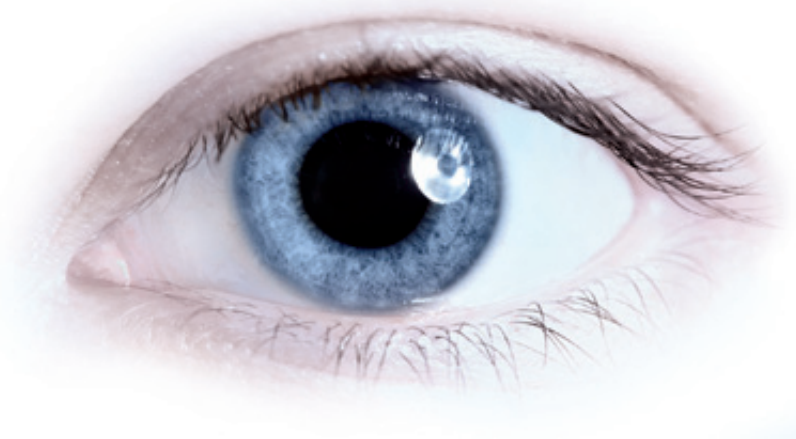




Bestseller



Lucio Birello
Daniele Lo Rito
Catia Trevisani

Iridologia naturopatica



EDIZIONI ENEA

L'iridologia è la disciplina che permette di valutare lo stato di salute di un individuo attraverso lo studio dell'iride. Analizzandone la morfologia e le alterazioni cromatiche, rivela la tipologia costituzionale del soggetto, le tendenze patologiche e le loro manifestazioni. È dunque un prezioso strumento di osservazione della salute presente, passata e futura della persona.

Questo volume integra i principi dell'iridologia di base all'interno di una visione naturopatica e olistica, abbinando all'analisi dell'aspetto costituzionale e dei segni iridologici consigli nutrizionali, rimedi naturali e suggerimenti sullo stile di vita.

Nel DVD allegato la dottoressa Catia Trevisani insegna l'iridologia di base attraverso l'osservazione di numerose iridi, e spiega come distinguere differenti costituzioni, disposizioni, diatesi, oltre a macchie e segni.

Fare Naturopatia

Lucio Birello
Daniele Lo Rito
Catia Trevisani

Iridologia naturopatica



EDIZIONI ENEA

© 2008 Edizioni Enea - S.I.R.I.E. srl

Prima edizione: luglio 2008

Seconda edizione: maggio 2016

ISBN 978-88-95572-04-8

Art Direction: Camille Barrios / ushadesign

Stampa: Graphicolor (Città di Castello)

Le illustrazioni delle mappe iridee sono state
gentilmente concesse da Xenia Edizioni

Edizioni Enea

Ripa di Porta Ticinese 79, 20143 Milano

info@edizionienea.it - www.edizionienea.it

Tutti i diritti riservati. Nessuna parte di quest'opera può essere riprodotta in alcuna
forma senza l'autorizzazione scritta dell'editore, a eccezione di brevi citazioni
destinate alle recensioni.



Questo libro è stampato
su carta riciclata FSC®

*Bellezza è l'eternità che si contempla in uno specchio;
e noi siamo l'eternità, e noi siamo lo specchio.*

KAHLIL GIBRAN

Indice

13	Introduzione
15	1. ORIGINE E PRINCIPI
15	Cenni storici
18	L'iridologia come metodo di diagnosi
21	2. L'ANATOMIA DELL'OCCHIO
21	L'occhio e la vista
26	I problemi della vista
27	3. GLI STRUMENTI DELL'IRIDOLOGIA
27	La lente
27	L'iridoscopio
28	La fotografia iridea
29	La telecamera digitale
31	4. IRIDOLOGIA COSTITUZIONALE
32	Costituzione linfatica
34	Costituzione ematogena
36	Costituzione mista o biliare
37	Disposizione neurogena
38	Disposizione connettivale debole
40	Disposizione vegetativo spastica
41	Disposizione tubercolinica
43	Disposizione ghiandolare debole o plurighiandolare
44	Diatesi essudativa
46	Diatesi acida o urica
48	Diatesi discrasica
48	Diatesi lipidica o colesterinica

50	Diatesi allergica
51	Densità della trama iridea
55	5. ANATOMIA TOPOGRAFICA DELL'IRIDE
55	Pupilla
56	Ovalizzazioni pupillari
57	Appiattimenti pupillari
58	Segni interni pupillari
58	OPI (orlo pupillare interno)
59	OPE (orlo pupillare esterno)
60	Corona
61	Zona ciliare
63	Sclera
73	6. I SEGNI DELL'IRIDE
73	Segni strutturali dell'iride
76	Eterocromie
77	Raggi solari
78	Anelli nervosi
79	Anello sodico
79	Anello lipidico
80	Aura
81	7. I CROMATISMI IRIDEI
82	Marrone
83	Beige
83	Giallo
85	Nero
85	Arancione
86	Rosso
86	Viola
87	Bianco
87	Grigio
89	8. LA MAPPA
89	L'iride come zona di proiezione dell'organismo
93	Settore cerebrale
95	Settore toracico
98	Settore addominale

99	Settore dei visceri intestinali
103	Anello della colonna vertebrale
107	9. IRIDOLOGIA E RIMEDI
108	Costituzione linfatica
108	Apparato digerente
122	Apparato respiratorio
128	Apparato urinario e genitale
134	Sierose
138	Occhi
140	Costituzione ematogena
142	Costituzione mista
146	Disposizione neurogena
149	Disposizione connettivale debole
151	Disposizione vegetativo spastica
155	Disposizione tubercolinica
159	Diatesi essudativa
161	Diatesi acida o urica
163	Diatesi lipidica o colesterinica
166	Diatesi allergica
168	Tabelle riepilogative
187	10. L'ANALISI IRIDOLOGICA
191	Appendice: la scheda iridologica
205	Glossario
219	Bibliografia

Il capitolo 9, “Iridologia e rimedi”, è stato scritto da Lucio Birello e Catia Trevisani. La restante parte del libro è stata scritta da Lucio Birello e Daniele Lo Rito.

Indice



In allegato al libro vi è un DVD in cui la dottoressa Catia Trevisani insegna la pratica dell'iridologia mostrando come riconoscere i vari aspetti descritti in oltre 100 iridi reali. Le foto sono di Lucio Birello.

Il video, anche grazie a un ricco menù, segue la successione dei capitoli 4, 5, 6 e 7 di questo libro in modo da poter essere un valido strumento di studio e consultazione. Si riportano le pagine del libro corrispondenti agli argomenti trattati nel DVD.

1. COSTITUZIONI

- 32 Costituzione linfatica
- 34 Costituzione ematogena
- 36 Costituzione mista o biliare

2. DISPOSIZIONI

- 37 Disposizione neurogena
- 38 Disposizione connettivale debole
- 40 Disposizione vegetativo spastica
- 41 Disposizione tubercolinica

3. DIATESI

- 44 Diatesi essudativa
- 46 Diatesi acida o urica
- 48 Diatesi discrasica
- 48 Diatesi lipidica o colesterinica
- 50 Diatesi allergica

4. LA TRAMA IRIDEA

- 51 Densità 1-5

5. L'ANATOMIA TOPOGRAFICA

55	Pupilla
60	Corona
61	Zona ciliare
63	Sclera

6. I SEGNI IRIDEI

73	Lacune
75	Cripte
75	Fibre trasversali
76	Fibre vascolarizzate
76	Fibre radiali
76	Fibre radiali devianti
76	Eterocromie
77	Raggi solari
78	Anelli nervosi
79	Anello sodico
79	Anello lipidico
80	Aura

7. I CROMATISMI IRIDEI

81	Macchie
81	Pigmenti
82	Marrone
83	Beige
83	Giallo
85	Arancione
87	Bianco
87	Grigio

Introduzione

L'analisi iridologica ha lo scopo di fornire all'iridologo e al naturopata un quadro generale del soggetto in relazione al suo stato di salute, agli eventuali carichi tossinici e alle predisposizioni alle malattie. Inoltre, fornisce elementi di energetica, comprende aspetti emozionali e mentali, rivela attitudini e tendenze.

L'iride offre una mole di dati e di informazioni che necessitano di essere compresi, valutati, inseriti in una visione globale e nella storia personale del soggetto. È necessario passare dal dettaglio all'insieme e viceversa, analizzare le informazioni nel particolare e al tempo stesso allenarsi a fare collegamenti, aprirsi alla logica e contemporaneamente all'intuizione.

L'iridologia è una disciplina affascinante che ci apre un mondo: in una piccola parte, iride e sclera, possiamo trovare il tutto, non solo dell'individuo che abbiamo "sotto gli occhi", ma dell'intera sua famiglia, con aspetti ereditari e predisposizioni individuali.

Questo libro sull'iridologia di base vuole essere un manuale per il naturopata iridologo che necessita di uno strumento completo, maneggevole e di pratico utilizzo nella sua attività professionale. L'esposizione chiara e approfondita delle acquisizioni di base dell'iridologia abbinata alle immagini commentate del DVD consentono un apprendimento sicuro e più rapido di questa disciplina naturopatica, fondamentale per un approccio costituzionale e globale alla persona.

Il capitolo del libro, "Iridologia e rimedi", offre un metodo per consigliare il programma di benessere più consono al quadro iridologico e alle problematiche di cui soffre il soggetto che richiede l'esame. Dunque l'iride stessa mostra di quali piante, essenze, alimenti e altro ancora l'organismo ha bisogno. Si tratta di indicazioni di massima che non devono essere prese rigidamente come ricette, ma devono essere sempre inquadrate e valutate caso per caso. Infine, le tabelle per il riepilogo, la scheda iridologica (alla cui realizzazione ha contribuito anche Omar Discepoli) e il glossario facilitano l'apprendimento.

Come si è detto, è il soggetto stesso che indica, attraverso i segni, i colori, la trama della sua iride, le possibili soluzioni a disturbi, carenze ed eccessi. L'iridologo allora, una volta apprese con sufficiente sicurezza e competenza le indicazioni che l'iride offre, non ha che da osservare e lasciarsi guidare nel suggerire ciò che la natura stessa ha scritto. Buona lettura!

Catia Trevisani

4

L'iridologia costituzionale

Lo studio e l'applicazione dell'iridologia si sviluppa su tre aspetti: le mappe iridologiche, i segni iridologici e lo studio del "terreno" individuale. In questa sezione viene applicato il modello interpretativo proposto dalla scuola di Willy Hauser, continuatore dell'opera di Josef Deck, con alcune modifiche suggerite dall'esperienza personale degli autori.

Tale sistema è facilmente applicabile e offre il maggior numero di informazioni relative alle caratteristiche genetiche del soggetto esaminato. L'analisi consente di individuare:

- costituzioni;
- disposizioni;
- diatesi.

Le costituzioni dell'iride sono genotipiche, legate all'ereditarietà e quindi non modificabili. Per lo studio e la definizione delle tre costituzioni si prende in esame il colore di fondo dell'iride. Sappiamo dall'anatomia che il colore normale dell'iride è l'azzurro. Il colore marrone è dovuto alla presenza di cellule melanofore che producono pigmenti di colore marrone, di varia gradazione, dal marrone nocciola al marrone scuro, apparentemente nero.

Secondo Hauser le iridi scure sono caratteristiche delle popolazioni che si difendono bene dal caldo e vivono all'equatore mentre le iridi chiare appartengono alle popolazioni che si difendono bene dal freddo e si sono stabilite ai poli. L'incontro di queste due razze ha poi generato un terzo tipo di persone, con iridi in parte chiare e in parte scure. Si tratta di aspetti costituzionali legati alla presenza o meno dei geni che codificano la "colonizzazione" della superficie dell'iride da parte delle cellule pigmentate.

Le costituzioni indicano la sensibilità e la suscettibilità alla malattia di un soggetto. Deck divide le costituzioni primarie in tre tipi basati sulla colorazione:

- costituzione linfatica, azzurra;
- costituzione ematogena, marrone;
- costituzione mista o biliare, colore intermedio.

Nelle disposizioni si analizza la posizione delle fibre connettivali che costituiscono la trama iridea, si tratta di segni strutturali, quindi geneticamente programmati, basati sulla disposizione delle fibre connettivali radiali. Tali fibre costituiscono la trama di sostegno alle altre strutture iridee (muscoli, nervi, vasi) e sono idealmente disposte una accanto all'altra, lineari e rettilinee. Alterazioni di questo andamento costituiscono i segni iridologici che ci accingiamo a rilevare. Le disposizioni sono:

- disposizione neurogena;
- disposizione connettivale debole;
- disposizione vegetativo spastica;
- disposizione tubercolinica;
- disposizione plurighiandolare.

Nelle diatesi, l'elemento da analizzare è la presenza di colorazioni aggiunte al colore di base. Lo studio delle diatesi iridologiche si avvale del rilievo di eventuali pigmenti aggiunti, sovrapposti al colore di base dell'iride. Facilmente individuabili nelle iridi linfatiche e miste, sono comunque presenti anche nelle iridi ematogene, che dovranno essere studiate più attentamente e con una luminosità maggiore. Possiamo individuare cinque gruppi di diatesi:

- diatesi essudativa;
- diatesi acida o urica;
- diatesi discrasica;
- diatesi lipidica o colesterinica;
- diatesi allergica.

Costituzione linfatica



Il colore dell'iride è blu chiaro fino al grigio, la collaretta è chiara, verso l'esterno il tono blu aumenta.

Le predisposizioni patologiche riguardano in particolar modo le mucose, le sierose e il sistema immunitario.

In questi soggetti la circolazione linfatica tende a congestionarsi e il sistema immunitario può presentare una particolare vivacità reattiva, tale che facilmente si osservano febbri elevate, ipertrofia dei linfonodi, movimento leucocitario, anche per infezioni banali. Tale reattività eccessiva predispone il linfatico alle allergie, che altro non sono che una risposta immunitaria anomala con produzione di IgE al posto di IgA o IgG.

Mucose

Le mucose sono il tessuto di rivestimento dei visceri cavi in contatto con l'esterno e quindi appartenenti agli apparati digerente, respiratorio, urinario e genitale. Le mucose hanno come caratteristica generale quella di produrre muco, sostanza che protegge la barriera cellulare interposta tra ambiente esterno e interno dell'organismo. Il soggetto linfatico andrà più facilmente incontro a:

- infiammazioni dell'apparato digerente, con predisposizione a stomatite, esofagite, gastrite, enterite, colite;
- infiammazioni dell'apparato respiratorio, con predisposizione a rinite, sinusite, faringo-laringite, tracheite, bronchite;
- infiammazioni dell'apparato urinario e genitale, con predisposizione a pielite, cistite, uretrite, vaginite;
- congiuntive.

Tutte le patologie delle mucose che terminano con "ite" sono da interpretarsi nel linfatico come espressione di una debolezza genetica; di conseguenza sarà obiettivo del terapeuta rinforzare tali strutture, oltre che combattere l'infiammazione. I vari apparati mucosi hanno caratteristiche strutturali diverse e la struttura della mucosa varia nello stesso sistema a seconda della funzione del tratto interessato.

L'apparato digerente prevede "due porte": una di entrata e l'altra di uscita. Il cibo che entra nella bocca viene elaborato e viene poi assorbito per la parte che serve all'organismo o eliminato per ciò che non serve. Mentre il cibo scorre in questo "tubo" avvengono delle trasformazioni per cui, nei vari tratti, il tessuto sarà diverso a seconda della funzione svolta in quella specifica sede.

L'apparato respiratorio prevede un'unica porta sia di entrata che di uscita: l'aria entra ed esce sempre dalla stessa via, la mucosa è più omogenea e ha anche il compito di espellere le particelle solide che entrano nelle vie aeree. Questo compito viene svolto dalle ciglia vibratili con movimenti ondulati che spingono il muco verso l'orifizio esterno.

L'apparato urinario ha una sola porta di uscita.

L'apparato genitale ha la funzione di permettere l'accoppiamento e la mucosa deve provvedere alla lubrificazione della cavità vaginale.

Sierose

Le sierose sono membrane che rivestono le superfici degli organi in movimento. Hanno il compito di produrre un liquido lubrificante affinché siano ridotti al minimo i fenomeni di attrito. Tali tessuti rivestono il cuore (pericardio), il polmone (pleura), l'intestino (peritoneo), l'encefalo (meningi), le articolazioni ossee (sinovie).

Aspetti da indagare

- Infiammazioni delle mucose: cistiti e vaginiti, bronchiti, stomatiti, gastriti, duodeniti, coliti.
- Infiammazioni delle sierose, artriti.
- Congiuntiviti.
- Allergie.

Costituzione ematogena

Le iridi sono marroni, dal color nocciola al marrone scurissimo, le trabecole sono quasi invisibili, appaiono come un tappeto vellutato. La presenza di numerose cellule melanofore può conferire un aspetto vellutato alla superficie iridea. Zone chiare che sembrano essere state smerigliate con carta a vetro, schiarimenti o pigmentazioni indicano la presenza di una patologia.

Il problema di questa costituzione è legato alle attività metaboliche del fegato e, in seconda battuta, alla carenza di vitamina B12 e ferro con comparsa di conseguente anemia. Il metabolismo del fegato si compone di varie funzioni che accenniamo brevemente:

- metabolismo dei principali elementi nutritivi;
- captazione e inattivazione delle sostanze tossiche endogene ed esogene;
- captazione ed eliminazione degli ormoni;
- captazione ed eliminazione dei farmaci.

Metabolismo

- **Glucidi.** Il fegato regola il glucosio nel sangue e lo distribuisce o immagazzina a seconda delle necessità: con la gluconeogenesi produce il glicogeno che è lo zucchero di riserva; la glicogenolisi, che è il fenomeno opposto, scinde il glicogeno e immette zucchero nel sangue. Sono legate a questo ambito, quindi, sia le iperglicemie che le ipoglicemie. Le prime sono di solito dovute a carenza di insulina e problemi legati al pancreas, mentre le seconde possono essere semplicemente di tipo metabolico, il fegato cioè non risponde adeguatamente alla richiesta di zuccheri da parte dell'organismo.
- **Lipidi.** Gli zuccheri in eccesso vengono trasformati, a livello del fegato, in acidi grassi (lipogenesi). Gli acidi grassi vengono coniugati con il glicerolo e formano i trigliceridi, si legano alle proteine, vengono immessi nel sangue e vanno a depositarsi nel tessuto adiposo che rappresenta la seconda fonte

di energia di riserva. La prima riserva è il glicogeno presente nel fegato ed è di pronto utilizzo, l'altra è il tessuto adiposo che interviene quando il fegato esaurisce il proprio glicogeno. Quindi per il metabolismo lipidico abbiamo la lipogenesi: dallo zucchero dei cibi si formano acidi grassi che producono trigliceridi che si depositano nel tessuto adiposo, come conseguenza si può soffrire di sovrappeso. Infine il fegato sintetizza il colesterolo endogeno per funzioni fisiologiche ben precise.

- **Proteine.** Il fegato sintetizza la maggior parte delle proteine circolanti nel sangue, soprattutto i fattori della coagulazione, le albumine e i carrier (proteine che si legano a determinate sostanze e le trasportano nel sangue). Per quanto riguarda il catabolismo delle proteine abbiamo l'importante funzione di sintesi di ammoniaca con formazione di urea. L'urea non ha caratteristiche tossiche, è idrosolubile, viene immessa nel sangue ed è eliminata dai reni, l'ammoniaca invece è tossica soprattutto per il sistema nervoso centrale.

Quando ci sono patologie molto gravi del fegato, l'ammoniaca si accumula nell'organismo provocando il coma epatico. Senza arrivare a questa evenienza, possiamo però avere difficoltà a smaltire l'ammoniaca con conseguente sonnolenza, difficoltà di concentrazione e stanchezza, dovute a un certo grado di intossicazione.

Captazione ed eliminazione delle sostanze tossiche

Il fegato neutralizza le sostanze estranee che penetrano nelle sue cellule coniugandole con dei gruppi biochimici in grado di modificarne la configurazione molecolare, utilizza soprattutto gruppi solfidrici o radicali acidi carbossilici. Compito della cellula epatica è quello di smaltire tutte le sostanze tossiche che si formano per effetto dei processi metabolici.

Le due tossine endogene più "fastidiose" sono l'ammoniaca (che intossica particolarmente il sistema nervoso) e gli acidi urici (che tendono a depositarsi all'interno delle articolazioni e nelle vie urinarie, determinando rispettivamente artrite e formazione di calcoli urinari).

Un'altra fonte di tossine è l'alimentazione. Per tossine alimentari si intendono le sostanze normalmente usate dall'industria alimentare tipo coloranti, conservanti, esaltatori di sapidità, concimi, antiparassitari, ormoni, farmaci, sostanze chimiche varie contenute nei cibi e nell'acqua come inquinanti, ecc. Il fegato ha la funzione di captarle e di eliminarle.

Eliminazione degli ormoni

Gli ormoni, normalmente prodotti dal nostro organismo per assolvere i processi metabolici di loro competenza, devono essere prontamente smaltiti una

volta terminata la stimolazione specifica, altrimenti continuano a stimolare la cellula bersaglio anche quando non è più necessario (in particolare occorre porre attenzione agli ormoni tiroidei, surrenalici e sessuali).

Nelle donne ematogene che manifestano alterazioni mestruali o della fertilità, ad esempio, possiamo ipotizzare interferenze nello smaltimento degli ormoni sessuali con conseguente alterazione del feedback ormonale sull'ipotalamo. Questa evenienza è da tener presente anche per altre costituzioni quando compaiono macchie marroni in zona ovaio, utero, ipotalamo e ipofisi perché possono essere segno di attività degli ormoni sessuali non più controllati nel regolare turnover.

Nell'ematogeno tutte le funzioni fisiologiche possono trovare interferenze da parte delle tossine, dei farmaci o degli ormoni non smaltiti correttamente. Segni di intossicazione possono essere in questo caso dermatiti, pruriti, sonnolenza, poca concentrazione, alterazioni mestruali, ecc.

Particolare attenzione va data a farmaci e alcool, il cui consumo nell'ematogeno deve essere molto limitato. A questa costituzione va consigliata, ancora più di altre, un'alimentazione genuina, che diventa vera e propria terapia di terreno.

Il sistema immunitario è un po' torpido, per cui una febbre elevata in un ematogeno assume un significato più importante che nel linfatico.

Aspetti da indagare

- Malattie del sangue, anemie da carenza di B12 o ferro, carenze di catalizzatori come iodio, rame, arsenico, ferro, oro.
- Disordini metabolici di pancreas e fegato.
- Ipercolesterolemia, iperuricemia, ipo o iperglicemia.

Costituzione mista o biliare



La costituzione iridologica mista o biliare si riconosce per la contemporanea presenza di aspetti linfatici e di aspetti ematogeni. Sembra marrone, ma un'accurata osservazione mostra uno strato basale di tono azzurro. Cromaticamente avremo quindi una parte di iride azzurra e una parte marrone.

Di norma, si osserva un'eterocromia marrone centrale, cioè una colorazione marrone che occupa la zona centrale dell'iride. Possiamo però osservare anche un'eterocromia settoriale, cioè una porzione di iride marrone in campo azzurro.

Questo aspetto è dovuto al fatto che sono presenti contemporaneamente sia i caratteri genetici della costituzione linfatica che quelli della costituzione ematogena. Ciò determina la possibilità che il soggetto misto sia predisposto a problemi di mucose, sierose, sistema linfatico e nello stesso tempo a problemi metabolici.

Per quantificare queste potenziali predisposizioni possiamo valutare la percentuale di linfatico e di ematogeno presenti. Così un'iride mista prevalentemente marrone tenderà soprattutto a problemi metabolici, mentre una più azzurra che marrone sarà più predisposta a problemi mucosi, sierosi e immunologici.

Oltre a problematiche caratteristiche delle due costituzioni “madri”, notiamo in questi soggetti un incremento dei disturbi a carico dell'apparato digerente, riferibili a un alterato equilibrio della flora intestinale.

Tale condizione dipende da un'insufficiente produzione di enzimi digestivi da parte del pancreas e di bile da parte del fegato. In tali condizioni, i cibi ingeriti non vengono perfettamente scissi in elementi base assorbibili dal tratto ileale e di conseguenza compaiono in quantità superiori alla media nel tenue distale e nel colon. In tali condizioni si ha un'alterazione della flora intestinale (disbiosi) con produzione eccessiva di cataboliti batterici.

Aspetti da indagare

- Meteorismo, flatulenza.
- Dispepsia di origine digestiva per un'insufficienza di fegato o pancreas.
- Tendenza alla costipazione.
- Diarree.
- Dolori addominali.
- Cefalee postprandiali, sonnolenza.
- Disbiosi con conseguente disvitaminosi.
- Ipovitaminosi con conseguente astenia, dermatiti, nevralgie, anemie.

Disposizione neurogena



Le fibre appaiono molto tese, stirate. L'immagine della disposizione neurogena ricorda i capelli di un personaggio dei cartoni animati colpito da una scarica elettrica, tutti tesi e proiettati verso l'esterno. Le fibre radiali sono fini e tese, schiarite, biancastre, di calibro uniforme, in qualche settore si possono trovare fasci di fibre riunite, indice che alcuni organi presentano debolezza congenita (polmoni, pleura, genitali, vescica). La collaretta è spigolosa,

spastica, bianca. Vi è un eccesso di energia centripeta, il parasimpatico è in eccesso, è caratteristica l'ipertonìa vegetativa.

In questi soggetti è frequente una prevalenza della funzione pensiero sulle altre funzioni psichiche. Sono pertanto persone che pensano sempre, qualsiasi avvenimento viene valutato e rivalutato, hanno continuamente la mente in attività, leggono molto, tendono a rimuginare.

Questi aspetti mentali predispongono a disturbi del sonno con difficoltà ad addormentarsi, fissazioni del pensiero nella fase iper ed esaurimenti nervosi con rifiuto delle attività intellettuali, difficoltà di concentrazione, amnesie nella fase ipo.

Il problema principale è l'integrità nervosa. Spesso sono tipi che hanno difficoltà nell'affrontare situazioni in cui i loro schemi mentali sistematici e metodici sono messi a repentaglio o alla prova. Prendono coscienza della loro difficoltà e degli sconvolgimenti emotivi, facilmente hanno crisi di autostima. Sono spesso stressati, ma rifiutano di riposare, sono industriosi, diligenti, volenterosi, precisi.

Aspetti da indagare

- Irritabilità e debolezza del sistema nervoso.
- Malattie dei nervi, esaurimenti nervosi.
- Insonnia.
- Emicrania vasomotoria.
- Patologie al sistema nervoso, esaurimenti, senilità precoce.
- Eventuali psicosi se si presenta anche uno schiacciamento pupillare.
- Attacchi cerebro-vascolari.
- Interferenza del pensiero sul sentimento.
- Eccessiva valutazione degli avvenimenti.

Disposizione connettivale debole



In questa disposizione le fibre connettivali di sostegno sono disposte in modo disomogeneo, con zone di addensamento e zone povere di fibre, segno che a livello genetico i geni non hanno dato informazioni precise circa la disposizione strutturale che risulta disarmonica. L'iride presenta grossi tralci fibrosi alternati a tessuto povero di struttura. Questi grossi agglomerati di connettivo hanno andamento prevalentemente radiale e sono sovrapposti al rimanente stroma irideo.

8

La mappa

L'iride come zona di proiezione dell'organismo

La grande intuizione del fondatore dell'iridologia, Ignatz von Peczely, fu quella di immaginare l'intero organismo proiettato sull'iride, come un moderno computer di bordo sul cui monitor arrivano tutte le informazioni fornite dai sensori periferici. È questo uno dei concetti più difficili da accogliere da parte del mondo scientifico in quanto mancano esperimenti specifici per confermarne l'ipotesi di base.

Nel mondo della medicina naturale, però, l'iride non è l'unica zona di proiezione dell'organismo che è possibile analizzare e studiare per verificare lo stato di salute di un individuo. Autonomamente si sono sviluppate tecniche che prendono in considerazione altre zone corporee, tra cui la riflessologia plantare e l'auricolomedicina. Questi metodi di valutazione sono in uso da tempi lontanissimi e forniscono informazioni che si rivelano poi utilissime alla pratica clinica.

La differenza con l'iridologia è che queste tecniche sono basate sulla valutazione della sensazione prodotta da uno stimolo fisico in determinate zone del piede e dell'orecchio, mentre l'esame iridologico prevede una lettura diretta, non mediata dalla soggettività dell'esaminatore, del messaggio biologico presente sul tessuto irideo.

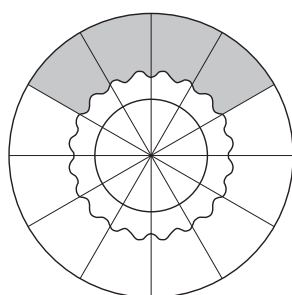
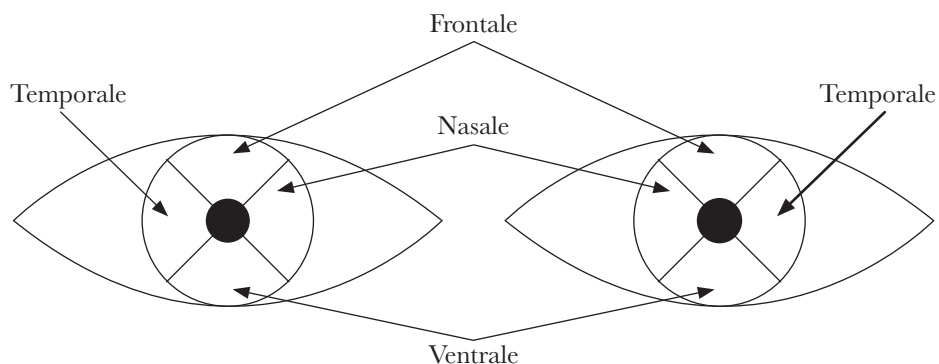
Di buon aiuto alla comprensione di questa mappatura potrebbe essere sapere che esistono diverse fibre nervose di provenienza periferica e centrale che arrivano all'occhio e non sono ancora state ben comprese nel loro ruolo biologico. Al di là di qualsiasi speculazione vediamo ora come quasi tutti i vari ricercatori abbiano posizionato organi e visceri del nostro organismo a livello dell'iride.

Abbiamo di fronte a noi la parte anteriore dell'occhio: le palpebre delimitano il campo della nostra osservazione e vediamo bene la sclera che circonda l'iride, l'iride stessa divisa in due settori circolari dal bordo della corona, e infine la pupilla.

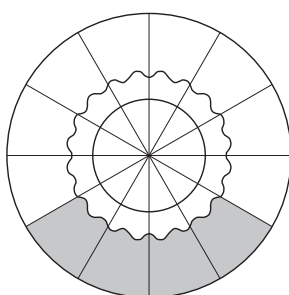
Ora, per comprendere con facilità la mappa, cioè la rappresentazione generale sull'iride, dobbiamo immaginare il cerchio irideo come un quadrante dell'orologio, diviso in dodici settori corrispondenti alle ore. Tracciamo quattro linee che partono dal bordo dell'iride e vanno verso il centro della pupilla, fermandosi però sul bordo della corona. Queste quattro linee partono dalle ore 1.30, dalle ore 4.30, dalle 7.30 e infine dalle 10.30.

Si vengono così a delimitare quattro quadranti compresi fra il bordo dell'iride e il bordo della corona:

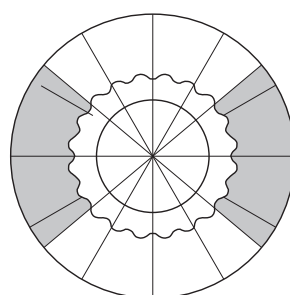
- uno in alto, chiamato frontale;
- uno in basso, chiamato ventrale;
- due laterali, definiti temporale (se dal lato esterno) e nasale (se dal lato interno).



Settore
frontale



Settore
ventrale



Settore
nasale e temporale

Nel settore frontale è collocato tutto il sistema nervoso centrale, nella parte intermedia trova posto il torace, la parte ventrale invece ospita gli organi addominali. Le tre cavità dell'organismo (cavità cranica, toracica e addominale) trovano quindi collocazione sull'iride.

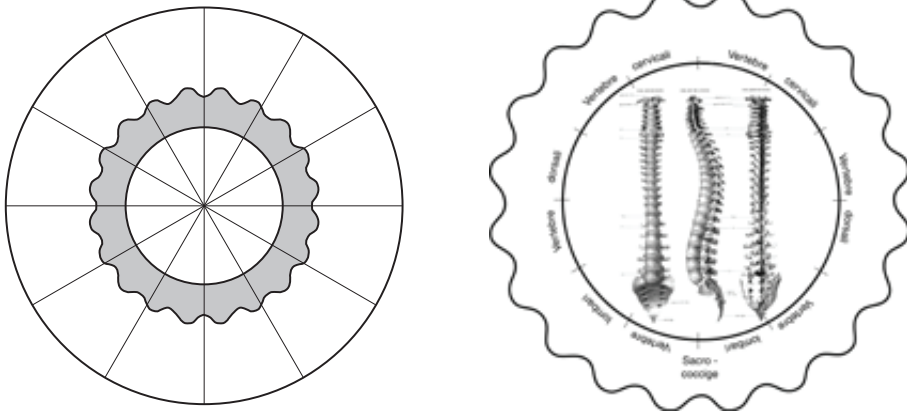
Si può notare come la cavità cranica, pur volumetricamente inferiore, trovi pari dignità di rappresentazione ospitando la struttura più importante e che più qualifica l'uomo, facendolo distinguere dagli altri animali: l'encefalo.

Questi settori naturalmente vengono ulteriormente divisi per far posto alle varie componenti dei tre apparati considerati.

Completiamo ora la mappa inserendo i visceri addominali all'interno del bordo della corona: lo stomaco occupa l'anello a ridosso della pupilla e l'intestino tenue e crasso si trovano fra l'anello gastrico e il bordo della corona.

Un'altra proiezione fondamentale è quella della colonna vertebrale che, secondo le indicazioni del dottor Rizzi, viene posizionata sul bordo della pupilla:

- la prima vertebra cervicale si trova alle ore 12 e la parte terminale della colonna, il sacro-coccige si trova alle ore 6;
- la colonna si proietta sia sul lato temporale che su quello nasale;
- i vari segmenti (cervicale, dorsale e lombare) coincidono con le proiezioni esterne del SNC, del torace e dell'addome.



La mappa iridologica permette di identificare quindi la disposizione degli organi nell'iride. Questa non va vista rigidamente, è un'approssimazione che tiene conto di esperienze collettive; ancora oggi molti studiosi stanno lavorando all'elaborazione della mappa. Si distinguono una mappa circolare e una a settori.

Mappa circolare

L'iride si può dividere in tre parti:

- zona pupillare;
- collaretta;
- zona ciliare.

L'iride si può dividere in sette anelli, due pupillari e cinque ciliari:

1. stomaco;
2. intestino;
3. endocrino;
4. organi, parte profonda;
5. organi, parte più superficiale;
6. linfatico, circolatorio;
7. pelle.

Si può immaginare l'iride come un sistema fluido, vedendo le funzioni. Due anelli pupillari:

- digestione;
- assorbimento del nutrimento.

Si possono individuare cinque anelli ciliari:

- trasporto e distribuzione: ghiandole, umori;
- utilizzazione delle sostanze;
- detossificazione;
- eliminazione.

Nella maggior parte dei casi è difficile separare la zona gastrica da quella intestinale. Questa dovrebbe arrivare fino a un cerchio immaginario situato a un terzo di distanza dalla pupilla e ai due terzi dell'estremità periferica dell'iride. Qualsiasi dilatazione rispetto a questo indica una dilatazione intestinale, qualsiasi contrazione segnala una contrazione intestinale anche se si devono tenere presenti, innanzitutto, le dimensioni della pupilla.

Mappa a settori

Per localizzare un segno irideo in modo preciso è necessario un sistema di riferimento. A questo scopo è stato adottato il quadrante di un orologio. Lo spazio tra un'ora e l'altra indica un settore definito entro il quale saranno descritte parti del corpo, in base a una sintesi di varie mappature redatte nel corso di decenni di osservazioni e di studio. Gli organi doppi appaiono in entrambe le iridi, mentre i singoli appaiono nell'iride corrispondente; ad esempio la milza

è a sinistra nel corpo e perciò appare nell'iride sinistra, il cuore nel centro-sinistra e perciò appare in entrambe le iridi ma con prevalenza a sinistra.

Purtroppo in realtà non sempre le cose sono precise e si deve considerare una certa tolleranza nelle posizioni degli organi, poiché essendo ogni individuo unico e originale, potrebbe contenere una sfasatura di posizione dovuta, ad esempio, a un prollasso d'organo. Tutt'oggi esiste ancora qualche controversia su alcune posizioni, anche perché sono necessari ulteriori studi statistici su campioni molto più numerosi di popolazione. È necessaria una certa esperienza prima di poter emettere una "diagnosi" su un organo poiché vanno considerate attentamente anche le sovrapposizioni d'organo in alcuni settori.

È quindi importante memorizzare al meglio le posizioni degli organi e delle ghiandole più importanti. Le aree settoriali sono sempre da mettere in relazione con la topografia circolare dell'iride (anello della cute, zona ghiandolare, corona, ecc.).

Settore cerebrale

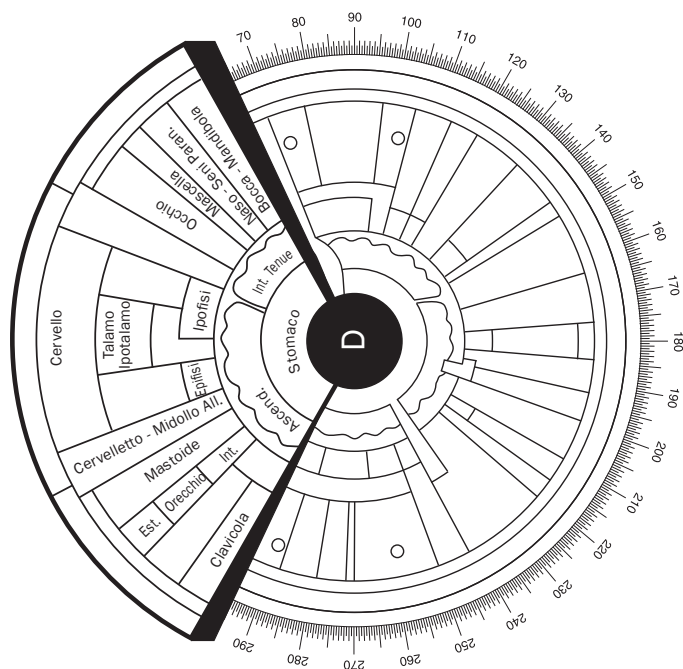
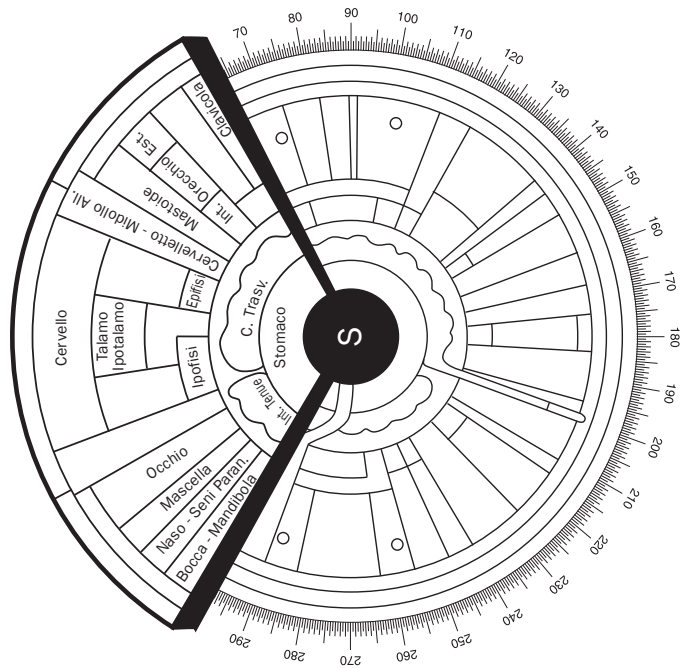
Il settore della testa è, relativamente, il più ampio di tutti, estendendosi in entrambe le iridi dalle ore 10.30 all'1.30 a destra e dalle ore 1.30 alle 10.30 a sinistra.

Le varie componenti del sistema nervoso centrale sono proiettate in tale settore seguendo una topografia anatomica, con l'occhio che si posiziona verso le ore 2 a destra e le ore 10 a sinistra e l'orecchio che invece viene proiettato dal lato temporale verso le 10 a destra e le 2 a sinistra.

In questo settore la proiezione dei lobi cerebrali avviene seguendo una visione laterale: lobo frontale nella zona nasale, lobi temporale e parietale in zona mediana e lobo occipitale con il cervelletto nella rimanente parte temporale.

Ipotalamo, ipofisi ed epifisi si posizionano intorno alle ore 12 con l'ipotalamo alle 12 e, accanto, l'ipofisi dal lato nasale e l'epifisi verso il lato temporale.

Un oscuramento nel settore cerebrale indica difficoltà di circolazione (giramenti di testa, stanchezza). Linee bianche o schiarimenti indicano nevralgie e lo stesso indicano gli archi nervosi se presenti. I raggi solari che tagliano la corona indicano cefalee da problemi gastrici. Altri raggi anche fuori dal settore, indicano rischio di esaurimento nervoso. I raggi maggiori (che partono dall'OPI) interessano il sistema nervoso centrale mentre i raggi minori (dalla corona) interessano il sistema nervoso vegetativo.



Settore toracico

Cuore

I segni del cuore sono sempre addossati alla corona nell'iride sinistra fra le ore 2.15 e le 3 e riflettono il lato arterioso. Alle ore 2 c'è l'aorta. Una piccola parte è situata anche nell'iride destra alle ore 10, sempre contro la corona, e riguarda il lato venoso.

Una linea bianca sottile e ondulata indica nevrosi cardiaca (sempre più diffusa a causa dello stress). Linee più scure indicano vecchi disturbi. Oscuramenti, lacune e sbiancamenti indicano debolezza cardiaca. Una lacuna aperta indica ipertrofia del muscolo cardiaco. Punti neri possono indicare infarto, soprattutto se numerosi alle ore 3 contro la corona. Un arco lipoideo sulla siepe alle ore tre può indicare una sclerosi coronarica. Vi è sindrome di Roemheld se la siepe invade il settore fra le 2 e le 4. Il cuore è impedito da un diaframma alto.

La presenza contemporanea, in zona, di un anello nervoso, trasversali, radiali scure, allargamento della siepe e hippus, è segno di infarto. Inoltre un'evidente trasversale vascolarizzata anche solitaria, può indicare infarto. Un batuffolo bianco indica un'infezione reumatica del muscolo cardiaco. Degli esagoni indicano atrofia incipiente mentre il segno "cuneo nero" è un pericoloso segnale di possibile morte improvvisa.

Apparato respiratorio

Le vie respiratorie vanno a coprire tutto lo spazio che non è occupato dagli altri organi toracici. Il naso, la bocca, le tonsille, la laringe, la faringe e la trachea risiedono nella zona nasale delle iridi, intorno alle ore 2 a destra e alle ore 10 a sinistra.

I bronchi sono situati alle ore 9 a destra e alle ore 3 a sinistra presso la corona.

I polmoni si situano negli stessi settori e li occupano dalle 9 alle 10 a destra e dalle 2 alle 3 a sinistra. Le lacune indicano debolezza costituzionale. Trasversali o tofi bianchi indicano tendenza asmatica e allergica. Fibre argenteo e radiali deviate e chiare indicano patologie acute. Un iscurimento dei colori indica deossigenazione del tessuto polmonare.

Mammella

La mammella viene "letta" in tutto l'ambito toracico. Le vecchie mappe localizzavano tale organo nel settore inferiore toracico, però si è visto che nelle donne in età post-puberale segni relativi a problemi mammari si possono evidenziare in tutto il settore toracico. Difetti e segni perifocali come radiali e trasversali e pigmenti puntiformi possono indicare cisti, noduli ed eventuali processi degenerativi.

Legenda

EF	Estratto fluido
ES	Estratto secco
MG	Macerato glicerico
OE	Olio essenziale
TM	Tintura madre

9

Iridologia e rimedi

Attraverso l'analisi dell'iride è possibile raccogliere un insieme di dati che, uniti alle informazioni raccolte attraverso l'anamnesi personale attuale e remota e all'anamnesi familiare, consentono di tracciare un quadro generale dell'individuo e quindi di poter consigliare dei trattamenti e dei rimedi al fine di correggere tendenze patologiche e prevenire disagi e disturbi. Se invece sono già presenti dei sintomi, questi possono essere messi in relazione con il "terreno individuale" del soggetto su cui è sempre indicato intervenire.

In campo naturopatico si può spaziare molto, da indicazioni sullo stile di vita, a trattamenti corporei, consigli alimentari e rimedi a base di sostanze naturali di vario genere: oligoelementi, vitamine, minerali, integratori, piante officinali, oli essenziali, essenze floreali, acque vibrazionali, rimedi omeopatici e organoterapici.

Fin dall'antichità la natura è stata madre e maestra per l'essere umano, pronta a mettere a disposizione dell'uomo malato e sofferente moltissime risorse e possibilità. Dalle vecchie ricette della nonna che spesso funzionano molto bene, fino ai sofisticati rimedi delle nuove ricerche, ormai abbiamo a disposizione una grandissima varietà di sostanze che possono essere di aiuto sia in fase preventiva che in condizioni patologiche.

Questo testo non pretende di essere esaustivo in tal senso, rimandando a manuali più dettagliati a seconda della metodica o del tipo di rimedio scelto, ma vuole essere una prima indicazione generale su come muoversi grazie alle indicazioni fornite dai segni dell'iride.

COSTITUZIONE LINFATICA

Le predisposizioni patologiche riguardano soprattutto le strutture mucose, sierose e il sistema linfatico.

1. Apparato digerente

La mucosa differisce come aspetti strutturali a seconda della zona e della funzione che deve svolgere. Le patologie che colpiscono le mucose (mucositi) assumono un nome diverso a seconda della localizzazione del processo infiammatorio e quindi, ad esempio, per l'apparato digerente avremo stomatiti, esofagiti, gastriti, duodeniti, enteriti, coliti, proctiti, ecc.

FITOTERAPIA

Malva e Altea

Secondo Jean Valnet sono le due piante di base ogni qualvolta ci sia un processo infiammatorio a carico dell'apparato digerente. La loro azione antinfiammatoria è dovuta al contenuto di una abbondante quantità di mucillagine, composta di acqua e sostanze proteiche, caratterizzata da una elevata capacità assorbente e decongestionante.

Si utilizzano dopo estrazione acquosa a caldo (decotto) oppure, secondo alcuni, anche con estrazione a freddo (si lasciano in questo caso a bagno in acqua fredda tutta la notte).

Bocca

Le infiammazioni della mucosa orale sono dette stomatiti.

OLIGOELEMENTI

Bismuto (Bi) e Rame (Cu)

Presentano un'azione antibatterica e antinfiammatoria.

Zinco (Zn)

Sostiene il connettivo in caso di ulcere orali che guariscono con difficoltà.

FITOTERAPIA

Ontano nero MG

Agisce come antinfiammatorio in fasi acute con edema, arrossamento, gonfiore.

Ribes nero MG

È un antinfiammatorio in caso di infiammazioni persistenti.

Caprifoglio MG

È utile per la guarigione delle ulcere in cui persiste uno stato infiammatorio cronicizzato, soprattutto originato da processi infettivi.

Ligustro MG

È antinfiammatorio e rigenerante delle mucose orofaringee.

Salvia foglie

Si fa bollire per 5 minuti circa una manciata di foglie in mezzo bicchiere di vino bianco e mezzo litro di acqua, si lascia raffreddare per mezz'ora circa prima di utilizzarla. Si possono fare sciacqui e applicazioni locali sulle afte, anche nei bambini.

Rosa petali

Si applicano freschi o come miele rosato.

Calendula TM

Pianta antinfiammatoria, antisettica, cicatrizzante.

OMEOPATIA

Borax 5 CH

Tratta le ulcere e le afte delle mucose orali, tratta anche il mugugno.

Stomaco

La mucosa dello stomaco presenta caratteristiche complesse in quanto, oltre alla funzione protettiva, svolge anche quella di produrre acido cloridrico e proenzimi digestivi (pepsinogeno). Il muco qui svolge un ruolo fondamentale di protezione delle pareti gastriche dall'azione aggressiva dell'acido cloridrico e degli enzimi proteolitici. Se la mucosa non produce muco in modo adeguato si creano delle gastriti e delle ulcere gastro-duodenali.

OLIGOELEMENTI

Manganese (Mn)

È efficace per i disturbi gastrici con iperacidità e bruciori di stomaco in soggetti nervosi e iperattivi.

Manganese-Cobalto (Mn-Co)

È l'oligoelemento della diatesi distonica. Questa è caratterizzata da stanchezza progressiva durante la giornata, avvertita particolarmente alle gambe. Il sonno è difficoltoso e può essere interrotto da frequenti risvegli, è poco riposante. Tipica è l'ansietà cronica, l'iperemotività, a volte accompagnata da tendenze depressive, pianto immotivato, tendenza a ingigantire gli avvenimenti, talora panico e fobie. Il soggetto può soffrire di perdita di memoria passeggera. A livello gastrico possono essere presenti digestione difficile, dolori gastrici prima dei pasti, gastrite, ulcera gastrica e duodenale.

Bromo (Br)

È utile nei casi di forte distonia neurovegetativa con tensione e dispepsia.

FITOTERAPIA

Fico MG

Ha proprietà antidistonica, antispasmodica e sedativa del sistema nervoso vegetativo, con particolare tropismo per l'asse cortico-ipofisario-ipotalamico, regola le turbe distoniche della motilità gastro-duodenale, corregge le somatizzazioni a livello del tubo digerente.

Ontano nero MG

Ha proprietà antinfiammatorie sulle mucose digestive, stimola la corteccia surrenale e migliora l'umore. Si utilizza nell'ulcera gastro-duodenale abbinato a Fico MG e talora a Mirtillo nero MG.

Ribes nero MG

Ha un'azione antinfiammatoria in presenza di tendenze ulcerose.

Ligustro MG

Ha un'azione riparatrice sulle mucose.

Melissa TM

Ha un effetto sedativo, spasmolitico, antinausea, utile nelle dispepsie iper-

steniche, migliora lo stato psico-nervoso che spesso accompagna i disturbi digestivi.

Passiflora TM

Ha un effetto sedativo e spasmolitico in caso di eccessiva contrattilità gastrica, viene usata nelle dispepsie ipersteniche.

Peonia TM

È utile per gli spasmi gastrici in presenza di iperacidità.

Achillea TM

Per spasmi gastrici associati a ristagno biliare.

Zenzero TM

Ha un'azione antinfiammatoria gastrica e antinausea.

Trifoglio fibrino TM

Ha un'azione regolarizzante sulle secrezioni gastriche, digestivo, antinfiammatorio.

Angelica arcangelica TM

Riduce lo spasmo della muscolatura gastrica, il gonfiore gastrico, stimola la digestione nelle dispepsie iposteniche.

Genziana TM

Stimola la secrezione gastrica e la secrezione biliare, stimola l'appetito, è utile nelle dispepsie ipotoniche e iposecretive. Non si consiglia in presenza del segno iridologico di iperacidità (anello gastrico bianco).

Calendula TM

Ha un effetto cicatrizzante.

Liquirizia EF o succo

Ha un'azione antinfiammatoria e spasmolitica sulle mucose gastrointestinali, azione cicatrizzante. È controindicata nei cardiopatici, nei soggetti con importanti patologie renali ed epatiche, ipertensione o turbe idroelettrolitiche, in coloro che assumono diuretici perché provoca ipopotassiemia. Non è indicata per lunghi trattamenti. In tisana è un ottimo cicatrizzante, anche se in questo tipo di preparazione il contenuto di glicirrizina è relativo, deve essere usata con cautela nelle persone che soffrono di pressione alta.

Il segno iridologico che ci può sconsigliare il suo utilizzo è l'anello sodico: la sua presenza indica ritenzione di sodio e quindi in questo caso è meglio non utilizzare questa pianta.

Anice stellato tisana

È un buon digestivo (si possono aggiungere 2-3 “stelle” al caffè d'orzo).

Menta tisana

Anche la menta è da usare con attenzione perché stimola la secrezione acida e quindi prima di consigliarla si osserva l'anello gastrico: se appare bianco indica iperacidità/iperattività delle ghiandole che producono acido cloridrico e quindi è meglio evitare questo rimedio.

Malva e Altea macerate a freddo

Sono piante che producono mucillagini con effetto protettivo sulla mucosa gastrica, azione antinfiammatoria e cicatrizzante in caso di ulcera peptica.

Camomilla infuso

Mettere 3 cucchiaini da caffè di capolini di camomilla in 150 ml di acqua bollente e lasciarli in infusione per 15 minuti. Ha un'azione antinfiammatoria, spasmolitica, sedativa e cicatrizzante in caso di ulcera. È bene abbinarla ad altri rimedi.

Propolis compresse

Ha un'azione cicatrizzante pertanto è utile in caso di ulcera.

Aloe vera succo

È ottimo come cicatrizzante. Se il prodotto è un “succo concentrato” va diluito 1:6, un cucchiaino di succo e 6 di acqua (3 volte al giorno prima dei pasti). Se si utilizza semplicemente un “succo” (leggere bene l'etichetta) è già diluito.

Succo di patata e di cavolo

Un altro prodotto antiulcera è il succo di patata, ottenuto con centrifugazione della patata (mezzo bicchiere prima dei pasti). Anche il succo di cavolo fresco possiede ottime capacità cicatrizzanti.

OMEOPATIA

Magnesia carbonica 7 CH

Per la dispepsia acida.

Iris versicolor 9 CH

È utile in caso di bruciori intensi e vomito di succhi acidi.

Uno dei problemi che più frequentemente si riscontra a carico dello stomaco è la positività all'*Helicobacter pylori*. Vediamo di seguito i nostri suggerimenti.

OLIGOELEMENTI**Bismuto**

Si assumono 2 fiale al giorno.

OMEOPATIA**Bismutum pentarkan**

1 compressa al giorno associato all'omeopatico **Helicobacter pylori 9 CH** (10 gocce sublinguali 3 volte al giorno prima dei pasti).

INTEGRATORI**Alcabase o Basenpulver**

Per la correzione dell'acidità possono essere utilizzati prodotti a base di carbonato di calcio per alzare il pH (un cucchiaino dopo i pasti). Questi prodotti possono essere utilizzati in generale, anche come antiacidi.

FLORITERAPIA**Crowea**

Ha come bersaglio elettivo lo stomaco, ne riequilibra le funzioni. Sul piano psichico è indicato per le persone che non si sentono a posto con se stesse, sono fuori centro. Aiuta nella preoccupazione costante e nell'angoscia, è per coloro che si preoccupano sempre di qualcosa senza avere delle paure specifiche.

Crowea, Paw paw, Dog rose, Peach flowered tea tree

Questa miscela floreale agisce sui disturbi digestivi da causa psichica.

Aspen

Per le patologie dello stomaco dovute a stati d'ansia e a paure senza una causa precisa.

Holly

Se all'origine ci sono gelosia, rabbia.

ALIMENTAZIONE

I cibi che stimolano particolarmente la secrezione acida sono gli alcolici (liquori, vino e birra), i nervini (caffè, tè, cioccolato, fumo), le carni cotte a lungo sia in acqua che in forno (brodi di carne, arrosti, brasati, ragù, ecc.), le spezie. Per quanto riguarda gli agrumi è necessario ricordare che l'acido citrico aumenta l'acidità per cui, in fase di dolori gastrici e pirosi, è meglio evitarli. Il limone alcalinizza l'organismo, ma a livello di stomaco va ad aumentare l'acidità pertanto è da evitarsi.

Aumentano la secrezione acida anche tutti i cibi concentrati: zucchero, marmellate, scioppi, cibi molto salati.

Inoltre prove cliniche e sperimentali considerano di primaria importanza, rispetto all'ulcera peptica, le allergie alimentari. Uno studio ha evidenziato che il 98% dei pazienti con rilievo radiologico di ulcera peptica soffriva al tempo stesso di una patologia respiratoria di tipo allergico. Dal punto di vista clinico l'eliminazione dei cibi a cui i soggetti erano allergici è stata utilizzata con successo nel trattamento e nella prevenzione delle ulcere ricorrenti.

Molte persone che soffrono di gastrite o di ulcera si curano da sole bevendo latte, che è un alimento altamente allergenico. Il latte va evitato in tutti i soggetti che soffrono di ulcera peptica. Alcuni studi mostrano che più alto è il consumo di latte, maggiore è la probabilità di ulcera, poiché il latte aumenta significativamente la produzione acida. È bene anche evitare il pomodoro che acidifica la bile che a sua volta non neutralizza sufficientemente il pH acido a livello duodenale.

Un'alimentazione ricca di fibre riduce le ulcere peptiche, nei soggetti da poco guariti da ulcera duodenale riduce le recidive della metà. Questo dipende dalla capacità delle fibre di ritardare lo svuotamento gastrico. Dunque è importante un'abbondante presenza di sostanze vegetali nell'alimentazione quotidiana: cereali integrali o semintegrali e verdure.

In particolare è ben documentato che il succo di cavolo crudo è molto efficace nel trattamento delle gastriti e dell'ulcera peptica (questo studio è stato effettuato negli anni Cinquanta dal dottor Garnett Cheney della Stanford University). Tale ricerca ha dimostrato che un litro al giorno di succo fresco, in dosi frazionate, ha un effetto terapeutico in una decina di giorni. Si è dimostrato che l'alto contenuto di glutamina del succo è responsabile di tale efficacia.

Un'altra ottima ricetta del dottor Cheney suggerisce una tazza di cavolo verde (è il migliore ma va bene anche quello rosso), quattro coste di sedano, due carote, il tutto fresco e centrifugato.

Gli alimenti freschi sono importanti per il loro contenuto in vitamine e per il maggior apporto di energia vitale. Le vitamine A ed E inibiscono lo sviluppo delle gastriti e delle ulcere da stress e sono importanti per mantenere l'integrità della barriera mucosa; inoltre, come antiossidanti, prevengono l'attecchimento di germi patogeni, infine lo zinco incrementa la produzione di mucina. La vitamina A è contenuta nel cavolo, nelle carote, nei broccoli, nella zucca, nel melone, nelle albicocche. La vitamina E si può assumere attraverso l'olio di germe di grano, il germe di grano essiccato. I semi (sesamo, girasole, ecc.) sono molto ricchi di zinco.

È bene limitare l'apporto di proteine, in particolare di tipo animale, in quanto stimolano eccessivamente la secrezione gastrica. Le proteine animali, per essere digerite, hanno bisogno di un pH più acido rispetto a quelle vegetali. Per l'equilibrio della flora gastrointestinale è consigliabile inserire il miso, un alimento curativo, leggermente salato, a base di soia e un cereale fermentato, ottimo condimento per le zuppe e le minestre.

L'umeboshi, prugna salata e fermentata, grande riequilibrante dello stomaco, può essere aggiunta all'acqua di cottura di cereali e nelle zuppe, la purea di umeboshi può essere utilizzata per preparare delle salse da accompagnare alle verdure scottate (ottima mescolata con il tahin, che è burro di sesamo). In qualsiasi patologia dello stomaco sarebbe importante utilizzare questo alimento curativo.

Il colon

L'intestino tenue presenta poche patologie, i problemi maggiori compaiono invece al colon sia su base nervosa che tossica/infettiva, un'alterazione della flora intestinale può produrre sostanze irritanti come indolo e scatolo. Inoltre il colon è uno dei bersagli delle distonie neurovegetative. La colite è una patologia molto diffusa come anche il sintomo del meteorismo.

OLIGOELEMENTI

Manganese-Cobalto (Mn-Co)

È un oligoelemento specifico per il trattamento del terreno distonico con disturbi di tipo neurovegetativo, il suo utilizzo nella sindrome del colon irritabile è fondamentale, si abbina molto bene ai rimedi fitoterapici.

FITOTERAPIA

Argilla verde ventilata per uso alimentare

Si mette un cucchiaino di argilla in un bicchiere di acqua la sera e al mattino si beve solo l'acqua (sovrannatante); è bene continuare per almeno tre settimane, in questo modo si eliminano i gonfiori e l'infiammazione intestinale.

Per un utilizzo più sintomatico si prepara l'argilla con acqua tiepida, si possono aggiungere 1 goccia di OE Anice e 1 goccia di OE Finocchio, si lascia riposare pochi minuti e si assume dopo i pasti. Con questo rimedio si sfrutta la capacità assorbente dell'argilla nei confronti del meteorismo e la proprietà antimeteorica dei due oli essenziali. Si assume al bisogno.

Angelica tisana

Ottima per il meteorismo se unita a Malva, Altea, Anice e Finocchio.

Mirtillo rosso MG

È un prezioso rimedio per tutti i disturbi del colon, in particolare ne regola la funzionalità, ha un'azione di stimolo e di tonificazione in caso di inerzia, quindi nella fase della stipsi. Agisce in senso sedativo e spasmolitico in caso di ipertono nella fase di manifestazioni diarroiche.

Fico gemme MG

È il macerato più importante nel mantenimento dell'omeostasi e dei ritmi psico-biologici, ha proprietà antidistonica, antispasmodica e sedativa del sistema neurovegetativo, con particolare tropismo per l'asse cortico-ipofisario-ipotalamico.

Fico radichette MG

La sua attività è particolarmente incentrata sulla regolazione del tono neurovegetativo intestinale, pertanto regolarizza le secrezioni e la peristalsi intestinale, ed è utile in caso di stipsi.

Tiglio MG

È una sorta di ansiolitico privo di effetti collaterali: utile come sedativo e antispasmodico, modula l'ipereccitabilità (iride con disposizione vegetativo spastica).

Quercia MG

Utile nelle stipsi da atonia intestinale (vedi nell'iride la zona del colon dilatata), è molto efficace l'aromatintura che si ottiene aggiungendo alla Quercia MG

da 50 ml OE di Copaiba 10 gocce, OE di Sedano 10 gocce, OE di Salvia sclarea 10 gocce. Talora si aggiunge anche OE di Curcuma 10 gocce, se oltre all'atonìa vi è un disturbo di tipo epatico (vedi nell'iride la presenza di segni nell'area epatica, oppure macchie marroni sulla zona colon).

Magnolia officinale gemme MG

Questo gemmoterapico è attivo nelle turbe funzionali gastroenteriche da alterata motilità, nel meteorismo, nelle disbiosi intestinali e nella costipazione.

Potentilla TM

Antidiarroico e spasmolitico, è indicato in presenza di crampi addominali e di feci liquide.

Camomilla TM

Nota soprattutto come tranquillante, è interessante per prevenire le complicazioni infiammatorie e per riequilibrare l'assetto dei simbionti (flora batterica).

Melissa TM

Ha un'azione spasmolitica e carminativa. È un buon tranquillante, attraverso la modulazione del substrato psico-nervoso rimedia la tensione nervosa originata dall'ansia, dall'emotività e dallo stress che si localizza a livello gastro-intestinale.

Angelica TM

Ha un'azione spasmolitica sulla muscolatura gastrica e intestinale, inoltre riduce le tendenze fermentative intestinali e l'aerofagia.

Orzo (mucillagine)

La mucillagine d'orzo ha proprietà emollienti, è particolarmente adatta nei disturbi funzionali del colon, nelle disbiosi (alterazioni della flora) e nelle infiammazioni della mucosa intestinale, risolve le patologie dovute all'eccessiva stenìa delle mucose intestinali di origine costituzionale, psicosomatica, iatrogena (dovuta a farmaci, in questo caso da abuso di lassativi).

Malva (mucillagine)

Ha un'azione emolliente, antinfiammatoria e decongestionante su tutte le mucose dell'apparato gastroenterico.

Psillio

Le mucillagini dello psillio richiamano acqua, lo rendono efficace sia in caso

di stipsi che di diarrea, in un caso idrata le feci, nell'altro assorbe l'eccesso di liquido contenuto nel lume intestinale.

Rabarbaro

È utile per la stipsi con eccesso di calore interno che asciuga le feci.

Clorofilla

La clorofilla è il pigmento verde contenuto nei cloroplasti delle foglie e delle parti giovani del fusto dei vegetali e, in presenza di luce, permette il processo della fotosintesi. Oltre a una funzione emopoietica (aumenta i globuli rossi del sangue), ha un'ottima funzione disintossicante e rivitalizzante sulla mucosa dell'intestino; disinfiamma, purifica, porta sollievo nei disturbi funzionali del colon, tonifica l'intero organismo. In particolare la forma spagirica agisce nei disturbi del colon di origine psicosomatica e in generale da stress.

Mirtillo succo

È utile in caso di feci molli e diarrea, ha un'azione astringente e antisettica.

OMEOPATIA

Ignatia 9-15 CH, Cuprum 7 CH

Agiscono sull'aspetto sintomatico, il primo per le coliti di origine nervosa (distonie neurovegetative) e il secondo per gli spasmi colitici.

Nux vomica 9 CH

È efficace per la stipsi con stimolo inefficace o per abuso di lassativi.

FLORITERAPIA

Si preferisce **Rock Water** per la stipsi e **Gentian** per la diarrea.

Flower's Energy 11

La miscela floreale Flower's Energy 11 è adatta a tutti i problemi intestinali.

ALIMENTAZIONE

Per quanto riguarda la sindrome del colon irritabile, che è una delle problematiche intestinali più frequenti, benché all'origine vi siano la tensione psichica e gli squilibri emotivo-viscerali, va comunque evidenziato come l'alimentazione rivesta un ruolo notevole nel prevenirla e nel curarla. Gli alimenti industriali,

elaborati chimicamente e addizionati con sostanze conservanti e coloranti, sono nemici del colon tanto quanto l'abitudine di consumare pasti asciutti e freddi, peggio ancora se frettolosamente, in piedi, parlando di lavoro.

È importantissimo non introdurre cibi che producano un eccesso di gas il quale, causando l'iperdistensione del colon, può innescare o peggiorare la sintomatologia. Occorre inoltre evitare alimenti quali carni, insaccati, formaggi, uova, alcool, tè, caffè che accrescono la secrezione di muco e/o riscaldano eccessivamente i visceri, determinando un aumento della temperatura intestinale.

In generale, il cibo di origine animale ha bisogno di un tempo di digestione più lungo rispetto a quello di origine vegetale, per di più richiama un maggiore afflusso di sangue alla mucosa viscerale, facilitando così l'insorgenza di processi infiammatori. L'unico consigliabile è il pesce, e in particolare il pesce azzurro, perché meno riscaldante e inoltre ricco di grassi insaturi, ottimi per la salute della mucosa intestinale.

I legumi sono da evitare, in quanto producono fermentazione in questi soggetti già ipersensibili, in particolare nei periodi di acuzie. In assenza di sintomi, si possono consumare lenticchie rosse decorticate o legumi passati (in quanto è eliminata la buccia). In linea di massima, i legumi vanno cotti con un pezzettino di alga kombu che, oltre a ridurre i processi di fermentazione, contiene mucillagini e nutrienti utili per la mucosa del colon.

Sono assolutamente da evitare il latte vaccino e i derivati che infiammano l'intestino e aumentano la secrezione di muco. Tra le verdure è bene evitare, nei periodi critici, i cavoli, i cavoletti, le cipolle cotte. Quanto alla frutta, sono sconsigliate le albicocche, l'uva, le banane, la frutta secca. Tra gli integratori è da bandire il lievito di birra e da preferire il germe di grano. Tra le spezie sono sconsigliabili quelle più piccanti.

L'alimentazione corretta consiste nel consumo di cereali integrali, verdure, pesce, proteine vegetali quali tofu e tempeh (prodotti ottenuti dalla lavorazione della soia), seitan (glutine di grano) in minore quantità, poca frutta, una piccola quantità di alghe, semi oleosi (sesamo), zuppe di miso (prodotto fermentato derivato dalla soia). Nei periodi in cui i sintomi sono più acuti e prevale la diarrea è meglio consumare cibi semintegrali, creme di cereali, zuppe di miso, le verdure che sono tollerate. Si raccomanda inoltre di bere acqua minerale naturale e tè bancha e di evitare invece le bibite gassate e il vino.

In generale, vanno ridotti i cibi eccessivamente yin (che tendono a gonfiare, a dilatare il colon) e quelli eccessivamente yang (che lo scaldano e l'infiammano).

La sintomatologia è estremamente alternante, in quanto si va dalla stipsi alla diarrea. Va quindi ricercata una sorta di equilibrio tra le due tendenze opposte di trattenere e di scaricare.

Se ciò è vero a livello simbolico e psicologico, è altrettanto vero anche sul piano alimentare, in cui gli eccessi in un senso o nell'altro si rivelano deleteri. Ecco perché, in questa sindrome più che mai, l'alimentazione deve essere bilanciata, equilibrata: occorre trovare la "via di mezzo" tra cibi e sapori, cosicché non risultino troppo salati o piccanti o dolci o amari o aspri, non diano né troppo fuoco né troppo freddo. Lo stesso dicasi anche per un altro aspetto fondamentale, il tipo di cottura degli alimenti, che non dovrà essere né estremamente yang né troppo yin.

Cotture dall'estremo yang all'estremo yin

Fritto → Piastra → Forno → Saltato → Scottato → Stufato → Bollito

È evidente che i fritti saranno da sconsigliare, così come la verdura bollita. Saranno certamente da preferire le verdure appena scottate (tuffate a pezzetti nell'acqua salata che bolle e tolte appena l'acqua ricomincia a bollire) o saltate in padella con un pizzico di sale e, subito dopo, con l'aggiunta di poco olio. Bene, ogni tanto, anche le verdure cotte al forno.

La "cucina bilanciata" porterà equilibrio non solo a livello intestinale, ma anche nella psiche, che potrà calmarsi e osservare con più distanza e lucidità le problematiche quotidiane e le situazioni interiori non ancora risolte.

In caso di stitichezza, l'alimentazione è sempre il punto di partenza. La maggior parte delle persone consuma cibi raffinati e alimenti industriali, lo zucchero è in eccesso e le bevande gassate sostituiscono il naturale bisogno di bere acqua naturale. È importantissimo un aumento della fibra alimentare nel trattamento della stitichezza cronica. Le fonti alimentari di fibre sono verdure (45%); cereali integrali e legumi (35%); frutta (20%). Le fibre si distinguono in insolubili e solubili. Le prime sono la cellulosa contenuta nei cereali integrali, nella crusca di grano, nelle verdure; l'emicellulosa contenuta nei cereali integrali, nella crusca d'avena, nelle verdure; la lignina contenuta nei cereali integrali e nelle verdure legnose.

Le seconde sono le pectine contenute nella frutta, in particolare nella buccia di mele e agrumi e nelle verdure; le gomme contenute nei legumi e nell'avena; le mucillagini contenute nei legumi, nell'avena, nei semi (nello strato più interno: endosperma); i polisaccaridi algali contenuti nelle alghe.

Le fibre insolubili richiamano acqua, aumentano la massa fecale e stimolano la motilità intestinale, risolvendo la stitichezza cronica. Le fibre solubili, richiamando acqua, formano una sorta di gel vischioso che regolarizza il transito intestinale e sono utili sia in caso di diarrea che di stitichezza. Inoltre le fibre sono un ottimo substrato per la fermentazione batterica a livello del colon e pertanto consentono il mantenimento di un'efficiente flora batterica

intestinale. È stato stimato che l'assunzione di fibra dovrebbe essere di 0,5 g/kg (30-40 g) al giorno.

Molti cercano di risolvere il problema continuando a consumare farine bianche che poi integrano con un po' di crusca. Questo ha poco senso in quanto non si raggiungerà mai l'equilibrio che la natura ha previsto. Inoltre, nel cibo integrale non sono presenti solo le fibre ma anche le vitamine, gli aminoacidi e i minerali che con la raffinazione vanno persi. Infine, il consumo di crusca riduce l'assorbimento di alcuni minerali, cosa che non avviene consumando cibo integrale.

In particolare, vi sono degli alimenti che hanno proprietà regolatrici a livello intestinale: tutti i cereali integrali e biologici (soprattutto l'orzo, l'avena e il riso), pane integrale, minestre e zuppe, la zuppa di miso (prodotto fermentato a base di cereali e soia) ripristinano la flora intestinale. I legumi possono essere passati, se vi sono problemi di flatulenza. Ottime sono le verdure a foglia verde, quali porri, cavoli, ecc., così come la frutta fresca e cotta, come kiwi, cachi, fichi, prugne secche e mele cotte.

Inoltre, gli oli hanno proprietà lubrificanti e lenitive, tra questi ricordiamo l'olio di oliva e l'olio di lino che hanno anche un effetto antinfiammatorio sulla mucosa intestinale.

Vanno dunque evitate le farine bianche, i cibi raffinati, lo zucchero bianco, le bevande gassate, gli insaccati, la carne, i formaggi, il cacao, il cioccolato, il tè, il caffè.

È importante anche bere molta acqua, almeno 1,5 litri al dì, abbondando soprattutto il mattino a digiuno, preferire cibi freschi e cucinati da poco, masticare bene, pranzare in un'atmosfera serena, senza fretta, cenare almeno due ore prima di coricarsi. In caso di stitichezza è bene bere dell'acqua con un residuo fisso relativamente alto, quindi le acque minerali. Le acque si dividono in oligominerali e minerali e si distinguono in base al valore del residuo fisso a 180°C (indicato su tutte le etichette). Le oligominerali sono iposmotiche, da utilizzare per urinare perché vengono assorbite rapidamente ed eliminate dai reni. Vanno dunque bene se si necessita di potenziare la diuresi, per disintossicare. Per la stitichezza è più opportuno scegliere un'acqua minerale con residuo fisso superiore ai 300 e meglio ancora le magnesiache. I sali di magnesio non vengono assorbiti, trattengono acqua e rendono le feci morbide, in modo che possano essere eliminate più facilmente. Queste acque possono essere molto forti per cui si suggerisce di utilizzarle diluendole (due cucchiaini di acqua magnesiacca in un bicchiere di acqua normale).

Inoltre, è bene praticare attività fisica almeno per venti minuti tre volte alla settimana, rafforzare il torchio muscolare addominale, recarsi alla toilette a ore fisse e senza fretta, anche non in presenza di stimolo e soprattutto ogni

Bibliografia

- AA.VV., *Glossario oftalmologico*, Edizioni Connect Graph, Roma, 1999
- Angerer Josef, *Handbuch der augendiagnostik*, Edizioni Marcell, Monaco (Germania), 1984
- Assaggioli Roberto, *Principi e metodi della psicosintesi terapeutica*, Casa Editrice Astrolabio, Roma 1973
- Batello Celso, *Iridologia e irisdiagnose*, Edizioni Ground, Edizioni San Paolo, 1999
- Bourdiol René J., *Traité D'Irido Diagnostic*, Maisonneuve et Larose, Parigi (Francia), 2004
- Broy Joachim, *Die Konstitution*, Edizioni Marcell, Monaco, 1986
- Costacurta Luigi, *L'Iridologia*, Edizioni di Medicina Naturale, Conegliano, 1977
- De Bardo Boris, *Irido-Nevraxologie*, Edizioni B. De Bardo, Rueil Malmaison (Francia), 1974
- Deck Josef, *Differenzierung Der Iriszeichen*, Edizioni Hartman, Ettlingen (Germania), 1986
- Di Spazio Enzo, Torti Alfredo, *Il Terreno Diatesico in Iridologia*, Edizioni Ricciuto, Verona, 1990
- Ferrandiz Vicente, *Iridodiagnosis*, Edizioni Cedel, Barcellona (Spagna), 1970
- Fragnay Pierre, *Iridologia*, Edizioni Red, Como, 1981
- Gazzola Flavio, *Corso di Iridologia*, Edizioni De Vecchi, Milano, 1994
- Hauser Willy, *Corso di Iridologia sulle costituzioni*, Associazione Iridologica Italiana, Laces (BZ), 1999
- Jausas Gilbert, *L'Iridologie Rénovée*, Edizioni Maloine, Parigi (Francia), 1979
- Jensen Bernard, *The Science and Practice of Iridology*, B. Jensen, Los Angeles (USA), 1952
- Jensen Bernard, *Iridology: The Science and Practice in the Healing Arts*, B. Jensen, Escondido (USA), 1982
- Johnson Denny R., *What the Eye Reveals*, Rayid Publications, Boulder (USA), 1995

- Johnson Denny R., Cuffe Edith, *The Nature of the Birth Order: In the Family Tree*, Rayid Publications, Boulder (USA), 2002
- Liuzzi Luciano, Bartoli Franco, *Manuale di oftalmologia*, Edizioni Minerva Medica, Torino, 1974
- Lo Rito Daniele, *Lo spazio dell'uomo*, Edizioni Xenia, Milano, 1998
- Lo Rito Daniele, Birello Lucio, *Manuale di iridologia di base*, Edizioni Xenia, Milano, 2004
- Lo Rito Daniele, Birello Lucio, *Iridologia del profondo*, Edizioni Enea, Milano, 2007
- Lo Rito Daniele, Birello Lucio, *La salute dagli occhi*, Edizioni Xenia, Milano, 2007
- Lo Rito Daniele, Birello Lucio, *Iridologia Naturopatica*, Edizioni Enea, Milano, 2008
- Magnano Sebastiano, *Iridologia psicologica*, Edizioni Farnesiana, Piacenza, 1993
- Markgraf Anton, *Bilderatlas Der Augendiagnose*, Edizioni Selbstverlag, Bad Lauterberg (Germania), 1972
- Nuti Giovanni, *Trattato di Iridologia comparata*, Tecniche Nuove, Milano, 2001
- Ratti Emilio, *Iridologia. L'occhio, specchio del corpo e della mente*, Associazione Iridologica Italiana, Laces (BZ), 2001
- Rizzi Siegfried, *Iridologia, Il metodo diagnostico del futuro*, Associazione Iridologica Italiana, Laces (BZ), 1983
- Rizzi Siegfried, *Iridologia, il rimedio dall'iride*, Associazione Iridologica Italiana, Laces (BZ), 1998
- Sharan Farida, *Iridology: A Complete Guide to Diagnosing Through the Iris and to Related Forms of Treatment*, Thorsons, Wellingborough (Regno Unito), 1989
- Smith Kianna, *Iridology A Handbook*, Edizioni Serenity Enterprises, New York (USA), 2000
- Wolf Hirschhorn, *Manuale di istruzione per l'analisi dell'iride*, Progetto Salute, Urbino, 1989

Dal 2005 Edizioni Enea collabora insieme a Scuola SIMO con un obiettivo preciso: fornire contenuti di qualità per promuovere la salute di corpo, mente e spirito.

Pubblichiamo libri destinati a naturopati e operatori della salute, ma anche a semplici appassionati e curiosi.

Ci occupiamo di scienza ma anche di spiritualità, integrando i più grandi insegnamenti di Oriente e Occidente.

Guardiamo alle grandi tradizioni mediche del passato e ci apriamo alle più innovative proposte nel campo della medicina olistica.

www.edizionienea.it

www.scuolasimo.it

Lucio Birello, medico-chirurgo, esperto in omeopatia, fitoterapia e medicina tradizionale cinese, fa parte del comitato direttivo dell'Associazione Iridologica Italiana. Tra le sue pubblicazioni ricordiamo *Iridologia di base* (Xenia), *Iridologia del profondo* (Edizioni Enea).

Daniele Lo Rito, otorinolaringoiatra, esperto in agopuntura, omeopatia e iridologia, ha scoperto il cronorischio e lo spaziorischio, cioè la possibilità di leggere il tempo e lo spazio dell'uomo attraverso l'iride. Tra le sue pubblicazioni ricordiamo *Iridologia di base* (Xenia), *Iridologia e fiori di Bach* (Xenia), *Iridologia del profondo* (Edizioni Enea), *L'Iridologia proiettata nella dimensione spazio-temporale* (Edizioni Enea), *Iridologia e Ayurveda* (Edizioni Enea).

Catia Trevisani si laurea in medicina nel 1988 presso l'Università degli Studi di Milano; contemporaneamente approfondisce e pratica la medicina olistica. Ha fondato e dirige dal 1995 la Scuola SIMO (Scuola Italiana di Medicina Olistica). Da oltre vent'anni si occupa della formazione di naturopati con un approccio olistico e globale alla persona e alla salute. Pratica come medico naturopata e promuove la medicina olistica attraverso corsi e libri. Tra le sue pubblicazioni ricordiamo *Curarsi con il cibo* (Terra Nuova), *Fiori di Bach e naturopatia* (Edizioni Enea), *Reflessologia naturopatica* (Edizioni Enea), *Scegli di splendere* (Edizioni Enea).

In copertina: © Chepko Danil Vitalevich / shutterstock
Art Direction: Camille Barrios / ushadesign

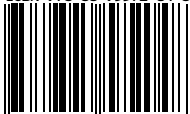
€ 30,00

L'iridologia è una disciplina più che mai olistica.
In una così piccola parte del nostro corpo, iride e sclera,
possiamo osservare il tutto: non solo le condizioni fisiche,
psicologiche, emotive ed energetiche dell'individuo, ma anche
gli aspetti e le predisposizioni ereditati dalla famiglia.

Imparare i segreti dell'iridologia significa scoprire
uno dei tanti e affascinanti linguaggi della natura
che parla attraverso il nostro corpo.

Un manuale per il naturopata iridologo che necessita
di uno strumento completo, maneggevole e di pratico
utilizzo, comprensivo dei programmi di benessere
più consoni ai diversi quadri iridologici.

ISBN 978-88-95572-04-8



9 788895 572048 >