



Hubert Bösch

# OMEOPATIA DOMESTICA

Manuale pratico per tutta la famiglia



humus

# INDICE

Prefazione ..... 6

## *Prima Parte*

### **OMEOPATIA: TEORIA E PRATICA..... 9**

Breve storia  
dell'omeopatia..... 10

La moderna  
visione omeopatica..... 12

Le basi dell'omeopatia..... 19

La centralità della persona .... 25

I rimedi omeopatici ..... 30

Preparazione domestica  
di rimedi omeopatici  
efficaci ..... 38

La cura omeopatica ..... 42

La prevenzione  
con l'omeopatia..... 58

Omeopatia  
per animali e piante ..... 62

## *Seconda Parte*

### **REPERTORIO CLINICO ..... 67**

Allergie ..... 74

Apparato urinario ..... 79

Articolazioni..... 83

Ascessi ..... 85

Bocca e denti ..... 87

Bronchi e polmoni..... 90

Circolazione e sangue..... 94

Crampi e spasmi ..... 100

Crescita ..... 103

Dolori muscolari ..... 105

Ernia ..... 108

Febbre, malattie infettive ..... 110

Fegato e cistifellea ..... 113

Fistole ..... 117

Gola ..... 119

Gravidanza e parto..... 123

Intestino..... 128

Insonnia e  
sonno disturbato ..... 135

Mal d'auto ..... 137

Mal di testa ..... 139

Naso..... 142

Occhi ..... 147

Orecchie ..... 150

Organi riproduttivi  
femminili..... 153

Organi riproduttivi  
maschili..... 159

Pelle ..... 164

Punture, morsi..... 169

Reumatismi..... 171

Seno, allattamento..... 173

Stomaco ..... 177

Tosse ..... 181

Traumi ..... 184

## Terza Parte

### QUADRI DEI RIMEDI ..... 189

Come leggere i quadri dei rimedi .....	191
Aconitum .....	194
Apis.....	196
Arnica .....	198
Arsenicum album .....	200
Baryta carbonica.....	203
Belladonna.....	205
Bryonia .....	207
Calcarea carbonica .....	210
Cantharis .....	213
Causticum.....	215
Chamomilla .....	217
China .....	219
Cuprum .....	221
Ferrum.....	223
Ferrum phosphoricum.....	225
Gelsemium .....	226
Graphites.....	228
Hepar sulfuris.....	230

Ignatia.....	232
Iodium .....	234
Ipeca .....	236
Kalium carbonicum.....	238
Lachesis .....	240
Ledum .....	243
Lycopodium.....	245
Mercurius .....	248
Natrum muriaticum .....	251
Nux vomica .....	254
Petroleum .....	258
Phosphorus.....	260
Podophyllum.....	263
Pulsatilla .....	265
Pyrogenium .....	268
Rhus toxicodendron.....	270
Sepia .....	272
Silicea.....	275
Spongia.....	278
Staphisagria .....	280
Sulphur .....	283
Thuja.....	287

### BIBLIOGRAFIA ..... 290

## BREVE STORIA DELL'OMEOPATIA

**M**i sembra doveroso iniziare con un tributo a Christian Friedrich Samuel Hahnemann (1755-1835), un genio che ha anticipato di oltre due secoli il grande salto che l'umanità sta per compiere in questo periodo così travagliato. Hahnemann è nato il 10 aprile 1755 a Meißen in Sassonia. Suo padre, decoratore di ceramica, impartì al figlio 'lezioni di pensiero' fin dall'età di cinque anni. Probabilmente queste lezioni hanno contribuito alla formazione della sua capacità di pensiero profondo, al senso critico e alla dote di osservazione. Fin da giovane acquisì la conoscenza di numerose lingue, tra cui inglese, francese, italiano, greco, latino, arabo e caldeo. All'età di 12 anni sostituì il suo professore di greco.

Di famiglia povera, finanziò lo studio di medicina all'università di Lipsia e Vienna con la traduzione di testi di medicina e chimica farmaceutica. Dopo la laurea con lode nel 1779, Hahnemann iniziò a esercitare la professione medica con successi altalenanti. Si rese sempre più conto dei limiti della medicina allopatrica nel guarire i pazienti, e per questo sperimentò nuove cure e approcci. Si narra che un giorno mandò via i suoi pazienti con le parole: "Andatevene, non sono in grado di curarvi, non voglio rubarvi i soldi".

### I due pilastri dell'omeopatia

Dal suo matrimonio con Johanna Kuchler nacquero undici figli. Per sfamare la sua crescente famiglia si dedicò, dopo aver smesso di fare il medico, alla traduzione di libri di medicina e farmacologia. In questo non si limitò alla mera traduzione, ma sovente aggiunse commenti e osservazioni critiche. Traducendo la *Materia Medica* di William Cullen trovò poco convincente la spiegazione dell'autore sul funzionamento della corteccia di China. Così decise di assumerla, nella speranza di comprenderne meglio il meccanismo d'azione. La ripetuta assunzione portò alla manifestazione di svariati sintomi molto simili a quelli della malaria. Ogni volta che la prendeva apparivano i sintomi per poi scomparire dopo un po' di tempo. Questo è il suo racconto:

*"Presi per molti giorni, come esperimento, quattro misurini di buona China ogni giorno. Immediatamente, i miei piedi e la punta delle dita si fecero freddi; mi sentivo fiacco e sonnolento, il mio battito cardiaco era rapido e forte; provavo un'intollerabile agitazione e brividi (ma senza rigidità), tremore in tutte le membra, pulsazioni alla testa, rossore sulle guance, sete; in breve, tutti quei sintomi che per me erano tipici delle febbri intermittenti, come lo stordimento dei sensi, la particolare rigidità delle giunture, ma soprattutto quella spiacevole sensazione di intorpidimento che sembra risiedere in tutte le ossa del corpo, all'interno del periestio – tutti facevano la loro comparsa. L'attacco durava per due o tre ore ogni*

*volta, e si ripresentava quando riprendevo la dose, mai altrimenti. Poi interruppi la medicina e ritornai subito in salute”.*

Quindi si domandò se fosse possibile che le sostanze medicinali curassero sintomi simili ai disturbi che potevano invece causare in persone sane. Un’ipotesi affascinante che avrebbe permesso di conoscere con precisione i disturbi che una qualsiasi sostanza è in grado di curare. Le successive prove con altre sostanze confermarono la sua idea. Nel 1796 pubblicò su una rivista medica la sua teoria del curare il simile con il simile: ***similia similibus curentur***. Solo una decina di anni dopo, durante i quali era tornato a fare il medico, iniziò a usare il nome omeopatia, dal greco *ómoios* (simile) e *pathos* (malattia). Così nacque la sperimentazione omeopatica, uno dei due pilastri dell’omeopatia.

La scoperta della dinamizzazione omeopatica ricade in questo periodo di sperimentazione, in cui iniziò ad assumere anche veleni come l’Arsenico. Assumerli, anche in piccole dosi ponderali, avrebbe potuto arrecare danni agli sperimentatori, che erano, oltre a lui, i suoi figli e i suoi allievi. Da buon osservatore notò che i rimedi diventavano sempre più potenti con l’aumentare della diluizione, invece di perdere efficacia. Così scoprì che il suo modo di diluire le sostanze con le succussioni conferiva loro più potenza, mentre riduceva, se non eliminava, gli effetti tossici.

Seguire uno dei principi fondamentali della medicina, il “*primum non nocere*” di Ippocrate, gli ha permesso di scoprire la potenza della dinamizzazione omeopatica. Questo principio, “innanzitutto non nuocere”, ancora oggi viene insegnato nelle facoltà di medicina, purtroppo senza successo, come insegna l’esempio degli Stati Uniti, dove i danni da farmaci sono la quarta causa di morte.

### **Lo sviluppo dell’omeopatia**

Nel 1810 Hahnemann pubblicò la prima edizione della sua opera principale “Organon dell’Arte di Guarire”. Sentiva l’urgenza di diffondere la sua scoperta, anche se si rese conto che il metodo era da perfezionare. In realtà continuò la sua ricerca per tutta la vita, senza mai ritenersi appagato dai risultati eccezionali nel frattempo ottenuti.

Osservò che, in certi casi, il rimedio ben scelto non riusciva a procurare risultati apprezzabili. Così, in anni di osservazione, scoprì il miasma, predisposizione innata di un individuo a sviluppare una determinata malattia, elemento che poteva bloccare quindi l’azione del rimedio. Durante la sua vita aggiornò “Organon dell’Arte di Guarire” cinque volte. A oltre 80 anni scrisse la sesta edizione, che però fu pubblicata solo 79 anni dopo la sua morte. La sua seconda moglie, Melanie d’Hervilly, con la quale passò gli ultimi anni della sua vita, secretò il manoscritto della sesta edizione, e quando fu rivelata la sua esistenza

chiese una cifra esagerata per la pubblicazione, così il manoscritto rimase chiuso in un cassetto per decenni.

Dopo Hahnemann, numerosi omeopati diedero contributi sostanziali all'ulteriore sviluppo dell'omeopatia. Il merito di Constantin Hering (1800-1880) fu di formulare le cosiddette "Leggi di Hering" e di scoprire alcuni rimedi molto importanti come il Lachesis. Diventò omeopata perché da studente di medicina il suo professore gli chiese di scrivere una tesi sul percorso fuorviante dell'omeopatia. Ma la ricerca lo portò invece a diventarne un sostenitore entusiasta.

L'omeopata americano James Tyler Kent (1849-1916) scrisse due opere fondamentali, aprendo la strada a una visione più olistica dell'omeopatia. Nella sua "Materia Medica" descrisse i rimedi come personalità e non come una collezione di sintomi, come era in uso prima di lui. Invece nel suo "Repertorio della Materia Medica" scrisse e classificò i rimedi adatti per un'infinità di sintomi; questo libro, ancora oggi, è il più utilizzato per trovare il rimedio più adatto a un determinato sintomo.

A Catherine R. Coulter (1934-2014) va il merito di aver descritto i più importanti rimedi omeopatici sempre come personalità, ma in un linguaggio più moderno, con particolare attenzione agli aspetti psicologici, partendo da una visione evolutiva e spirituale della vita.

## LA MODERNA VISIONE OMEOPATICA

Come ogni cosa nell'universo, anche la filosofia dell'omeopatia è in evoluzione. Per Hahnemann la malattia era un'alterazione della salute, che poteva essere momentanea o cronica. Secondo la sua visione le malattie croniche si sviluppano sulla base di una predisposizione ereditaria che Hahnemann chiama miasma.

Per quanto riguarda la cura della malattia, egli proponeva di curare con il simile, in contrasto con la filosofia allopatrica che combatte la malattia con sostanze che possono sopprimere i sintomi, ma in realtà portano la persona verso uno stato di salute più precario di quello precedente, e spesso hanno effetti collaterali. Il rimedio simile alla malattia funge invece come specchio per l'organismo, che riconosce così la natura del disturbo e perciò reagisce in modo adeguato.

Nella sperimentazione omeopatica persone sane assumono un certo rimedio ripetutamente. Così l'organismo produce una serie di sintomi che sono poi quelli che il rimedio può curare. Perciò la cura omeopatica si basa esclusivamente sui sintomi, su come l'organismo manifesta il suo disagio. Il nome della malattia non ha importanza per la scelta del rimedio.

Perciò l'omeopata rileva tutti i sintomi del malato, a partire dai sintomi mentali fino a quelli fisici, passando da quelli emotivi ed energetici. Poi cerca di individuare il rimedio che ha la maggior corrispondenza con i sintomi sviluppati.

Dalla scoperta dell'omeopatia sono passati più di due secoli, durante i quali è cambiata la visione del mondo e si sono aggiunte numerose conoscenze nuove. Così le fondamenta gettate da Hahnemann, grazie al lavoro di numerosi illustri omeopati, si sono arricchite di nuove importanti scoperte. Inoltre l'incontro tra le varie culture del mondo ha dato origine a visioni più olistiche della vita e della salute, che hanno contribuito ad arrivare a una concezione più completa, si potrebbe dire più spirituale, dell'omeopatia.

### **Il duplice scopo di qualsiasi disturbo**

Da un punto di vista olistico quello che chiamiamo malattia non è altro che la manifestazione di un disturbo, o disagio, interiore, acuto oppure protratto nel tempo. Preferisco usare la parola disturbo invece che malattia, perché descrive meglio la natura profonda dello squilibrio e fa intendere che il disagio non è necessariamente patologico e comprende tutta la persona, non solo qualche organo o funzione.

Ogni organismo basa il suo equilibrio su un complesso sistema di comunicazione e retroazione, in teoria perfettamente attrezzato a mantenere l'omeostasi, a meno che non si presentino circostanze eccezionali. Ogni disturbo segnala la lontananza dall'equilibrio e rappresenta contemporaneamente un tentativo dell'organismo di ristabilire l'equilibrio precedente o, nel caso in cui non ci riesca, l'equilibrio migliore data la nuova situazione. In quest'ultimo caso, intelligentemente, l'organismo cerca di manifestare il disagio in un organo o in una funzione meno vitale per la sopravvivenza. Perciò in un organismo sano, di solito, la prima manifestazione di un disturbo si manifesta sulla pelle. Per esempio la crosta lattea nei primi mesi di vita segnala un disagio dell'organismo e non un disturbo della pelle. Mandarlo via con applicazioni locali, anche se naturali, obbliga l'organismo a interiorizzare la manifestazione del disagio. Non necessariamente questo porta a un disturbo visibile, ma sicuramente aumenta lo squilibrio interiore. È il primo passo verso la cronicizzazione.

Le manifestazioni cutanee sono il segno che l'organismo ha bisogno di buttar fuori qualcosa. Potrebbe riguardare uno squilibrio mentale, emotivo oppure fisico. Rimanendo sull'esempio della crosta lattea, questa potrebbe essere legata all'alimentazione inadeguata della madre, che causa uno squilibrio della sua flora intestinale, che a sua volta altera la composizione del latte, che poi influisce sul microbioma intestinale del bambino, producendo tossine. Il cambiamento di dieta della madre spesso risolve il problema della crosta lattea. Però le cause potrebbero essere anche gli stati d'animo e le emozioni sia della madre

che del bambino, che l'organismo, intelligentemente, cerca di compensare tramite lo sfogo sulla pelle.

Questo esempio fa comprendere bene quanto sia importante considerare sempre eventuali necessità di cambiamenti in ogni ambito della vita. Ancora di più se il rimedio omeopatico non dovesse portare ai risultati attesi.

È meraviglioso vedere come niente succede per caso, e tanto meno per disgrazia. A un occhio attento difficilmente sfugge l'utilità della malattia, che evidenzia quasi sempre esigenze inascoltate. Esigenze a livello fisico, energetico, emotivo, mentale o spirituale. Comprendere il significato del disagio è un passo importante verso la guarigione.

L'omeopatia, partendo dalla persona e non dal disturbo, mira a risolvere il disagio che c'è alla base. Sono i sintomi, cioè l'insieme di manifestazioni, che indicano il rimedio adatto. Nel caso della crosta latteata si cerca di trovare altri sintomi, come orari di peggioramento o miglioramento, orari in cui il neonato si sveglia, come reagisce a vari stimoli e così via. Poi si sceglie il rimedio con il quadro più simile.

Quando non ci sono sintomi sufficienti per individuare il rimedio si può somministrare Sulphur, che da una parte sostiene l'organismo nel suo tentativo di esternalizzare, e dall'altra rende il quadro più evidente.

### ***La saggezza dell'organismo***

*Prendiamo come esempio un'errata alimentazione che causa uno squilibrio del microbioma intestinale. Questo squilibrio può portare a tutta una serie di disturbi, come mal di pancia, disordini di evacuazione, malassorbimento di sostanze vitali, produzione di tossine, obesità e così via. Il tipo di disturbo che si manifesta dipende dalle predisposizioni e dallo stato di salute della persona. E arriva non solo per segnalare un problema, ma anche per cercare di compensarlo.*

*Quando lo squilibrio del microbioma porta a una eccessiva produzione di tossine, l'organismo non è più in grado di eliminarle. A questo punto potrebbe scegliere di immagazzinare le tossine nella massa grassa, dove non causano altri danni. L'aumento della massa grassa dovrebbe indurre la persona a cambiare dieta o a fare attività fisica. Entrambe le cose migliorerebbero la situazione. Una dieta più adatta porta a un maggior equilibrio del microbioma, invece l'attività fisica favorisce l'eliminazione delle tossine.*

*Tuttavia limitarsi a una lettura strettamente fisica non ci permette di comprendere il vero disagio, che solo raramente ha le sue origini sul piano fisico. È evidente che il rapporto col cibo è strettamente legato ad abitudini e convinzioni, come pure a insoddisfazioni, al bisogno di dolcezza e così via.*



*In ogni caso l'organismo segnala in qualche modo quando l'alimentazione non è adeguata alle caratteristiche personali.*

*L'aumento della massa grassa potrebbe essere legato anche al bisogno di sentirsi protetti nei confronti di un mondo ostile o di energie negative, al desiderio di avere più peso e così via.*

*Possiamo leggere lo stesso disturbo su piani diversi e di conseguenza cambierà anche il tipo di intervento. Considerare un disturbo solo a un livello è limitante, anche per il fatto che in realtà è sempre coinvolto tutto l'organismo. L'omeopatia considera l'organismo nel suo insieme, osservando le manifestazioni che mostra sui vari livelli.*

### **L'intelligenza dell'organismo**

Grazie all'omeostasi l'organismo sano e vitale è capace di preservare un equilibrio dinamico, di mantenere un buon funzionamento generale, trovando un'armonia tra le differenti esigenze dei vari livelli del nostro essere. Per questo è fondamentale una buona comunicazione tra le numerose parti coinvolte: anima, psiche, mente, inconscio, emozioni, corpo energetico e corpo fisico. Possiamo dunque comprendere la complessità dell'omeostasi e il fatto che nessun disturbo possa essere considerato isolato dal resto dell'organismo. Qualsiasi squilibrio di una parte ha necessariamente ripercussioni sulle altre parti.

Per questo motivo considerare un disturbo isolato dall'insieme è miope, non solo perché non si interviene sul problema di fondo, ma ancora di più perché si tappa la sua valvola di sfogo. Sopprimere un sintomo peggiora la salute generale e getta le basi per malattie croniche. Il sintomo è un importante segnale che è in comunicazione con lo squilibrio profondo e lo compensa. È molto più saggio prendersi il tempo di ascoltare il sintomo. Con la nostra attenzione portiamo energia vitale, che costituisce un importante sostegno, non solo alla guarigione del disturbo visibile, ma anche al riequilibrio del disagio più profondo, tramite la retroazione.

Prendiamo come esempio il dolore, una delle funzioni più importanti nel percorso di guarigione. Il dolore attira fortemente la nostra attenzione. Siccome l'energia vitale segue la nostra attenzione, con il dolore l'organismo richiama più energia vitale nella zona interessata per facilitare la guarigione. Per questo motivo il dolore è funzionale alla guarigione e non va soppresso.

Al contrario, possiamo aiutare l'organismo, dirigendo la nostra attenzione nella zona interessata e immaginando che la nostra energia vitale si concentri lì. Rinforziamo questa azione se respiriamo profondamente, immaginando di inspirare energia vitale e di dirigerla, durante l'espiazione, nella zona dolente.

All'inizio può essere difficile per via del dolore, ma di solito, dopo un po' di tempo, il dolore inizia a diminuire proprio grazie all'apporto di energia.

### **Esempio pratico**

*Maria, 67 anni, ha lo stomaco chiuso, dolori articolari, scosse ai muscoli delle gambe e fitte nella pancia. Una lettura psicosomatica evidenzia che non riesce a mandare giù (stomaco chiuso) e non digerisce (fitte nella pancia) certe cose, i dolori articolari (scosse ai muscoli) dimostrano che vorrebbe uscire con forza da una situazione, ma non riesce.*

*Tutto questo non è sufficiente a trovare il rimedio simile, bisogna raccogliere altre informazioni, possibilmente della sfera psichica. Maria è molto emotiva e le viene facilmente da piangere. Non si lamenta mai e fa fatica a prendere decisioni. È facile comprendere che il suo atteggiamento e comportamento psichico siano la causa dei suoi disturbi. Questi pochi sintomi psichici, che dominano la sua vita, corrispondono bene alle caratteristiche tipiche di Pulsatilla.*

*Con Pulsatilla e lo Spirito della Betulla<sup>1</sup> dopo un mese Maria è cambiata, sta molto meglio, sia fisicamente che emotivamente. Ha trovato un migliore equilibrio psichico ed emotivo ed è meno accondiscendente.*

### **La malattia come spinta evolutiva**

Siamo venuti al mondo per evolvere, quindi scegliamo e attiriamo quello che ci permette di farlo. Da questo punto di vista le malattie, come pure le disgrazie, arrivano quando continuiamo a non imparare una lezione dalla vita o quando ci siamo allontanati troppo dal nostro percorso.

Sono le modalità con cui si presenta il disturbo a indicare la lezione da imparare. Possiamo considerare la malattia come un avvertimento che l'anima ci invia per indurci a cambiare qualcosa nella vita. È un invito a stare in ascolto, a rallentare o a fermarci. Questo facilita l'ascolto dell'anima, il ritorno sulla nostra strada per seguire il cambiamento che ci è richiesto.

Ogni sintomo rappresenta, inoltre, un tentativo dell'organismo di creare un nuovo equilibrio. Quando una persona è costantemente sopraffatta dagli stimoli che arrivano da fuori, l'organismo subisce questa situazione manifestando stanchezza o altro. Quando non si ascoltano questi segnali, prima o poi l'organismo trova una sua soluzione, per esempio abbassare la vista. Così le impressioni visive sfocate arrivano con un impatto più debole. Questo alleggeri-

---

<sup>1</sup> Per saperne di più sui rimedi dello Spirito degli alberi, consulta il sito [www.remediaerbe.it](http://www.remediaerbe.it) alla sezione approfondimenti e leggi l'articolo "Come sono composti gli spiriti degli alberi?".

sce il sovraccarico diventato insopportabile, prima che causi problemi più seri. Anche questo è omeostasi. Quando non ascoltiamo i suoi segnali, l'organismo trova un nuovo equilibrio, anche se è più lontano da un buono stato di salute.

A questo punto la persona ha un nuovo problema, che può risolvere in due modi. Può mettere gli occhiali, e così annullare la compensazione, con il rischio che la vista peggiori ulteriormente, oppure che l'organismo trovi un'altra compensazione. È sempre meglio comprendere la causa profonda e cercare di eliminarla, in questo caso alleggerire il sovraccarico di impressioni, che potrebbe dipendere dal fatto di essere iperstimolati, oppure da un'insufficiente capacità di digerire le impressioni. La scuola, non a misura dei bambini, è un luogo dove gli scolari più sensibili facilmente soffrono di un sovraccarico di impressioni e stimoli. Guarda caso la miopia arriva quasi sempre in età scolastica.

In questo caso l'omeopatia offre un'altra soluzione, cercando di alleggerire il sovraccarico e ragionando sempre a partire dai sintomi. Il sintomo di partenza è la diminuzione della vista. Se poi il bambino mostra una debolezza del sistema nervoso e un'ipersensibilità alle impressioni sensoriali, il rimedio probabilmente sarà Phosphorus. La somministrazione del rimedio adatto permetterà di vivere le impressioni esterne con più leggerezza e di digerirle più facilmente, recuperando, allo stesso tempo, la vista.

### **La cronicizzazione delle malattie**

Ogni malattia rappresenta un allontanamento dallo stato di salute precedente. La vera guarigione consiste nel ripristinare lo stato originale. Invece sopprimere i sintomi rischia di rendere l'allontanamento dallo stato di salute duraturo, o addirittura di aumentarlo. In altre parole porta a un peggioramento dello stato di salute.

Prendiamo come esempio uno sfogo sulla pelle, come la dermatite. Il dermatologo potrebbe trovare ogni tipo di microrganismo, ma questo non è la causa, bensì l'effetto. I microrganismi possono proliferare sulla pelle solo quando trovano le condizioni adatte, perciò, in questo caso, uno squilibrio. La causa profonda spesso è un rapporto conflittuale con l'esterno, visto che la pelle è l'organo che più di ogni altro comunica con l'esterno. Dietro ci potrebbe essere il bisogno di essere visto, il non stare più nella pelle, il doversi difendere da qualcosa che viene vissuto come un'intrusione.

Intervenendo con qualsiasi preparato che sopprima lo sfogo sulla pelle, il disagio non solo rimane, ma peggiora, perché gli abbiamo chiuso la valvola di sfogo. Quando la valvola di sfogo viene tenuta chiusa per troppo tempo, l'organismo ha bisogno di trovare un'altro modo per compensare lo squilibrio. E spesso vengono fuori problemi alle alte vie respiratorie, oppure l'asma. L'organismo segnala che la situazione è diventata soffocante, che non riesce più a re-

spirare in certe situazioni. Lo stato di salute generale è peggiorato e la richiesta di cambiamento diventa più intensa e coinvolgente.

Però si può sopprimere anche l'asma e obbligare l'organismo a cercare un'altra via per compensare il disagio originale, questo vuol dire interiorizzare ulteriormente il conflitto. Così si formano le malattie croniche, la cui guarigione diventa più difficile, perché necessita di diversi passi indietro da parte di un organismo indebolito. Oggi nel mondo civilizzato esistono pochi ultrasessantenni che non hanno una o più malattie croniche per le quali devono assumere farmaci.

L'omeopatia, invece, propone di risolvere il disagio originale, generalmente con un rimedio costituzionale scelto per la persona. Nel caso di cronicizzazione profonda può riuscire a indurre un "viaggio a ritroso" attraverso i vari stati di cronicizzazione per recuperare lo stato di salute originale. A condizione che la persona sia disposta ad ascoltare e a cambiare, e che l'organismo abbia ancora le risorse per sostenere questo viaggio.

Se vogliamo evitare malattie croniche, la cura di qualsiasi malattia dovrebbe consistere nell'affrontare il conflitto o disagio interiore, invece di usare preparati o trattamenti rivolti solo al sintomo.

Sembra strano che l'omeopatia parta dai sintomi per offrire una cura non sintomatica che riesca a guarire in profondità disturbi di ogni tipo, anche se di vecchia data e soppressi da interventi non appropriati. Il motivo è che l'universo, e perciò anche il nostro organismo, è olistico, ogni parte è collegata all'insieme, che è molto di più della somma delle singole parti. Così ogni sintomo costituisce l'espressione dell'organismo intero, anche se appare solo in una parte. Perciò i sintomi diventano la guida per scoprire lo squilibrio che sta alla base.

*Un caso tipico è Marco, un bambino di 9 anni che soffre di asma allergica. Dopo il richiamo vaccinale era venuto fuori uno sfogo sulla pelle, definita dai medici dermatite atopica, in mancanza di comprensione delle vere cause. La dermatite è stata soppressa con il cortisone, anche se ci è voluto un po' di tempo per farlo. Vuol dire che il suo organismo era abbastanza sano e non si è arreso subito. Nell'anno successivo ha cominciato a manifestare difficoltà respiratorie.*

*È un bambino che sta spesso da solo, gli piace inventare cose, si infiamma facilmente in tutti i sensi, non ha un buon rapporto con l'acqua, sta peggio di notte quando si scalda nel letto e anche quando deve stare fermo.*

*Il quadro dei sintomi è tipico di Sulphur, che inoltre è il rimedio indicato per tutti i disturbi che nascono dopo la soppressione di sfoghi sulla pelle.*



*Seconda Parte*

# REPERTORIO CLINICO



## ALLERGIE

Le allergie sono reazioni eccessive del sistema immunitario a sostanze, in fondo, innocue. Per qualche motivo il corpo non sopporta più il contatto con una o più sostanze. La causa può essere psico-emotiva, oppure un sovraccarico dell'organismo; spesso sono presenti entrambe le cause. Nel primo caso bisogna domandarsi: "cosa non sopporto nella mia vita, nel mio comportamento e in quello degli altri?". Individuata la causa profonda, si sceglie il rimedio simile partendo dal disturbo psico-emotivo individuato.

Nel secondo caso il sovraccarico, di solito, non è legato direttamente alla sostanza che causa l'allergia, ma a un accumulo di tossine che può dipendere da numerosi fattori ambientali, abitudini alimentari, assunzione di farmaci, da una flora intestinale malsana e così via. Inoltre una buona parte di responsabilità è da imputare alle vaccinazioni dei bambini. Il sistema immunitario, ancora in formazione, si trova da un momento all'altro in un vaso da milioni di batteri o virus insieme a un mix di sostanze velenose. Invasori che hanno saltato tutte le barriere naturali che l'organismo ha sviluppato in milioni di anni. Una situazione paragonabile a quella di uno stato che, da un momento all'altro, deve affrontare al suo interno un enorme esercito nemico che usa armi chimiche. È facile immaginare che questo shock insegni al sistema immunitario a reagire in modo eccessivo ad agenti estranei.

Anche se ci sono alcuni rimedi omeopatici con una buona azione sintomatica, è sempre meglio cercare di intervenire con un rimedio costituzionale che riequilibri l'organismo in profondità, a partire dai sintomi psichici e dalle modalità in cui si manifestano. Per questo motivo troverete elencati prima i rimedi costituzionali, e solo in fondo quelli sintomatici. Inoltre è consigliabile sostenere l'organismo nell'eliminazione delle tossine con preparati drenanti e chelanti.

---

### VIE RESPIRATORIE E OCCHI

Nelle allergie che riguardano le vie respiratorie si ottiene spesso un miglioramento eliminando zuccheri, latte e latticini dalla dieta, già a partire da qualche settimana prima della usuale comparsa dei sintomi. In caso di asma allergica consultare la voce "Bronchi e polmoni".

***I rimedi costituzionali più indicati sono:*****ARSENICUM**

Angoscia, agitazione, ansia, preoccupazione per la salute. Freddosità. Forte bisogno di muoversi. Sete per piccole quantità, ma spesso. Arrossamento degli occhi, lacrimazione, dolore bruciante, fotofobia. Naso che cola, flusso pungente, caustico, odore offensivo; tosse da solletico, secca. Respirazione difficile, deve stare seduta.

*Aggr.:* freddo, mezzanotte.

*Migl.:* caldo, movimento.

**LACHESIS**

Loquace, parla in fretta, gelosa. Non sopporta costrizioni al collo. Lateralità sinistra. Dolori pungenti nell'occhio, sordi nella fronte. Assenza di secrezione da occhi e naso, oppure secrezione vischiosa. Perdita dell'olfatto. Gola estremamente sensibile al tocco. Raucedine, muco denso.

*Aggr.:* durante e dopo il sonno, caldo pesante in primavera, alcol.

*Migl.:* dal flusso delle secrezioni.

**LYCOPODIUM**

Desidera una persona nei paraggi. Lateralità destra. Fame canina ma si sente piena dopo poco, oppure l'appetito aumenta mangiando. Desiderio di dolci. Palpebre rosse. Secrezioni del naso giallo-verdi, anche con pus, oppure assenti, con dolore alla fronte. Naso chiuso, croste. Olfatto acuto. Tosse irritante. Espettorato salato.

*Aggr.:* dalle 16 alle 20, ambienti caldi e chiusi, cibi freddi.

*Migl.:* movimento continuo.

**NATRUM MURIATICUM**

Vuole stare da sola, non sopporta la consolazione. Freddolosa, ma aggravata dal caldo. Desiderio di sale. Sete per grande quantità. Secchezza della congiuntiva, fotofobia. Secrezione dal naso bianca o trasparente. Starnuti. Perdita di gusto e olfatto.

*Aggr.:* consolazione, dalle 10 alle 11, sforzi, prima delle mestruazioni.

*Migl.:* durante e dopo la sudorazione.



**NUX VOMICA**

Tensione nervosa, ipersensibilità, impazienza. Sequela da sforzi mentali, vita sedentaria, campi elettromagnetici. Lateralità destra. Si sveglia alle 3 o alle 4. Desiderio di cibi grassi. Fotofobia. Naso secco e chiuso nelle stanze calde. Secrezioni dense, viscide. Sangue scuro dal naso. Tosse irritante, secca.

*Aggr.:* freddo, mattina al risveglio, eccessi.

*Migl.:* caldo, cibi caldi, silenzio, togliere i vestiti.

.....

**PHOSPHORUS**

Bisogno di compagnia e affetto, iperattiva, ricca di idee. Ipersensibile alle impressioni sensoriali. Ansia e paura durante il temporale. Lateralità sinistra. Dolori brucianti. Fotofobia. Naso rosso, gonfio, chiuso, perdita di sangue, ipersensibile agli odori. Gola: raucedine, afonia, come coperta da lana.

*Aggr.:* solitudine, temporali, freddo (eccetto testa e stomaco).

*Migl.:* cibi e bevande freddi, dopo mezzanotte, al buio.

.....

**PULSATILLA**

Umore mutevole, facilmente emozionata, piange per niente. Non sa cosa vuole. Ansia di notte. Lateralità destra. Palpebre rosse, prurito. Congiuntiva secca oppure lacrimazione abbondante. Dolori brucianti. Secrezione dal naso densa, giallo-verde, non irritante. Ragadi nel centro del labbro inferiore. Bocca secca, ma assenza di sete. Catarro in gola. Tosse con dolore pungente nel petto.

*Aggr.:* alle 17, la sera, caldo del letto e della stanza, dopo aver mangiato.

*Migl.:* movimento all'aria aperta, consolazione, freddo.

.....

**SILICEA**

Timida, dolce, rigida, ostinata, freddolosa. Paura degli aghi. Mancanza di fiducia. Il disturbo arriva gradualmente. Congiuntiva infiammata, sensazione di presenza di sabbia. Naso secco o che cola, perdita dell'olfatto. Solletico nella gola, raucedine, tosse cronica, rumore come un sonaglio nel petto.

*Aggr.:* freddo, umidità, sera e notte, consolazione.

*Migl.:* caldo in tutte le forme.

## SULPHUR

Disordinata, sporca, avversione all'acqua, indifferenza verso gli altri. Lateralità sinistra. Palpebre rosse al bordo, bruciore, lacrimazione, fotofobia. Naso secco, chiuso, oppure secrezioni escorianti. Tosse, peggio sdraiata. Punture all'interno del petto.

*Aggr.:* lavarsi, umidità, alle 11, caldo del letto.

*Migl.:* tempo secco.

### *I rimedi sintomatici più indicati sono:*

## ALLIUM CEPA

Lacrimazione abbondante (effetto cipolla!), dolore bruciante, ma non escoriante. Secrezione dal naso copiosa, liquida, acre, irrita il labbro superiore. Dolore ai seni paranasali e alla fronte. Tosse da sensazione di solletico, dolorosa. Sensazione di un gancio in gola. Difficoltà respiratoria per muco nei bronchi.

*Aggr.:* stanza calda, verso sera.

*Migl.:* all'aria aperta.

## EUPHRASIA

È il primo rimedio sintomatico per gli occhi. Occhio gonfio, rosso. Bruciore, fotofobia con la luce forte, lacrimazione escoriante, sensazione di un pelo nell'occhio. Accumulo di muco. Secrezioni dal naso più miti, abbondanti, sensazione di stordimento nella testa.

## IPECA

Periodicità dei disturbi. Sensibile al caldo e al freddo. Mucose dell'occhio irritate, fotofobia, lacrimazione. Accumulo di catarro nelle vie respiratorie, respiro corto e affannoso. Emorragia dal naso con sangue rosso chiaro. Starnuti. Senso di solletico nei bronchi, rumore come un sonaglio nel petto. Respiro difficoltoso. Peso e paura alla bocca dello stomaco. Tosse crampiforme, sforzi di vomito, attacco di soffocamento. Asma allergica.

**SABADILLA**

Periodicità dei disturbi. Palpebre rosse, gonfie. Lacrimazione. Vista sfocata. Secrezione dal naso escoriante, bruciante. Starnuti crampiformi, violenti. Prurito al palato. Gola gonfia, sensazione di costrizione, di un corpo estraneo. Tosse.

*Aggr.:* aria fredda, luce forte.

*Migl.:* caldo, bevande calde.

**SPONGIA**

Paurosa, agitata. Catarro plastico, naso che cola, starnuti. Gola infiammata, dolorosa, sensibile al tocco, raucedine, costrizione, si chiude. Respirazione difficoltosa, come attraverso una spugna. Non riesce a stare sdraiata. Tosse secca, non riesce a espettorare. Asma allergico.

*Aggr.:* prima di mezzanotte, raffreddamento, vento, al chiuso.

*Migl.:* caldo, riposo, mangiare e bere.

***Altri rimedi da tenere in considerazione:***

Gels, Graph, Iod, Kali-c.

**PELLE**

Per le allergie da contatto prendere in considerazione i rimedi indicati sotto la voce Pelle.



*Terza Parte*

# QUADRI DEI RIMEDI



## ACONITUM

*Aconitum napellus*

Aconito, pianta intera



**P**ianta erbacea perenne che cresce nelle zone alpine. Viene raccolta intera, con le radici (usare i guanti!). Da un rizoma bulboso cresce il fusto forte, che porta nella parte inferiore le foglie, profondamente lobate, e nella parte superiore l'infiorescenza a forma di spiga, molto evidente, con i suoi fiori di un intenso colore che va dal blu al viola scuro. Tutta la pianta è molto tossica. Il solo tenere in mano la pianta può causare intossicazioni. L'eventuale ingestione causa senso di angoscia, rallentamento della respirazione, indebolimento cardiaco, contrazione della gola e la morte per asfissia in poco tempo.

## CARATTERISTICHE PERSONALI

Persona sana, robusta, lucida, con sesto senso sviluppato, in particolare giovane e femmina. Disturbi che arrivano come un fulmine a ciel sereno.

## SINTOMI PSICHICI

**Ansia, forte agitazione, paura, collera.** Terrore della morte.

**Sensibile ai rumori.**

**Desiderio forte di bevande fredde.**

I dolori sono insopportabili.

## SEQUELE DA:

**Spavento, forte paura, collera, traumi,** a volte all'anniversario dell'evento.

**Freddo,** caldo eccessivo, improvviso calo di temperatura.

**Vento freddo, tempo freddo-secco.**

Soppressione di secrezioni ed escrezioni, in particolare sudore.

## AGGRAVAMENTO

**Tempo freddo secco, vento freddo,** raffreddamento, caldo eccessivo.

Essere toccata, coricata sul lato dolente.

La sera, di notte, in particolare intorno a **mezzanotte.**

Respiro profondo.

Alimenti acidi, che però desidera.

## MIGLIORAMENTO

Sudorazione e riposo.

---

## SINTOMI ENERGETICI

**Violenta e improvvisa comparsa dei disturbi**, come un fulmine a ciel sereno.

**Febbre elevata con assenza di sudorazione.**

**Polso frequente, duro e pieno**, delle volte impercettibile.

Bisogno di scoprirsi.

Sonno irrequieto.

---

## SINTOMI FISICI

**Febbre improvvisa ed elevata**, sete insaziabile di acqua fredda.

Dolori insopportabili, non vuol essere toccata, urla per via dei dolori.

Tachicardia.

Pelle bruciante e secca, oppure sensazione di ghiaccio, pelle rossa.

**Traumi agli occhi**, specifico.

---

## INDICAZIONI CLINICHE

Aconitum è indicato in tutti i tipi di affezioni che compaiono come un fulmine a ciel sereno in persone che poco prima stavano bene. Quasi sempre vengono fuori con il tempo o vento freddo e sono accompagnate dalla febbre alta. Però Aconitum funziona soltanto nel primo stadio, prima di sudare. Con l'inizio della sudorazione è più indicato Belladonna.

Infiammazioni e infezioni agli occhi di origine traumatica o dovute a un corpo estraneo.

Terrore durante un parto difficile, emorragia.

Minaccia di aborto dopo uno spavento. Neonati cianotici con polso impercettibile.

Colpo di sole.

---

## COMPLEMENTARI

Arn, Sulph.

---

## ANTIDOTI

Coff, Nux-v, aceto, vino, caffè.

# Hubert Bösch

## OMEOPATIA DOMESTICA

“ *Nessun disturbo può essere considerato isolato dal resto dell'organismo. Qualsiasi squilibrio di una parte ha necessariamente ripercussioni su altre parti. Per questo motivo considerare un disturbo isolato dall'insieme è miope, non solo perché non si interviene sul problema di fondo, ma ancora di più perché si tappa la sua valvola di sfogo. Sopprimere un sintomo peggiora la salute generale e getta le basi per malattie croniche; è molto più saggio prendersi il tempo di ascoltarlo. L'omeopatia in questo senso è un'incredibile opportunità.* ”

L'omeopatia è un modo semplice, efficace ed economico per curare malattie di ogni tipo. Questo manuale ha l'obiettivo di fornire le conoscenze essenziali per poterla praticare a livello domestico, a partire dai disturbi più comuni e dagli interventi di pronto soccorso casalingo. I rimedi omeopatici non sono adatti solo alle persone, ma sono prodotti preziosi anche per la cura degli animali e delle piante.

Questo libro ha lo scopo di insegnare l'utilizzo dell'omeopatia a tutti coloro che vogliono gestire in prima persona la propria salute e quella delle persone care. Usare l'omeopatia a livello casalingo, per i piccoli problemi, nelle situazioni di emergenza o in aggiunta a ogni altro tipo di trattamento è più semplice di quello che può sembrare. Questi rimedi sono compatibili con qualsiasi altra terapia e non hanno effetti collaterali dannosi.

---

### Il manuale contiene:

- nozioni base di omeopatia
- istruzioni su come potenziare i rimedi che acquistiamo
- indicazioni su come autoprodurre (e riprodurre) rimedi omeopatici potenti ed efficaci, a un costo irrisorio
- prontuari per la cura dei disturbi più comuni
- 40 schede sintetiche dei principali rimedi omeopatici

---

### Hubert Bösch

*“Ho sempre fatto il ricercatore nei campi più disparati: spiritualità, agricoltura, energia libera, salute, omeopatia, natura ed energie sottili. Fin dall'inizio ho sentito l'esigenza di diffondere le conoscenze acquisite perché ritengo che non appartengano solo a me ma all'universo. Ora è arrivato il tempo in cui voglio occuparmi principalmente della condivisione e diffusione delle mie conoscenze”.*

Il manuale è frutto dell'esperienza decennale dell'autore nella pratica dell'omeopatia e nell'insegnare il suo utilizzo.

