in relazione con il mondo. Quante volte quando abbiamo il raffreddore, o l'influenza diciamo: "stammi lontano...che te lo attacco!!!" e la malattia nasconde la nostra intima ed inconscia necessità di stare in pace e da soli...

La tosse è poi un sintomo molto frequente: il tema sotteso ad essa è il rifiuto, il risentimento, irritazione, rabbia, aggressività. Molto spesso il problema si incentra nella sofferenza legata alla difficoltà di comunicazione e verbalizzazione di un disagio. Il blocco della manifestazione produce l'irritazione alla gola ed una pressione che la tosse tenta di liberare.

(a cura di Paola Panzeri)

◆ Reflexologia plantare

Può essere di grande aiuto nelle affezioni alle vie respiratorie. E' particolarmente benefica per chi tende alla cronicizzazione, per chi in caso di stress o di semplici sbalzi di temperatura comincia con l'accusare raffreddori e pizzicorini alla gola che poi invariabilmente sfociano in una tosse che dura settimane.

Un esame del piede può fornire molte utili indicazioni: suggerisce la costituzione di base della persona, da informazioni sulla sua personalità, dice se ci troviamo di fronte ad uno stato di pieno e di vuoto, permette di sentire consistenza e temperatura, di osservare forma, colore, stato



Malattie di stagione: Il punto di vista degli Operatori del Settore

di pieno e di vuoto, permette di sentire consistenza e temperatura, di osservare forma, colore, stato delle unghie, umidità ed eventuale presenza di calli.

Per i disturbi legati a stati di raffreddamento (tosse e mal di gola) è possibile trattare prima i punti legati al sintomo e poi cercare di migliorare alcuni aspetti costituzionali la cui debolezza può aver determinato l'insorgere del sintomo.

Il trattamento inizia massaggiando la zona dei reni che soprattutto nelle problematiche croniche, può essere di consistenza molle, vuota, ad indicare un indebolimento dell'energia. In modo lento e profondo senza causare dolore, per tonificare, e uretere e vescica per stimolare il drenaggio delle tossine: la stimolazione del rene migliora l'energia in tutto l'organismo. In tutti gli stati di raffreddamento, trattiamo sempre il sistema immunitario massaggiando la zona del timo, la circolazione linfatica ed il punto della milza. Si può poi focalizzare l'attenzione poi sui punti riflessi di gola, adenoidi e corde vocali per evitare problemi di afonia, con un massaggio lento e profondo.

Massaggiamo quindi il punto del Polmone energetico (epicentro) e del polmone fisico. Il primo ci permette di approfondire l'aspetto emozionale: se duole, la persona può soffrire di malinconia, può essere chiusa ed avere difficoltà nelle relazioni. Il punto del polmone fisico invece duole in caso di disquilibrio già manifesto nel corpo, come in caso di bronchite. Può essere d'aiuto testare anche il punto polmone sul dorso del piede per capire se la persona sta vivendo un conflitto con la sua parte spirituale.

Conviene sempre sedare il sistema nervoso, soprattutto se

il piede manifesta segni di squilibrio, come un eccesso di sudorazione, massaggiamo lentamente e ripetutamente la zona della colonna. Aiutiamo la persona poi a respirare bene sfiorando i meridiani interni con movimenti circolari.

Il colon in MTC è il viscere associato al polmone, entrambi sono organi di scambio, l'uno per i gas, l'altro per solidi e liquidi. Per cui in caso di disturbi alle vie respiratorie si tratta anche questa zona.

(a cura di Giuseppe Micheli)

◆ Oligoterapia

Manganese-Rame (Mn-Cu)

soggetto ipostenico caratterizzato da facile affaticabilità e predisposto in prevalenza alle malattie infettive delle vie respiratorie.

Rame-Oro-Argento (Cu-Au-Ag)

soggetto anziano, anergico, caratterizzato da mancanza di autodifese fisiche e psicologiche.

Soggetti di qualsiasi età debilitati dopo una grave infezione e cure antibiotiche.

Rame (Cu)

Antinfiammatorio aspecifico per eccellenza.

Zolfo (S)

Ottimo disintossicante, drenante

Bismuto (Bi)

È indicato nel trattamento di infiammazioni e infezioni acute delle prime vie aeree.

(a cura di Noemi Nebuloni)

◆ Gemmoterapia

Carpino MG

azione a livello di trachea e bronchi, ha effetto antispastico e sedativo della tosse. antinfiammatorio delle forme acute recidivanti ORL e delle vie respiratorie tendenzialmente sclerosanti e a componente displasica. Tropismo per la mucosa respiratoria, limita l'ipertrofia della mucosa infiammata dei seni nasali e paranasali nella sinusite – drenante d'organo dalla polmonite alla sinusite

all'otite. Stimola l'emopoiesi del midollo aiutando la maturazione delle piastrine.

Ontano nero MG

Antinfiammatorio della fase acuta, soprattutto delle alte vie respiratorie, e mucose gastrointestinali –

Rosa canina MG

antinfiammatorio delle forme acute che tendono alla recidiva, con manifestazione allergiche che subitamente compaiono e si risolvono contemporaneamente.

Inflammazioni ORL, emicranie ricorrenti, allergie, ritardi nella crescita ossea.

Tonico per la difesa immunitaria.

Ribes nero MG

antinfiammatorio dei quadri cronici. Ha un effetto cortison-like attraverso lo stimolo surrenalico.

Azione specifica antinfiammatoria della fase cronica (bronchiti croniche).

Erisimo TM

erba dei cantanti - antinfiammatorio - raucedine - afonie - stati infiammatori della gola - secchezza - tonico per chi utilizza spesso, sforzandole, le corde vocali - faringiti, tracheiti, laringiti con afonia, influenze e raffreddori con coinvolgimento bronchiale.

Echinacea Angustifolia TM

Pianta erbacea perenne. I fiori sono riuniti in capolini, simili a quelli delle margherite: fiorisce a Primavera. Vengono usati soprattutto i rizomi raccolti in Autunno. È la pianta, oggi, più comunemente usata per innalzare immediatamente le difese immunitarie. Il suo impiego precoce, alla prima comparsa dei sintomi, nelle malattie infettive ed influenzali, ne arresta l'evoluzione nel 90% dei casi.

(a cura di Noemi Nebuloni)



Il Bimbo che Vorrei:

La strada della naturopatia per le coppie in cerca di un bimbo

“Il Bimbo che Vorrei”® nasce con lo scopo di offrire alle coppie che vivono l’esperienza dell’infertilità l’opportunità di un percorso naturale ed umano accanto o ad integrazione di quello proposto dalla moderna Medicina delle Procreazione. Consiste in un percorso naturopatico che, ispirandosi alla filosofia dell’olismo, concepisce l’uomo nella sua complessità fisica, psichica ed emotiva e, contemporaneamente, nella sua unicità difficilmente omologabile in protocolli uguali per tutti.

Il suddetto percorso, innovativo e unico in Italia, affonda la sua validità nelle evidenze emerse dallo **studio scientifico** (leggine i contenuti nella sezione qui sotto) condotto presso il **Centro Cantonale di Fertilità**, Clinica “La Carità” dell’Ospedale di Locarno-Svizzera- (dott. Stamm primario, dott.ssa Paragona androloga, dott. Micioni psicologo, dott. Scutto coordinatore scientifico) nel corso del biennio 2007-2009 da Claudia Barzagli e Claudia Polenghi, naturopate, con lo scopo di verificare se l’adozione di determinate metodiche naturopatiche potesse avere un’incidenza significativa in termini positivi sulle medie di successo delle attuali tecniche di Procreazione Medicalmente Assistita (in particolare IUI, FIVET, ICSI).

I risultati dello studio (che verranno ufficialmente pubblicati nel 2011) hanno **scientificamente evidenziato** che una coppia che abbina l’iter naturopati-

co alle tecniche di inseminazione classiche ha la **probabilità di esitare in gravidanza e portarla a termine una volta e mezza superiore** rispetto ad una coppia che affronta semplicemente le inseminazioni e i relativi protocolli farmacologici. Il percorso naturopatico è **rivolto** sia alle coppie che stanno intraprendendo l’iter di Procreazione Assistita sia a quelle che semplicemente sono alla ricerca di un bimbo che tarda ad arrivare e che non desiderano affrontare la medicalizzazione della problematica.

Le evidenze dello studio scientifico hanno consentito di rendere oggettive valutazioni ed esperienze empiriche di cui noi naturopate siamo testimoni quotidianamente e ciò ci spinge a divulgare sempre più questo approccio.

E’ inoltre importante sottolineare quanto questo lavoro ci consenta, a prescindere dai risultati oggettivi e dall’obiettivo che la coppia si prefigge, di vivere ogni volta e con ogni coppia un’esperienza umana e professionale ricca ed indimenticabile.

FLORITERAPIA: le essenze floreali esplicano la loro funzione “curativa” attraverso il riequilibrio delle emozioni e il recupero dell’armonia degli stati d’animo che spesso viene alterata da conflitti e ansie della vita quotidiana nonché da blocchi o traumi psicoemotivi. Recuperando l’armonia sul piano psichico ed emotivo ci si pre-

dispone con animo più sereno ad affrontare il percorso di procreazione assistita ovvero la ricerca naturale del concepimento.

FITOTERAPIA: gli estratti delle piante, quelle stesse che per millenni hanno curato e nutrito l’uomo in tutte le epoche e in tutti i luoghi della Terra, svolgono prevalentemente una funzione di rinnovamento tissutale e di drenaggio, disinfiammando l’organismo appesantito da tossine, in particolar modo quello della donna che eventualmente si sottopone ai bombardamenti ormonali previsti dai protocolli farmacologici pre e post inseminazione.

REFLESSOLOGIA PLANTARE: è una metodica antica di riequilibrio inconscio, unitario e profondo dell’organismo; la digitopressione di punti precisi e zone del piede genera impulsi che raggiungono, attraverso il sistema nervoso autonomo, visceri, ghiandole e vasi, riducendo lo stato di stress generale, aumentando la secrezione di endorfine (gli ormoni del “piacere”) e drenando il sistema circolatorio e linfatico.

NUTRIZIONE: nonostante nella nostra cultura odierna si sia dimenticato il rapporto fondamentale tra salute e alimentazione, il cibo di cui ci alimentiamo quotidianamente condiziona tantissimo il nostro stato di benessere poiché costituisce la ma-

teria di cui si compongono tutte le nostre cellule. In particolare esistono cibi che inibiscono e cibi che sostengono la funzione dell’apparato riproduttivo maschile e femminile e quindi una maggiore conoscenza in merito aiuta ad operare scelte alimentari mirate e consapevoli.

Tutte le metodiche sopra menzionate agiscono sinergicamente tra loro, sono prive di effetti collaterali e di controindicazioni e si integrano senza problemi con terapie farmacologiche parallele nel rispetto dell’equilibrio della natura dell’organismo umano.

IL BIMBO CHE VORREI®



info@naturopatiapiacenza.com

Il fiore del mese: Agrimony



Abbreviazione: AGR

Nome italiano: Agrimonia

Nome botanico: Agrimonia Eupatoria

Come posso sapere di aver bisogno di Agrimony?

"Per le persone allegre, giovali, piene di buon umore, che amano la pace e che sono disposte a rinunciare a molte cose, pur di evitare liti e discussioni che le manderebbero in crisi. Anche se in genere hanno dei problemi e sono inquiete, tormentate e stanche, sia a livello fisico che a livello psichico, sanno nascondere le loro preoccupazioni dietro l'umorismo e lo scherzo, e sono considerate degli ottimi amici da frequentare. Spesso fanno uno smodato uso di droghe e di alcolici per stimolarsi e per aiutarsi a sopportare le prove della vita con allegria".

Parole chiave:

Maschera sociale di cortesia, conflitto interiore, ansia.

Caratteristiche del fiore:

Guaritore

Metodo di preparazione:

Solarizzazione

Periodo di Fioritura:

Giugno / Agosto.

Inserito in:

Fiori per coloro che sono ipersensibili alle influenze esterne e alle idee altrui.

Principio transpersonale:

Tormento, tortura.

Agrimony, che ricordiamo essere tipologico, è stato comunemente definito il fiore della maschera. Questo perché il soggetto AGR appare sempre allegro e gioviale, nonostante i problemi. E' la persona che, con una pacca sulla spalla, dice: "passerà". E' sempre al centro dell'attenzione e, in caso di discus-

sioni o litigi, è colui che si prodiga per sedare gli animi. Questo perché egli, in realtà, mal sopporta le tensioni emotive di ogni genere, che cercherà di placare con l'uso di sostanze atte ad ignorarle, spesso alcool o droghe. Possiede oscuri segreti incomunicabili ai più. **The dark side of the moon.** Ha un lato di sé che resta nell'ombra, poiché egli ha mascherato le parti che creavano conflitto semplicemente dimenticandole nel cassetto, da qui ne consegue che sarà un soggetto ansioso, cui i dissapori fanno veramente male. Possiede il fascino dell'ombra. Infatti come detto, in ambito sociale si distingue, poiché portando l'attenzione verso l'esterno, può scordarsi, almeno temporaneamente, i suoi conflitti interiori. Questo suo "spostare la polvere sotto il tappeto" per mostrare solo la parte luminosa provoca il ripetersi continuo del gesto mancante ad AGR, ovvero l'osservazione con la conseguente accettazione di sé, che ovviamente porterebbe la persona verso una maggiore profondità, luogo poco frequentato da chi come AGR, teme la propria ombra e poi, seguendo un istinto incontrollabile, vi si getta a capofitto. **L'equilibrio si vede da sé, si avverte immediatamente.** Non potendo gestire l'equilibrio, ma non potendo evitare di avere un subconscio, tutto questo bagaglio di tensioni emotive, viene camuffato a priori,

per poi esplodere irrefrenabile verso le possibili estensioni come **Cherry Plum(CHP)** - **Vervain(VER)** - **Scleranthus(SCL)**. Un'estensione di Agrimony raramente impiegata è, a causa dell'assonanza con il concetto di ombra che questo fiore porta con sé e, per l'atteggiamento burlesco che maschera la PAURA di guardare ai propri problemi, Aspen(ASP) il fiore del pioppo tremulo. La persona AGR può essere considerata inaffidabile poiché spesso tende a non concludere o a non considerare importanti, accordi presi ed orari stabiliti. Può essere riscontrata nei soggetti border-line.

A livello transpersonale AGR è considerato il fiore del tormento, della tortura, verrà quindi impiegato per tutte quelle situazioni che portano questo tipo di risposta. **E' ansiolitico, impiegatelo per l'insonnia.**



Erboristeria Naturopatica Panta Rei

*Naturopata Noemi Nebuloni
Spec. in Fitocomplementi e Floriterapia*

Via Repubblica, 42 Origgio (VA)

Riferimenti

*Noemi Nebuloni
Tel.: 345.2162168
E-mail: erboristeriapantarei@libero.it*

*Giuseppe Micheli
Tel: 339.4066217
E-mail: g_micheli_it@libero.it*

Conferenze

- ◆ 25 gennaio, ore 21.00 "I mali di stagione "
relatore Paola Panzeri
- ◆ 15 Marzo ore 21.00 "Asma e rinite allergica"
relatore Paola Panzeri
- ◆ 17 Maggio ore 21.00 "La cellulite"
relatore Paola Panzeri

Corsi teorici e pratici

- ◆ dal 3 febbraio al 24 marzo ore 21.00 "Oli Essenziali"



La salute è uno stato di benessere mentale, fisico e sociale, e non semplicemente assenza di malattia o infermità."

Organizzazione Mondiale della Sanità

"Il modo orientale di pensare consiste soprattutto nel girare intorno all'oggetto della contemplazione... un' impressione sfaccettata, cioè pluridimensionale che si forma dalla sovrapposizione di singole impressioni ottenute da punti di vista differenti".

Lama Govinda

Ciò che è dentro di voi, voi stessi lo avete messo lì, attraverso i vostri pensieri. Se in voi alberga l'odio, darete solo odio. Se in voi ci sono amore e compassione, darete amore e compassione. Solo chi è ricco può dare. Chi è povero non può dare nulla.

Wayne Dyer

Collaborazioni

Dott.ssa Barbara Miglietta

Biologa – Nutrizionista – Iridologa
Analisi Iridologica

Risoluzione problemi di alimentazione,
sonno, emicrania, digestione,
menopausa, senilità, pelle...

Dott.ssa Paola Panzeri

Naturopata con specializzazione in Fitocomplementi
Cromo-ago puntore
Dottore in Scienze della Terra

Dr. Romeo Crapanzano D.O.

Osteopatia – Omeotossicologia
Esperto di terapie manuali
Consulente estetico

Giuseppe Micheli

Operatore A.MI. University
Associazione operatori medicine non convenzionali
Craniosacrale Bioenergetica
Reflessologia Plantare

Elsa Brambilla

Operatrice Olistica esperta in Osteomassaggio
Sblocco della circolazione profonda
Trattamento posturale