

ALBERTO PORRO

LA CHIAVE NASCOSTA NEI SINTOMI



Ciò che la malattia esprime

PREFAZIONE

Scrivere una sintesi su questo argomento mi è sembrato quasi impossibile, tuttavia ho accettato la sfida. Troppe cose sono da dire, troppi argomenti da sviscerare. Ovviamente il libro è tutt'altro che completo ed esaustivo, tuttavia penso che possa essere un buon punto di partenza, schematico e facilmente fruibile.

Il significato reale di questa interpretazione, che ha dei risultati pratici e concreti visibilissimi ed anche eclatanti, mi ha sempre lasciato interdetto. Come è possibile che un sintomo sia equivalente ad un simbolo? Che senso ha tutto questo? C'è un principio scientifico, ripetibile in queste affermazioni?

Per comprendere la ragione di ciò bisogna fare un piccolo passo indietro sulla comprensione del nostro cervello. La nostra "macchina pensante" assimila tutto ciò che viviamo e lo immagazzina nelle sue strutture neuronali. Tuttavia ovviamente non può memorizzare tutto, perché non ne basterebbe uno. Pertanto utilizza dei sistemi di memorizzazione "simbolici": un evento viene registrato e soprattutto richiamato attraverso un simbolo. E' come in una biblioteca dove ogni libro è in relazione con un codice, un numero; richiamando il numero si ritrova tutto il libro intero.

Il simbolismo pertanto è il mezzo attraverso il quale l'uomo memorizza le sue esperienze e le immagazzina, rendendole disponibili anche per i suoi discendenti.

Ma che cos'è il simbolo? Esiste un simbolismo comune o ognuno può dare un significato simbolico ad ogni cosa? In realtà esiste un simbolismo delle cose che può essere riconoscibile su differenti livelli. Un primo livello è quello riconoscibile da tutti gli esseri umani, a qualunque cultura ed in qualunque punto del globo vivano; è il simbolismo sessuale, che viene utilizzato anche nell'ipnosi dinamica per attivare una risposta dagli individui. E' il simbolo del menhir, del dolmen, del campanile, della cripta, del minareto, ecc. Tutti riconoscono questo simbolismo e tutti reagiscono nello stesso modo.

Poi esiste un simbolismo culturale e religioso, nel quale si riconoscono gruppi di individui che appartengono alla stessa cultura e religione, ed altri no.

Infine esiste un simbolismo familiare, un vissuto simbolico delle esperienze della famiglia nella quale si è "immersi" e che dà cibo, protezione e...simboli.

Pertanto ogni interpretazione simbolica deve tener conto di questi tre fattori.

Nel libro ovviamente sono presenti alcune interpretazioni simboliche che fanno a capo ad una cultura giudaico-cristiana, e che possono essere estesi, almeno in parte, al mondo dell'islam, ma che probabilmente non sono facilmente riconoscibili nel mondo buddista, indù o scintoista o addirittura nell'animismo delle popolazioni ancestrali. Tuttavia il nesso generale è facilmente riconoscibile da tutti gli individui; il termine "avere fegato" non richiama ad una cultura, ma ad un modo di essere dell'uomo. Il codardo "manca di fegato", mentre il coraggioso no! Chissà quindi perché il pauroso ha l'epatite....

IL CORPO

LA TESTA

E' quella che *dirige*. Ha bisogno di lucidità e freddezza (si usa infatti dire: "testa lucida", "mente fredda") ma talvolta l'emozione travalica la ragione ("ci dà alla testa").

E' il luogo dell'intelligenza ("avere testa"), della capacità di trovare delle soluzioni.

E' in relazione alla caparbità ed all'ostinazione ("testa dura").

Le idee scendono attraverso la nuca incontrando l'energia del respiro e del cuore per diventare *desideri che si esprimono*

- vuoi attraverso la parola (laringe).
- vuoi attraverso l'azione (nelle spalle e braccia).
 - rispetto alla quale potrà trovare aiuto ("sentirsi spalleggiati").
 - o un blocco ("aver le spalle al muro").

Gli organi della fonazione nelle prime fasi dello sviluppo embrionale sono collegati alla zona uro-genitale (all'inizio bocca ed ano erano uniti), perché entrambi esprimono una capacità generativa: la generazione genitale è analoga alla generazione della la parola.

IL COLLO

Sorregge la testa. E' in relazione con:

- la forza e l'autorità ("piegare il collo", "piegare la testa"). Il collo diritto è simbolo di potere (evidenziato dalla mascella in avanti).
- la ribellione alla forza e all'autorità di un altro (il torcicollo impedisce il rapido movimento della testa per mordere chi sta alle spalle).
- il senso di schiavitù e di blocco di fronte a qualcuno che riteniamo più intelligente di noi (gli schiavi venivano portati legando le catene al collo).

GLI ARTI SUPERIORI

- capacità di azione ("avere le mani lunghe", "mi sono cascate le braccia").
- ambizione ("sgomitare").
- pigrizia (manca "olio di gomito").

IL POLSO

E' in relazione con:

- contemporaneamente morbidezza e fermezza ("avere polso"), capacità decisionale e dirigenziale.
- abilità della mano ("avere mano"). il polso conferisce mobilità alla mano.
- capacità di scambio e di comando ("avere il pugno di ferro").
- capacità di allontanare o di trattenere (in quest'ultimo caso è in stretta relazione con le dita).

LA MANO

Situata tra il polso e le dita, li comprende entrambi. La mano è:

- relazione sociale (“stringere la mano”).
- sostegno (“dare una mano”).
- prendere (palmo della mano) o dare (dorso della mano).
- esperienza delle cose (“manipolare”).
- affetto e condivisione (“prendersi per mano”).

LE DITA

Parlano

- del trattenere o del perdere ciò che si voleva trattenere (“stringere le dita su qualcosa”).
- della conoscenza e del giudizio (“puntare il dito su qualcosa”).
- della relazione sociale con gli altri (il gesticolare con le dita).
- le cinque dita possono essere interpretate come:
 - o pollice: il genitore.
 - o indice: il giudizio.
 - o medio: la sessualità.
 - o anulare: la relazione sociale, matrimonio.
 - o mignolo: io come figlio.

LE SPALLE

Sentire il peso della responsabilità, sostenere qualcuno o qualcosa (“avere le spalle larghe”).

LA COLONNA VERTEBRALE

Ci permette:

- di stare in piedi di fronte alla vita (altrimenti si è “smidollati” o “senza spina dorsale”).
- di caricarci tutto sulle spalle (“avere tutto sul groppone”), che mette in relazione le spalle con le vertebre cervicali.
- ma talvolta è in relazione al sentirsi colpiti alla schiena (“pugnalato alle spalle” o “alla schiena”, dolore tra le scapole o sotto le scapole).

GLI ARTI INFERIORI

Ci permettono

- di muoverci e di avanzare.
- di andare verso gli altri, cioè di entrare in relazione con il mondo esterno (il bambino che impara a camminare sulle gambe scopre il mondo).

L'ANCA

- È il punto su cui ci reggiamo e talvolta l'appoggio viene meno, come le spalle (ma l'anca è più sensibile al tradimento).
- È il luogo il cui l'animale uomo diventa essere umano e si verticalizza: non è più spezzato in due dalla vita.
- È collegata alla sessualità e quindi luogo dove si può esprimere il conflitto tra istinti e ragione, tra animalità e spiritualità.
- Si tratta di salire la *scala di Giacobbe*, che la nostra colonna vertebrale simbolizza. Giacobbe lotta con Dio che lo lascia sciancato, zoppo. Se l'uomo non sposa le sue due polarità, Adamo ed Eva, conscio e inconscio, istinto e razionalità, non accede alla dimensione divina e rimane zoppo. Lotta con Dio e non riesce né a stare in piedi né ad avanzare.

IL GINOCCHIO

Ricorda che per andare avanti bisogna piegarsi ad un'autorità e qualche volta perfino inginocchiarsi, vincendo l'orgoglio.

Soprattutto è in relazione con il riconoscimento del ruolo dei propri genitori ("onora il padre e la madre"); se non si onorano i propri genitori non si onora se stessi e il ginocchio cede.

LA CAVIGLIA

- imprime la direzione di marcia.
- è anche il luogo dove ci sentiamo impediti nell'andare nella direzione che desideriamo. Ci sentiamo bloccati e trattenuti (agli schiavi si mettono le catene alle caviglie).

IL PIEDE

- esprime la nostra base tramite il tallone ("avere i piedi piantati per terra").
- è l'appoggio e la stabilità.
- tramite le dita si muove nelle relazioni con maggiore o minore convinzione ("tastare il terreno", "farsi pestare i piedi").
- imprime una direzione affettiva alla relazione ("fare piedino").

IL CUORE:

- è quanto ci anima e ci rende vivi e pieni di emozioni
- muove il sangue e pertanto segna la nostra interezza – anima e corpo – :
 - in tutto ciò che intraprendiamo ("metterci cuore", "avere a cuore").
 - nelle relazioni con gli altri: per ciò che diamo (sangue arterioso) e riceviamo (sangue venoso).
 - E' la vita emotiva di relazione ("metterci cuore", "farsi montare il sangue alla testa", "farsi il sangue marcio", "relazioni di sangue", "lavare con il sangue").

I POLMONI ED IL RESPIRO

Sono legati:

- alla gioia di vivere.
- all'affettività.
- al sapersi riposare (“tirare il fiato”).
- allo spazio che ci manca (“sentirsi soffocare”, “mi toglie il fiato”).
- alla libertà (“respirare a pieni polmoni”).
- allo scambio, attraverso il quale respiriamo l'aria dell'altro, anche del nemico dal quale dobbiamo proteggerci (“avere il fiato sul collo”).

LA DIGESTIONE

Mangiamo, beviamo, digeriamo ed assimiliamo sia il lato materiale che quello emozionale delle nostre esperienze di vita. Ecco alcuni esempi:

- “addentare la vita con gusto”, “mordere la vita”.
- situazione che “ci rimane sullo stomaco”, che “non digeriamo”, che “ci fa vomitare”
- situazione che “ci fa ca...re”.
- situazione “troppo pesante da digerire”.
- “mi viene di traverso... e mi soffoca”.
- “mi viene un travaso di bile”.
- “rodarsi il fegato”.

Una situazione “ci rimane sullo stomaco” a meno che la cistifellea non venga a dirci – con un misto di ansia e collera – che quell'esperienza “è un po' troppo pesante da digerire” (“mi viene un travaso di bile”, “mi fa vomitare”).

L'INTESTINO TENUE

Smista e discerne. E' in relazione con ciò che viene dall'esterno e facciamo diventare nostro, pertanto ci può rendere forti o vulnerabili (ansia), rilassati o sul chi vive (allergia).

IL FEGATO

- E' la capacità di affrontare le situazioni (“avere fegato”).
- E' la rabbia che fa reagire attraverso la cistifellea (“mi viene un travaso di bile”) o blocca la reazione (“rodarsi il fegato”, “mangiarsi il fegato”).
- E' il desiderio di possedere, di fare proprie le cose e le esperienze. Se eccessivo diventa un'ossessione, una bulimia. E' in relazione con l'avidità, il possesso, il controllo.

LA CISTIFELLEA

I cinesi dicono che il fegato è l'imperatore e la cistifellea il generale che esegue gli ordini dell'imperatore. Pertanto quest'organo è:

- la capacità di trasformare il pensiero in azione.
- la paura di non avere il controllo della situazione, di non aver previsto tutto, di non essere in grado di affrontare un evento. Se non ce la faccio mi viene “un travaso di bile” e

vomito, oppure, se non mi sento abbastanza intelligente da trovare una soluzione, mi viene l'emicrania o il mal di testa.

IL COLON

Elimina, e lo fa attraverso un'alchimia laboriosa, che gli permette di lasciare le cose del passato, di non trattenerle, di andare avanti e voltare pagina, invece di continuare a dire "quella cosa fa ca..re".

- E' la capacità di liberarsi dell'inutile, di ciò che deve essere lasciato.
- E' anche in relazione con il denaro. La stitichezza è una forma di avidità che fa trattenere tutto e impedisce di fare fruttare ciò che abbiamo.

IL PANCREAS

Ci parla della dolcezza della vita, che quindi aiuta a digerire le cose meno dolci, ma gestisce anche l'energia delle nostre imprese.

In quest'organo è racchiusa la capacità di fare fronte ai progetti, di pensarli e viverli. Se il fegato è l'azione il pancreas è il pensiero che lo sottende. Senza pensiero, senza riflessione non ci può essere azione.

LA MILZA

E' il cimitero, il luogo di tutte le nostalgie (in inglese: *spleen* = milza ma anche nostalgia), delle cose incompiute.

Rimanda anche:

- al senso della misura ("correre fino a farsi scoppiare la milza").
- al fare ritorno alla terra ed a ciò che è sepolto. La milza sono gli antenati e/o il passato della nostra vita.

I RENI

- Bilanciano il pro e il contro e decidono.
- Ci aiutano ad affrontare la vita ("dando dei colpi di reni").
- Con la partecipazione dei surreni ci aiutano a vincere le nostre paure ("a non farsela sotto"). I calcoli sono gli edifici che costruiamo per proteggerci dalle nostre paure.

LA VESCICA

- Elimina ed evacua un'emozione ormai consunta.
- Segna i limiti del territorio, del proprio spazio vitale (guai all'intruso che vi penetra).
- Ma segna anche i propri limiti ("pischiare fuori dal vaso", "pischiare lungo").

LA TIROIDE

E' tra alto e basso, dentro e fuori, testa e corpo. Lo iodio della tiroide ha un colore violetto che unisce l'azzurro del cielo e del pensiero, al rosso dell'emozione e del sangue. E' qui che si equilibrano azione e contemplazione (tiroide in greco = simile a porta).

E' la capacità di fare fronte alle paure improvvise, di darsi alla fuga o non poterlo fare.

E' in relazione alla percezione che manchi la protezione dei genitori.

LE SURRENALI

Possono mobilitare all'istante tutta l'energia per fare fronte al pericolo ed alla paura.

L'APPARATO GENITALE

Evoca:

- la sessualità, la relazione intima con l'altro.
- il rapporto con i nostri figli (essere padre o madre).
- essere un uomo potente (prostata) o donna feconda (ovaie-utero).

LA PELLE

La pelle ha tre funzioni: protezione, ricettività, contatto.

- È il luogo della presa di coscienza, della coscienza di sé e della separazione dall'altro. La pelle avvolge il limite tra l'io e il non-io, il *self* e il *not-self* e lo differenzia dal mondo esterno. E' lo stesso ruolo che ha il sistema immunitario.
- È il luogo del contatto con l'altro.
- Ci parla di protezione ("salvarsi la pelle"). La formazione dei nei è legata al bisogno di protezione.
- Parla dei nostri punti forti e deboli ("ci ho fatto il callo").
- Simboleggia il dolore relazionale ("a fior di pelle", "avere la pelle sottile", "sentire l'affinità a pelle").
- Ma è anche qualcosa che si mette in mostra di fronte agli altri, anche rispetto a ciò che avremmo voluto nascondere e che con vergogna viene esposto agli altri – ad esempio l'acne – . E' il nostro guscio, la nostra immagine, il luogo dei nostri conflitti narcisistici, ma anche il luogo dell'affetto e dell'amore (essere accarezzato, toccato).
- Serve ad eliminare ciò che ci appartiene e non ci serve più (attraverso il sudore e la termoregolazione).

La pelle non solo è molto innervata, ma embriologicamente deriva dallo stesso tessuto del sistema nervoso: è come un tessuto nervoso orientato verso l'esterno, che ha un contatto diretto con esso (il cervello invece, riparato dalla scatola cranica, possiede solo una rappresentazione dell'esterno!).

INTERNO ED ESTERNO

Nella Medicina tradizionale cinese le due polarità della vita, chiamate yin e yang, si fondono e si completano nel Tao.

Lo yin è il femminile, ciò che sta dentro, l'espansione, gli organi "cavi" (cistifellea, colon, intestino tenue, vescica).

Lo yang è il maschile, ciò che sta fuori, la contrazione, gli organi "pieni" (fegato, polmoni, cuore, reni).

Utilizzando questo schema per il corpo si può affermare che:

- Lo yin è la dimensione interna – meditativa della vita.
- Lo yang è la dimensione esterna – attiva della vita.

Gli **organi esterni** – yang – sono coinvolti nelle difficoltà della nostra vita sociale, l'attività, l'espressione di sé rispetto agli altri.

Gli **organi interni** – yin – sono coinvolti nella nostra vita interiore, le questioni profonde ed esistenziali che hanno a che vedere con la nostra identità e intimità.

Per comprendere meglio ecco due esempi:

Fegato (yin) → relazione con ciò che riguarda il nostro ego, la sfera dei desideri e l'immagine che abbiamo di noi stessi.

Cistifellea (yang) → esteriorizza i problemi che si vengono a creare quando una difficoltà relazionale fa fallire i nostri progetti.

Coledoco → collega fegato a cistifellea: dolorosa presa di coscienza delle nostre collere cristallizzate a nostra insaputa cercano di uscire ed essere eliminate.

Reni (yin) → rimanda al rapporto con i nostri genitori ed antenati (cielo anteriore e posteriore della Medicina Cinese), ma anche alla relazione di coppia.

Vescica (yang) → evoca i nostri problemi di territorio di fronte agli altri.

Uretere → collega rene e vescica: dolorosa presa di coscienza delle nostre paure che, cristallizzate a nostra insaputa nel rene, cercano di uscire allo scoperto.

ALTO E BASSO

Con il capo captiamo il pensiero, con i piedi calpestiamo il suolo. Da qui è la nostra visione del mondo.

La polarità del nostro corpo non ha alcun equivalente nel cosmo dove tutto è sferico e non c'è alto né basso. Solo i vegetali hanno la nostra stessa peculiarità ma curiosamente invertita:

- l'essere umano ha le sue radici nelle idee [pensieri, idee, cultura, convinzioni (vere o sbagliate che siano)], e nella parola e porta il cibo alla bocca.
- l'albero ha le sue radici piantate nel suolo, ed è lì che trova cibo. Per lui è come se la testa fosse nelle radici mentre esplora lo spazio con i rami.

Sembrerebbe che la differenza sia enorme per quanto riguarda il movimento, ma in realtà non è così. E' vero che l'albero non si muove, perché ha le radici piantate nella terra. Tuttavia anche se l'uomo si può muovere fisicamente, la sua coscienza ha profonde radici nella terra di idee, pensieri e cultura, che, pur essendo invisibili, condizionano la sua esistenza in uno spazio ristretto.

Allo stesso modo se è con la chioma che gli alberi esplorano il cosmo, è con i nostri piedi che esploriamo il mondo.

Nel misticismo ebraico si parla di uomo verde o uomo – albero (verde per la clorofilla) e uomo rosso o uomo – uomo (rosso per il sangue). L'uomo rosso è colui che cammina nel mare delle proprie emozioni e si lascia condizionare da esse; è poco radicato e molto instabile. L'uomo verde invece affonda bene le proprie radici nella terra feconda ed esplora il mondo muovendosi; è stabile e non teme i cambiamenti.

DESTRA E SINISTRA

La lateralità è insita nella struttura cerebrale, nella quale si riconoscono i due emisferi: quello destro intuitivo, creativo, affettivo e quello sinistro logico, razionale, matematico.

Da bambini subiamo fortemente l'influenza della mamma per cui attiviamo essenzialmente l'emisfero destro. Pertanto saremo tendenzialmente "mancini" o "ambidestri".

Intorno ai quattro anni entra prepotentemente nella nostra vita il padre, che ci insegna ad agire e ci costringe ad attivare l'emisfero sinistro. Pertanto in questo periodo incominciamo a sviluppare la lateralità e diventiamo destrimani.

Se c'è un conflitto con il padre o se il padre è assente o non affidabile rimarremo mancini. Tale mancinismo sarà molto evidente se il conflitto è durato per più generazioni.

Pertanto nella visione del mondo occidentale la lateralità significa:

- lato destro: azione, ragione, maschile, padre e sue rappresentazioni (autorità, ecc.)
- lato sinistro: intuizione, contemplazione, femminile, madre e sue rappresentazioni (istituzioni, società, chiesa)

E questo concorda con la fisiologia che prevede l'inversione dei fasci nervoso degli emisferi a livello del chiasma ottico, dove :

- lato destro → emisfero sinistro
- lato sinistro → emisfero destro

Il dottor Hamer ha ulteriormente approfondito l'aspetto della lateralità individuando:

- Sul lato destro del corpo i conflitti riguardano il padre, il partner o colui che viene ritenuto allo stesso livello (fratello, collega, ecc.) (relazione orizzontale)
- Sul lato sinistro del corpo i conflitti riguardano la madre o i figli (relazione verticale)
- Nel mancino si ha un'inversione della lateralità

Secondo il dottor Dransart i conflitti sono invertiti rispetto al comune sentire:

- sul lato destro del corpo si hanno i conflitti con l'elemento femminile
- sul lato sinistro del corpo si hanno i conflitti con l'elemento maschile

Egli dà una spiegazione per analogia: come i raggi luminosi a contatto con una lente si incrociano nel "fuoco" e si invertono dando origine ad una immagine rovesciata, così i nervi dal cervello allo stesso modo si incrociano nel chiasma ottico ed il corpo viene a rovesciare "l'immagine cerebrale"¹. Pertanto la nostra difficoltà appare rovesciata rispetto alla realtà; non viene da ciò che è visibile, ma da ciò che non lo è, o da ciò che non vogliamo vedere. Così ad esempio se la parte sinistra (l'intuizione, la ricettività, le qualità femminili) è lesa, ci sono difficoltà nel riconoscerla, nel viverla, e pertanto ci sarà una dominanza della parte destra, con il maschile che non lascia esprimere il femminile. E' il dominante che in realtà nasconde la vera parte sofferente, che non riesce ad esprimere la sua peculiarità. Lo stesso succede per la parte destra.

¹ Nella mia elaborazione mi sono accorto che spesso si è concentrati sul conflitto "apparente", perché si è perso di vista quello "reale". Ad esempio un figlio conosce bene il suo conflitto con il genitore, padre o madre, e ritiene che sia lui/lei la causa dei suoi problemi. In realtà quando era bambino il vero trauma l'ha avuto con l'altro genitore. Il conflitto è nato invece proprio con quello più presente e più amorevole: il bambino, sicuro dell'assenza dell'altro genitore, provoca quello su cui può fare affidamento e nel quale ha fiducia, affinché non lo abbandoni anche lui. Deve essere assolutamente certo del suo appoggio perché non si fida dell'altro genitore. Pertanto entra in conflitto con lui, lo provoca per avere la certezza assoluta che gli sarà sempre accanto. L'altro genitore invece non dà alcuna sicurezza, per cui il conflitto con lui è inutile e dannoso. In questi termini può avere senso, per me, la visione di Dransart, altrimenti non riesco a riconoscerla.

SIGNIFICATO DEL SINTOMO

Il sintomo fisico è un dolore (a volte sopportabile, a volte no), ma è soprattutto l'obiettivo verso cui si rivolge la medicina per parlare di salute o malattia, di guarigione o infermità. In realtà il sintomo è molto di più: è l'espressione di qualcosa, di una situazione non più sostenibile, angosciante e tormentata nella quale ci si *sente in colpa e/o arrabbiati* e quindi bloccati. La localizzazione fisica è come un segnale di allarme: tutto ciò che non viene alla luce e non viene liberato, si cristallizza e rimane intrappolato nel corpo, ed in particolare in un organo che "simbolicamente" rappresenta il problema.

Se esiste una possibilità di soluzione (a livello assolutamente soggettivo) il dolore sarà espresso a livello fisico in un organo o una funzione, per il tempo necessario a risolvere la situazione. Se invece essa non è risolvibile, se ne farà carico la psiche, che troverà un espediente attraverso comportamenti ed atteggiamenti che l'individuo inconsciamente riterrà adeguati. Vale pertanto la regola: in presenza di conflitti importanti o il corpo salva la psiche oppure la psiche salva il corpo. Questo è il motivo per cui i malati psichiatrici fisicamente stanno bene, mentre i malati, anche gravi, sono sempre lucidi e mentalmente attivi.

Il dolore è un elemento importante per discriminare il significato di un sintomo. In natura gli animali hanno bisogno del dolore per impedire loro di usare un arto danneggiato ad esempio da una frattura, o non alimentarsi quando c'è una situazione di pericolo imminente. Pertanto il loro dolore deve essere sopportabile e di bassa intensità, altrimenti pregiudicherebbe la loro sopravvivenza.

Noi umani raramente abbiamo dolori leggeri, perché assieme alla situazione "biologica" aggiungiamo un'altra serie di sofferenze assolutamente inutili. Ad esempio se un animale si è rotto una zampa deve semplicemente non appoggiarla e riposarsi di più, pertanto il corpo gli manderà un dolore e lui lo seguirà. L'uomo invece assieme a questo dolore aggiunge quelli relativi alla svalutazione, ai progetti che non riesce più a realizzare, allo spavento di non potere più lavorare, a tutto ciò che questo danno gli impedirà di fare e gli obiettivi che non riuscirà a raggiungere. Pertanto il dolore non sarà più uno solo, ma la somma di tutte queste sofferenze...

Per quanto riguarda l'infezione nella medicina tradizionale si parla di "innesco infettivo" di una malattia. Si ritiene cioè che un sintomo abbia sempre origine da un microrganismo patogeno.

Secondo Hamer invece è in fase di soluzione di un conflitto che i microrganismi si attivano per eliminare le cellule danneggiate o morte. La fase infettiva sarebbe quindi una risoluzione. Tuttavia se il conflitto persiste, persisterà anche l'infezione.

In ogni caso esiste sicuramente una relazione tra malattie, sintomi e microrganismi. E' sempre possibile mettere in relazione contaminazione infettiva e stato di problematica psicologica e comportamentale. Se è vero che un microrganismo lo si può contrarre per contaminazione, è altrettanto vero che si svilupperà e si propagherà solo su un terreno adatto; il passaggio dall'infezione alla lesione dipenderà dallo stato emotivo (vi sono lesioni che restano benigne ed altre che si trasformano rapidamente in malattia maligna).

Per sintetizzare in modo comprensibile è come se il microrganismo fosse il tramite attraverso il quale si venga a materializzare nel corpo l'emozione tossica soggiacente.

SCHEMI ESSENZIALI

MANIFESTAZIONI	SIGNIFICATO
Affanno Mancanza di fiato	Bisogna fare uno sforzo proprio quando siamo carenti di motivazione, o quando sperimentiamo uno stato di scoraggiamento. Ci sentiamo stanchi e bloccati ancora prima di cominciare.
Allergia	<p>Ciò che non accettiamo o che risveglia un ricordo doloroso o nostalgico Il nostro ambiente esistenziale viene messo in discussione perché luogo di sofferenza e dal quale ci sentiamo aggrediti. Segna non solo una paura, ma anche un rifiuto e una repulsione.</p> <p>Assorbiamo nuove molecole e forse anche o.g.m.: perdiamo i nostri punti di riferimento, la nostra sicurezza nel mondo circostante e la nostra capacità di muoverci con sicurezza in esso; abbiamo l'impressione di essere immersi in un sistema che controlliamo sempre meno.</p> <p>Abbiamo la sensazione di essere colpevoli di non riuscire a fare ciò che ci viene richiesto.</p> <p>Facile impressionabilità e senso di fragilità.</p>
Angoscia	<p>Fuga per non contattare l'emozione che tenta di tornare in superficie. Ci si trova di fronte ad un pericolo imminente ma non identificato. Il sintomo è uno "slittamento", ossia un modo di dire a noi stessi qualcosa che non riusciamo a dirci: il sintomo è lo specchio di un'altra realtà.</p> <p>Esempi: Desiderio di buttarsi giù dalla finestra → desiderio di uscire dalla cornice che racchiude la propria vita Paura di vomitare → paura di fare uscire tutto ciò che si è dovuto ingoiare e che potrebbe travolgere gli altri con una rabbia terribile</p>
Articolazioni	Resistenza. Mancanza di flessibilità. Rigidità.
Malattie autoimmuni	Desiderio di distruggere l'organo che porta un'emozione o una storia che non si riesce ad elaborare e finisce per essere distruttiva. Meglio distruggere un organo che l'intero corpo.
Brucciatura, bruciore, tutto ciò che irrita, scalda o è purulento	<p>Collera, contrarietà o irritazione con se stessi, con un'altra persona o con una situazione che non comprendiamo o che ci limita.</p> <p>Se c'è pus è la collera, ma anche il senso di colpa, che viene fuori.</p>
Brusio interno nell'orecchio (acufene)	Forti emozioni che sono state negate o che ci siamo impediti di vivere. Desiderio di non ascoltare più l'altro.
Calcoli	Accumulo di paure o pensieri duri nei confronti di sé o degli altri.
Cancro Tumore	<p>Senso di colpa, rancore, scoramento, perdita del gusto della vita, impressione di non valer più nulla.</p> <p>Rabbia o desiderio di addossare ad altri (solitamente famigliari) i propri sensi di colpa.</p>
Ciste	Grumo di dolore, preoccupazione o trauma emotivo.

MANIFESTAZIONI	SIGNIFICATO
Colpi	Sensi di colpa e rabbia che ci provocano dei lividi.
Crampi, tensioni muscolari	Tensione che ci provochiamo da soli o che ci deriva da una situazione.
Dolori o fitte	Paura, senso di colpa, autopunizione o bisogno di attenzione.
Edema Gonfiore	Quando ci si sente limitati o bloccati in ciò che si vuole fare, il corpo può manifestarlo occupando più spazio.
Epilessia	Difficoltà nel farsi carico della propria vita, fuga da una situazione dolorosa, meccanismo di manipolazione.
Fibrosi	Indurimento nei confronti degli altri o della vita.
Frattura	Ribellione di fronte ad una situazione. Parola inespressa, un “non detto”, che si trasforma in azione che esprime una rottura nei confronti di qualcuno o qualcosa.
Freddo, brividi	Insicurezza, solitudine, l'impressione di essere soli nel proprio dolore o ad affrontare le responsabilità talvolta collegata alla morte come nel caso dell'allergia al freddo.
Gas allo stomaco (acidità)	Insicurezza, paure, inquietudine. Situazione che non si riesce a digerire.
Gas intestinali, gonfiore al ventre	Paura di mollar la presa, si resta aggrappati a ciò che ci dà sicurezza ma che non è più benefico per noi.
Indurimento, sclerosi	Modo per indurirsi di fronte alla sofferenza o ad una situazione. Si può farlo per sopravvivere, per proteggersi, o perché si prova collera repressa e senso di colpa.
Infezione	Evoca un conflitto: parla di difese immunitarie e di aggressori. Impresione che l'lo si senta catturato da un'emozione che non riesce a controllare e sceglie di combatterla come se fosse un'estranea. Essere aggrediti da un “germe” significa proiettare all'esterno la colpa di ciò che abbiamo dentro. E' un conflitto tra i due aspetti della nostra personalità. I germi sono più facili da combattere se sono smascherati i loro nemici interni.
Intorpidimento	Rendersi insensibile rispetto a un desiderio o a una situazione.

MANIFESTAZIONI	SIGNIFICATO
Infiammazione e cancro	<p>Il fatto di infiammarsi è legato ad una collera trattenuta con irritazione. Nel luogo dell'infiammazione le arteriole si dilatano ed arriva più sangue "con violenza" e la zona "prende fuoco".</p> <p>La collera provoca dolore, la tristezza no (almeno all'inizio); ecco perché il cancro nella fase iniziale è spesso indolore. E' come se ci fosse una profonda tristezza che ci trascende e non c'è rivolta, perché la situazione è tale che si è al di là della ribellione: non c'è più speranza e si è abbandonata la partita. Si è rassegnati oltre la collera. E' l'animale che è finito nelle grinfie del predatore e si arrende: così può morire senza dolore. All'inizio è sempre la tristezza a prendere il sopravvento e rode silenziosamente la coscienza: ci si tiene il proprio fardello e si cova il dolore in segreto. Nel corpo avviene la stessa cosa: l'emozione ci distrugge ma dall'esterno non si vede nulla. Poi sopravviene la collera ed il dolore.</p>
Ipermobilità di un'articolazione	Eccessiva flessibilità e influenzabilità che ci fa mettere da parte le nostre idee o rinviare le nostre decisioni.
Lividi	Profonda rabbia che rende "lividi" ("livido di rabbia").
Malattie degenerative: sclerosi, necrosi o cancrena	Forma di autodistruzione collegata a senso di colpa, rabbia o rancore.
Malessere generale (aver male dappertutto)	Confusione generale, non sappiamo più dove siamo. Sappiamo soltanto che stiamo male in una certa situazione, e non vediamo soluzioni.
Nausea	Qualcosa che non possiamo ricevere, ammettere o accettare, e che rifiutiamo.
Nodulo, cisti, polipo	<p>Sono un miscuglio di collera e preoccupazione. Gonfiano perché sono l'espressione di "gonfiare di collera e preoccupazione", ma contemporaneamente sono indolori, perché è la tristezza a prendere il sopravvento sulla collera.</p> <p>Cisti e tumori benigni → grumi di preoccupazione e tristezza Polipi → otturano un condotto o una cavità per ostacolare ciò che prima circolava liberamente. Persone che hanno l'impressione di sentirsi bloccati in una situazione da cui vorrebbero scappare via, ma che spesso non osano modificare per paura di fare dispiacere alle persone che stanno loro accanto o per paura di essere abbandonati o per senso di colpa (polipi: utero, naso, colon, ecc.)</p>
Paralisi, narcolessia	Fuga quando non si vuole far fronte a una situazione che troviamo difficile o che ci ferisce.
Perdite di sangue	<p>Perdita di gioia nella propria vita.</p> <p>Difficoltà a contattare le proprie emozioni. Si preferisce perderle piuttosto che affrontarle.</p>

MANIFESTAZIONI	SIGNIFICATO
Pesantezza, peso, anchilosi	Senso di impotenza di fronte a ciò che non possiamo accettare o a ciò che ci portiamo dentro.
Pruriti	Ansia, nervosismo, impazienza o esasperazione.
Soffocamento	Bisogno di spazio, autonomia, d'essere accolti o di concedersi la possibilità di essere, di vivere.
Spasmo	Lo spasmo è una perfetta immagine dello stress mentale: dalla presa di coscienza deriva la tensione, lo "spasmo psicologico" che si aggrappa all'ostacolo, impedendo ai "canali della coscienza" di dilatarsi e liberarsene.
Stanchezza (anche quando non vi è carenza di riposo)	Perdita o assenza di motivazione.
Stordimento, svenimento	Sofferenza per la quale non vediamo via d'uscita, e dalla quale vogliamo fuggire.
Tic nervosi	Grande tensione interiore che proviene da emozioni represses.
Tremiti	Nervosismo, paura o grande tensione interiore.
Vertigine	Paura che ci manchi la terra sotto i piedi, grande insicurezza di fronte a situazioni ignote.

L'APPARATO DIGERENTE

La nutrizione può essere definita come l'insieme degli scambi che avvengono tra l'organismo e l'ambiente circostante, per trasformare la materia e l'energia necessarie a mantenere in vita l'organismo. Comporta quattro fasi principali:

1. l'ingresso degli alimenti (labbra, bocca, mascelle, denti, lingua, palato, faringe ed esofago).
Corrisponde alla capacità di ricevere, di gustarci le idee nuove, di mettere in atto un processo decisionale che ci condurrà a un'azione;
2. la trasformazione degli alimenti (stomaco, fegato, pancreas, duodeno). Riguarda la capacità di estrarre dalle esperienze ciò che può essere utile alla nostra crescita.
3. l'assorbimento e il passaggio del nutrimento nel sangue e nella linfa (intestino tenue).
Corrisponde a ciò che abbiamo imparato dalle esperienze, e che ci ha fatto crescere.
4. l'escrezione dei residui del metabolismo (intestino crasso). Riguarda ciò che va eliminato dalle esperienze, cioè odi, rancori, collera, sensi di colpa, paure, attaccamento, ecc.

Come il lombrico avanza ingerendo il terreno, digerendo ed eliminando ciò che non gli serve per vivere, così il nostro tubo digerente racconta del nostro avanzare attraverso le esperienze che digeriamo, assimiliamo e ne eliminiamo gli scarti. Questo avviene attraverso quattro tappe:

- Inserimento del materiale grezzo delle esperienze esistenziali e la sua trasformazione ed eliminazione.
- L'analisi e la cernita di ciò che è buono o cattivo (intestino tenue).
- L'assimilazione, il fare nostra l'esperienza (fegato).
- L'eliminazione di ciò che non serve (intestino crasso).

La digestione avviene su materiale solido e liquido, che ci rimanda alle esperienze materiali e emozionali, a certe difficoltà a “mandare giù, a digerire, assimilare” le situazioni che viviamo. Da cui espressioni quali: “mi è rimasto sullo stomaco” o “mi è rimasto sul gozzo”, “questa non la mando giù”, ecc.

LABBRA E BOCCA

Le labbra e la bocca sono il punto d'entrata per le vie dell'espressione (gola, faringe e laringe) e le vie digestive (esofago, stomaco). Rappresentano la nostra capacità di aprirci e di chiuderci. Disturbi alle labbra e alla bocca riguardano:

- Difficoltà di espressione.
- Difficoltà a lasciar entrare nuove idee.

Il labbro superiore rappresenta:

- Il lato femminile, *yin*, creativo, non razionale, di colorazione emotiva.
- La sessualità.

Il labbro inferiore rappresenta:

- Il lato maschile, *yang*, attivo, razionale, di colorazione analitica.
- L'affettività.

LABBRA

Le labbra sono il primo contatto interno di ciò che vogliamo fare nostro. Anche la pelle è un senso di contatto, ma le labbra manifestano appropriazione, interiorizzazione, in quanto si tratta di mucosa, un tessuto interno.

Sono il primo contatto carnale con la madre, il primo contatto tra innamorati, e come ogni altro orifizio, la bocca rappresenta il piacere di vivere sulla terra e del contatto. Simboleggiano:

- La capacità di aprirsi o chiudersi, dando voce al sussurro come al grido.
- L'apertura mentale, la capacità di assimilare nuove idee, oppure la chiusura e la mente limitata.
- Sono il primo luogo di scambio primordiale con l'ambiente, la vita, il cibo, il dono.
- Il desiderio, la sensualità, il contatto carnale, il piacere orale, che è il gusto di vivere, dell'aprirsi o del chiudersi.
- Anche i segreti "a fior di labbra" il "non sapere come dirlo" sono espressioni delle labbra.

Eruzioni labiali

Eczema sulle labbra è *Sepia*, il vedere nero, non provare piacere nella vita, o colpevolizzarsi se lo si prova.

Herpes labialis (o "febbre")

Caratterizzato da un'eruzione cutanea. Esprime:

- La collera che è ci rimasta "a fior di labbra" e non è stata liberata o perché la persona interessata è assente, o perché non vogliamo fare scenate, oppure perché abbiamo paura di verbalizzarla.
- La collera rivolta contro noi stessi per esserci impegnati con una persona che poi non ha soddisfatto le nostre aspettative. Spesso si tratta di un partner dal quale ci "rifiutiamo di essere baciati".
- La frustrazione che viviamo nei confronti di desideri insoddisfatti [sia sessuali (labbro superiore) che affettivi (labbro inferiore)].

Ferita o screpolatura alle labbra

Sono piccoli tagli, crepacci (*crevasse*), fessure che segnalano una separazione.

- Ci si sente lacerati dal contatto che dovrebbe procurare piacere. E' tipico dei bambini tristi, quando ad esempio tra i genitori non c'è intesa.
- Ci si sente in colpa per aver detto qualcosa che non andava ("ho parlato troppo", "sarebbe stato meglio fossi stato zitto").

Labbra aride

Fa pensare ad una difficoltà con l'emozione (acqua). Segnalano:

- Difficoltà a comunicare le proprie emozioni.
- Difficoltà a prendere contatto con l'esterno quando questo coinvolge sul piano emotivo.
- Mancanza di vitalità causata dalla stanchezza e dalle preoccupazioni.
- Senso di solitudine e tristezza nel proprio bisogno di comunicare; non si riesce a dire ciò che si prova.

Labbra intorpidite

Denotano la paura di rispondere o di replicare.

Possono manifestarsi nello scolaro davanti all'interrogazione, nel venditore che lavora in negozio la cui politica è: "il cliente ha sempre ragione" o durante gli insulti

Labbra screpolate e che sanguinano

Ci si sente lacerati (screpolatura) nel desiderio di comunicare quello i nostri sentimenti (sangue) con la/le persone che si amano.

BOCCA

Permette di gustare ancora prima di inghiottire; ci dice se quello che abbiamo introiettato va bene o no, prepara il tubo digerente a ricevere il lato buono delle cose.

Rimanda al gustarsi la vita, al gusto delle cose, al concedersi qualcosa che fa piacere.

La bocca è anche il luogo dove viene emessa la parola, modulata dai movimenti della lingua. Come le labbra, manifesta il piacere della vita terrena ed i contatti, oppure le difficoltà nel concedersi piacere, che si manifesta con esperienze spiacevoli che "non sono di nostro gusto".

Afta o ulcera della mucosa della bocca

Si tratta di piccole ulcere dall'orlo rosso vivo, molto sensibili al tatto. Rimandano a:

- Alla collera rimuginata (che come tutte le ulcere "rode"). Qualcosa che abbiamo dovuto "mandare giù" nostro malgrado, o qualcosa che non deve essere detto, ma che abbiamo "sulla punta della lingua".
- Senso di impotenza. ("a che serve parlare, non farebbe che peggiorare la situazione", "meglio che stia zitto, altrimenti rischio di esplodere").
- All'ansia ed alla difficoltà nel mettere in pratica nuove idee per paura delle novità.

Alito

E' l'odore che accompagna il fiato. Traduce:

- Collera repressa, o pensieri di odio.
- Senso profondo di ingiustizia, in cui ci si sente impotenti a operare un cambiamento
- Situazione maldigerita che altera il gusto delle cose vissute. E' come un disgusto per una situazione, che esprimiamo all'esterno senza riuscire a parlarne.
- Profondo disgusto per se stessi e per la propria vita al punto da tenere lontani gli altri dalle nostre parole e dal nostro respiro.
- Sensazione di essere obbligati ad agire contro le proprie convinzioni od i propri doveri, che può rendere maldicenti e "malelingue".

Stomatite

Infiammazione del cavo orale provocata dall'incapacità di gustarsi la vita.

SALIVA E GHIANDOLE SALIVARI

La saliva è simbolo di dolcezza, amore, consolazione. E' con la lingua e la saliva che l'animale prodiga attenzioni al proprio cucciolo, a se stesso o ad un membro del proprio branco.

La saliva favorisce la deglutizione del bolo alimentare e contiene un enzima, l'amilasi, che digerisce gli zuccheri complessi dando un sapore dolce.

Quindi la saliva:

- E' un balsamo che lenisce le ferite² e le fa cicatrizzare e le disinfetta (è battericida).
- Permette all'organismo di assimilare meglio la dolcezza della vita.

Eccesso di salivazione

- Bisogno di affetto e tenerezza (il bambino che si succhia il pollice).
- Desiderio di gustare qualcosa di piacevole ("mi viene l'acquolina in bocca").

Infiammazione ghiandole salivari (parotite)

Gli orecchioni rappresentano una reazione di insoddisfazione e collera nei confronti del genitore. E' pertanto ovvio che abbia ripercussioni su testicoli ed ovaie, rappresentativi del legame genitoriale e della filiazione.

Masticazione veloce.

Il gusto sulla lingua viene percepito in differenti punti:

1. Il dolce sulla punta.
2. Il salato ai lati.
3. L'acido ai lati più all'esterno.
4. L'amaro nella parte posteriore.

Chi inghiotte troppo rapidamente il cibo gusta gli alimenti con la parte posteriore della lingua, che corrisponde all'amaro. A questo punto il sistema nervoso gusta soltanto l'amaro: c'è da stupirsi se provano allora tanta amarezza?

Inoltre le papille gustative non riescono a ricevere le informazioni giuste per un determinato tipo di sapore e attivano il desiderio corrispondente al gusto di cui si sentono private. Così ad esempio un modo per ridurre il desiderio di mangiare cose dolci è gustare di più gli alimenti con la punta della lingua.

GENGIVE

² Gesù umettò la terra con la saliva per rendere la vista al cieco.

Le gengive sono parte della mucosa della bocca che ricopre le ossa delle mascelle vicino ai denti. Collegano il potere di mordere e decidere (i denti) alla struttura ossea; la domanda è quindi questa: la nostra struttura reggerà alle decisioni che prendo?

I disturbi gengivali riguardano:

- La scarsa fiducia in noi stessi, la mancanza di coraggio nel...mordere la vita
- Il dubbio e la paura dei risultati che inducono a rinviare continuamente una decisione (non osiamo agire e, presi dalla paura e dal dubbio, preferiamo attendere. Ma il dubbio e la paura ci rodono, e le gengive arretrano).
- Le predizioni per il futuro. Da un lato si vuole sconfiggere la previsione, e dall'altro il dubbio rode dentro.
- Una decisione che si continua a rimandare, un sogno che si ha paura di realizzare (vedi la parabola dei talenti: quello che non usiamo, lo perdiamo, non ci fidiamo della provvidenza o del detto "aiutati che il ciel ti aiuta").

Disturbi gengivali

I denti rappresentano le nostre decisioni, le nostre azioni determinate, la nostra identità nell'agire. I disturbi gengivali segnalano la paura dei risultati che verranno, delle decisioni che dobbiamo prendere.

Gengive che sanguinano

Traducono:

- Una tristezza di lunga data, che viene ben mascherata da meccanismi di compensazione alimentare (ci si rifugia nell'alcol, nel cioccolato, nei dolci, nelle patatine fritte oppure) o sessuale/affettiva (ci si rifugia nella seduzione, passando da un partner all'altro per non sentire la tristezza).
- Una vecchia tristezza, collegata alla perdita di una persona cara, all'impotenza provata davanti alla sofferenza di qualcuno che amavo, oppure perché ho subito la decisione di qualcun altro (esempio, un bambino a cui è stato imposto di andare a vivere lontano dalla famiglia, in un convento, una famiglia affidataria, da uno zio o una zia, dai nonni, ecc).
- Un continuo rimandare una decisione per tristezza e perdita di gioia. Ma rimandare costantemente le decisioni sottrae energia ed entusiasmo.

LINGUA

La lingua è formata da diciassette muscoli, e ha una funzione importante nella masticazione, nella deglutizione e nella fonazione.

La lingua rappresenta anche la somma delle idee e della storia di un popolo e ne riflette la sottigliezza espressiva.

Essa serve a:

- Come dire le cose (anche con i sottintesi ed i lapsus); le difficoltà espressive del nostro pensiero. Permette di dire le cose con finezza, di modulare la voce, di adattare le parole alle circostanze. Alcune frasi comuni ne esprimono il senso: "lingua di vipera", "linguaccia", "mordersi la lingua", "avere la lingua lunga", "non avere peli sulla lingua". La lingua è in rapporto con la parola. I disturbi alla lingua si riferiscono alle difficoltà a dire le cose con la finezza necessaria (non alla difficoltà di esprimersi)

- Gusto sottile che proviamo per la vita. Permette anche di affinare il gusto, di cogliere il sapore di ciò che inghiottiamo, dell'esperienza vissuta che ci apprestiamo a digerire e fare nostra. Il gusto è associato al cibo ed il cibo all'amore: allattare la seno, convivialità di un pranzo, il biblico pane e vino, il carattere sacro dell'ospitalità, il banchetto degli antichi, il contratto che viene concluso intorno ad un tavolo. Gustare lo stesso cibo è un modo per “parlare la stessa lingua”.

Lingua spessa

Ci si sente impacciati nel proprio modo di esprimersi, che deriva da una scarsa fiducia in se stessi, la paura di essere ridicoli. Ci si trattiene dal dire ciò che si pensa per paura di venire ridicolizzati o che l'altro se la prenda.

Tagli alla lingua

Impressione di essere lacerati (tagli) tra la voglia e la paura di dire quello che pensiamo. Ci si impedisce di esprimere i sentimenti e le emozioni e questo separa dagli altri.

Mordersi la lingua

E' legato al senso di colpa: ce l'abbiamo con noi stessi per ciò che abbiamo detto o che stavamo per dire.

Sin da piccoli ci hanno insegnato a tenere a freno la lingua prima di parlare.

Brucciore alla lingua

Collera conseguente al fatto di mangiare sempre lo stesso cibo oppure cibo senza gusto, od ancora avercela con se stessi per aver ceduto alla gola.

Aver la lingua intorpidita

E' effetto di una paralisi parziale temporanea della bocca con intorpidimento della lingua, spesso in relazione con il desiderio di non mangiare più. C'è il bisogno di anestetizzare il proprio desiderio di mangiare.

Glossite e dolori alla lingua

Denunciano il “non detto” che è lì “sulla punta della lingua”.

MASCELLE, DENTI E GENGIVE

Le mascelle, i denti e le gengive rappresentano:

- La capacità di gustarmi le idee nuove.
- La capacità di raggiungere degli obiettivi.
- La volontà.

Dolore alle mascelle - bruxismo

Il dolore alle mascelle, a volte associato al digrignamento denti, si manifesta perché:

- Ci sentiamo forzati a sorridere anche quando questo non rientra nelle nostre abitudini.
- La collera induce a stringere i denti per non esplodere (spesso ci si sente ingannati dalle persone cui si riponeva la propria fiducia). E' una rabbia che può risalire all'infanzia.
- La rabbia per essere stato sfruttato, manipolato o perché qualcuno ha approfittato di me.
- C'è una voglia di mordere mascherata dal sorriso. Ci si sente obbligati a sorridere nostro malgrado, "stringendo i denti" se necessario. Spesso c'è sempre qualcun altro a decidere.
- Si ritiene di dover "stringere i denti" di fronte ad una situazione difficile che richiede tutti i nostri sforzi. Spesso è associata a bruxismo, cioè digrignamento dei denti notturno).
- A volte c'è un *segreto di famiglia* del quale non si deve assolutamente parlare, ed allora si "stringono i denti".
- Tutti i dolori persistenti alle mascelle possono comportare un'usura prematura dei denti.

Frattura della mascella

Senso di ribellione nei confronti di una situazione nella quale siamo obbligati ad agire diversamente da come vorremmo. Ci piacerebbe avere più capacità di imporci, ma non ce la facciamo.

DENTI³

I denti sono collegati:

- All'identità, alla capacità di porsi nell'ambiente con sufficiente determinazione. Quando c'è un'età in cui invecchiamo e gli altri incominciano a prendere decisioni al posto nostro, perdiamo i denti.
- Alla voglia di mordere, all'aggressività. (aggressività, rancore, collera inespressa). Mordere è un atto di potere, di presa di possesso, di attaccamento ad un'idea (non demordere). Alcune frasi: "mostrare i denti", "digrignare i denti", "armato fino ai denti", "è uno squalo". L'aggressività può essere interiorizzata se non è possibile "mostrare i denti", e tuttavia se si deve affrontare una situazione si "stringono i denti".
- Al rancore, alla collera inespressa. Il rancore deriva da una parola che non abbiamo saputo dire, o da decisioni che non sono state prese nel momento giusto per cui la situazione si è deteriorata. "Avere il dente avvelenato", "borbottare tra i denti", "a denti stretti".
- Decisione da prendere a cui non riusciamo a risolverci (il morso che si spezza). Sognare di perdere i denti è sinonimo di perdita di energia e potenza di fronte ad una situazione di fronte alla quale non sappiamo prendere una decisione.
- Appropriarsi della vita ed addentarla con gusto.

Mal di denti

E' spesso collegato ad una decisione da prendere ma c'è:

- Paura dei risultati.
- Paura di sbagliarsi, di fare la scelta sbagliata, di non poter tornare indietro, di venire ingannato, di non riuscire.

Carie

³ Vedi appendice 1

La carie è una malattia infiammatoria delle ossa e dei denti, che li rende più molli e li distrugge.

Rappresenta una tensione emotiva relativamente ad una situazione deteriorata (“cariata”) nella quale cresce il rancore che rode gli strati del dente fino alla sua anima. Se la carie raggiunge l’anima del dente la capacità di mordere è compromessa e compare il dolore per esternarci l’impotenza della nostra collera.

L'espressione "avere un dente avvelenato" ci mette sulle tracce della causa della carie dentaria, in quanto è spesso segno che ce l'abbiamo con qualcuno (si vive un collera contro l'autorità o contro l'altro, ma non si sa come eliminarla). La collera o il rancore ci rode... lo smalto dei denti.

Le carie nei bambini esprimono una ricerca di un’identità che viene negata dai genitori. Ci si arrabbia e si vorrebbe “morderli”, ma non si può fare e perciò è meglio distruggere i propri denti e rimanere come vogliono gli adulti.

Rompersi un dente

Rompersi un dente (“prendersela sui denti”) significa:

- Un senso di colpa che riguarda una decisione presa.
- Il trovarsi di fronte ad un ostacolo più grosso di noi per mancanza di competenza o ostinazione e non riuscire ad affrontarlo.

Perdita dei denti a causa della carie o di estrazioni

Le persone che hanno perso molti denti e non ne hanno erano, o sono ancora, di quelle che mancano di identità. Lasciano gli altri decidere al posto loro, cosa che può aver causato molta collera (carie).

Ascesso

Ritenzione di pus nella zona radicolare del dente.

Collera, rabbia e desiderio di vendetta che non riescono ad esprimersi in modo concreto. Si vorrebbe “mordere”, aggredire, ma ci si piega di fronte al dolore che lo impedisce.

PALATO

E’ il “sigillo” della bocca ed è costituito dal *pavimento* delle fosse nasali e dal *tetto* della bocca. Qui si riuniscono odorato e gusto.

I problemi al palato possono essere collegati a un disgusto per una situazione o per la vita stessa. Se c’è rabbia è facile che ci scottiamo.

ESOFAGO

L'esofago è il primo tratto del tubo digerente, dalla faringe all'apertura superiore dello stomaco.

Rappresenta:

- La capacità di accoglienza di una situazione o una persona. Avere problemi all'esofago è quindi un indice che è difficile, per noi, ricevere o accettare una situazione.
- La capacità di “trangugiare la pillola”, di “mandare giù” una situazione.

- Una rivolta passiva nei confronti di una situazione che malgrado tutto abbiamo accettato di “mandar giù”. Il fastidio nell’esofago ci rimanda a qualcosa che abbiamo ingoiato malvolentieri nostro malgrado (“ingoiare il rospo”), oppure ad una passività di fronte ad una situazione vissuta: è una rivolta a scoppio ritardato.
- Una volta presa la decisione di trangugiare è impossibile tornare indietro, se non con mezzi coercitivi (provocandosi il vomito). E’ come un passaggio obbligato nei confronti di una situazione cui abbiamo permesso di svilupparsi senza reagire per tempo, ma ora è troppo tardi.
- L’esofago è un organo “passivo” che rimanda alla nostra passività nei confronti di ciò “che non ci va giù”. Pertanto quando qualcosa “ci va di traverso”, si riferisce ad una situazione che ci soffoca e che non riusciamo a mandare giù.

Sensazione di aver qualcosa che blocca l'entrata dell'esofago

Abbiamo difficoltà ad accogliere il cibo che portiamo alla bocca oppure a ricevere tutte le buone cose che la vita ci offre. Ci sentiamo troppo ricchi rispetto agli altri.

I dolori all'esofago spesso risultano da:

- Una situazione in cui ci si sente "presi alla gola”.
- Una situazione che consideriamo ingiusta e che non riusciamo ad accettare.

Spasmo all'esofago

Quando ci tocca mandare giù le osservazioni sgradevoli di qualcuno e tratteniamo la collera.

Acalasia

Difficoltà nel fare avanzare il bolo alimentare. Può essere legato a spasmi o a movimenti non coordinati del tubo digerente.

Si tratta di una difficoltà nell’assimilare le nuove esperienze della vita. L’individuo, sebbene sembri aperto e disponibile, in realtà rifiuta tutto ciò che potrebbe portare a cambiamenti delle proprie convinzioni. E’ egocentrico e soffre nell’accettare ciò che è diverso da lui, senza per questo mostrarsi intollerante.

Esofagite

E’ un’infezione acuta o cronica della mucosa dell’esofago.

Traduce la collera nei confronti:

- Di una persona che, secondo noi, gode di privilegi.
- Di una situazione che consideriamo ingiusta (“questo non mi va giù”, “non l'ho mandato giù”, “questa è troppo grossa da mandar giù”).

Un esempio preso da Rainville. Roger ha delle varici all'esofago e bruciori di stomaco. Ha un fratello che tutti chiamano “il genio”, perché va benissimo a scuola. Per recuperare l'amore dei genitori, che ritiene sia rivolto soprattutto al fratello, Roger fa un sacco di lavoretti per loro: è davvero molto abile, ma continua a pensare: «lo non ho il talento di mio fratello; per ottenere anche il minimo risultato, bisogna che lavori duro». Questa auto-svalutazione gli fa produrre un sacco di bile. Ha molta difficoltà a mandar giù il fatto che tutti i suoi sforzi vengano notati molto meno del talento del fratello. Grazie a tanti sforzi e a tanta abilità, diventa dirigente, ma continua a lavorare con persone dotate di diplomi nettamente più impressionanti dei suoi. Dal momento che queste emozioni sono in risonanza con gli eventi della sua infanzia, gli effetti sono amplificati: Roger, che lavora in quell'azienda da anni, si sente meno riconosciuto dell'ultimo diplomato assunto; prova una grande collera (bruciori di stomaco) e un senso di ingiustizia. Roger si libera dei suoi disturbi quando ammette di non essersi mai accettato, di essersi sempre lui stesso sottovalutato. Quando

ricosce di avere talenti che nessun diploma avrebbe mai potuto dargli, e che nessuno ha mai messo in dubbio la sua competenza tranne lui stesso, le varici all'esofago pian piano spariscono e lo stomaco si calma.

Cancro all'esofago

La situazione è senza via di uscita al punto che ostruisce il desiderio di vivere: non va più giù nulla di ciò che potrebbe sostentarci o nutrirci in tutti i sensi del termine. Ci si sente “presi alla gola” in una situazione per la quale non si vede via d'uscita

DIAFRAMMA

Questo muscolo che separa il torace dall'addome ha una funzione importante nella respirazione; quando si contrae, partecipa anche ai fenomeni di espulsione (minzione, defecazione, parto). Se siamo in ansia lo mettiamo sotto tensione e il nostro respiro è superficiale e “di petto”, viceversa se siamo rilassati il respiro è profondo e “di pancia”.

Il diaframma rappresenta lo sforzo che si fa nel raggiungere un obiettivo.

Il singhiozzo

E' collegato direttamente al diaframma e può rappresentare:

- Un senso di colpa per aver mangiato troppo, per aver riso troppo, per esserci sforzati troppo. Abbiamo bisogno di calmarci (un buon bicchiere d'acqua può aiutarci a cambiare le nostre disposizioni d'animo).
- Qualcosa che si inceppa nei nostri rapporti con gli altri.

STOMACO

Lo stomaco è quella porzione del tubo digerente che sta a metà fra l'esofago e il duodeno; serve per la digestione e rappresenta la nostra capacità di accettazione.

I problemi di stomaco riguardano:

- Situazioni che non sono state digerite (indigestione).
- Idee, alimenti o situazioni che rifiutiamo (vomito).
- Situazioni che troviamo ingiuste e che fanno male (dolori) o che ci mandano in collera (bruciori, gastrite).
- Una preoccupazione che ci è rimasta sullo stomaco, una grossa perdita di gioia dovuta a una situazione che consideriamo ingiusta (emorragia gastrica), una perdita di voglia di vivere legata a un senso di ingiustizia, oppure un senso di colpa per aver creato una situazione ingiusta (cancro) possono tutti causare delle vere e proprie piaghe allo stomaco.
- Situazione che non possiamo far altro che digerire in qualche modo.
- Rapporto con il “pane quotidiano”: il lavoro, l'ansia materiale, le preoccupazioni relative al cibo. Riguardano gli aspetti materiali della vita: per procurare il cibo bisogna lavorare, chissà cosa ci riserva il domani, e se sarà possibile nutrirsi o dare da mangiare alla famiglia. Insicurezza materiale vera o immaginaria.

- La digestione è anche gestione: cattiva o buona gestione delle cose materiali, contrarietà professionali, giudiziarie, finanziarie, scolastiche, che hanno tutte in comune l'ansia per il futuro. La persona rimugina le sue preoccupazioni e ruminando sentendosi impotente di fronte alle situazioni.
- Quando invecchiamo e siamo più solidi professionalmente ci viene la pancetta: abbiamo più "stomaco" in tutti i sensi: ci viene meno paura per l'avvenire, ci sentiamo più capaci di affrontare le situazioni. Lo stomaco è anche il centro della *forza* a cui possiamo attingere per far fronte ad una difficoltà con una discreta faccia tosta (non avere peli sullo stomaco, avere stomaco).
- Ha a che vedere con la forza e il coraggio ("cos'ha avuto lo stomaco di fare", "non ha peli sullo stomaco", "ha un bello stomaco per reggere quella situazione") e inversamente, con la paura. La paura che provoca un "nodo nello stomaco" è la paura del conflitto. Piuttosto che difenderci preferiamo incassare e poi "tenerci la faccenda sullo stomaco", ed avere una digestione che è tutta un ruminare. Chi è malato di stomaco vuole evitare i conflitti a tutti i costi.
- Lo stomaco è una sacca capace di assorbire e sciogliere gli alimenti. Non si tratta dell'aggressività attiva dei denti, che mordono e triturano il cibo animati dalla volontà e dalla determinazione, ma di un'aggressività passiva che riceve e dissolve tutto ciò con cui entra in contatto. E' una passività solo apparente, perché lo stomaco è anche capacità di combattere per il pane quotidiano.

Dolori di stomaco

Il dolore di stomaco può risultare da un'emozione che rimane sullo stomaco perché:

- Viviamo un senso di impotenza.
- Non ci sentiamo riconosciuti.
- Abbiamo situazioni difficili da accettare.

Indigestione

L'indigestione può manifestarsi:

- Perché abbiamo sentito qualcosa "che non abbiamo digerito" mentre eravamo a tavola, o dopo pranzo.
- Perché c'è una persona o una situazione che non accettiamo.

Vomito

Lo stomaco ruminando i problemi che riguardano il pane quotidiano, preoccupazioni, contrarietà, fastidi in ambito lavorativo o domestico.

Il "troppo" viene estrinsecato dal vomito: è un rigetto, un rifiuto.

Mentre la nausea è legata ad un'avversione, un senso di disgusto (cosa mi dà il voltastomaco?)

Segnala qualcosa che:

- Non riesco ad accettare, e rifiuto.
- Mi ha schifato, disgustato.
- Non riesco ad assimilare. Si ha paura di fronte ad una situazione nuova e la si vorrebbe eliminare.

Aerofagia

Si caratterizza per una deglutizione di aria, che può dare eruttazioni ed una certa dilatazione dello stomaco. Può dare gonfiore dopo i pasti, talvolta con singhiozzo. Si trova nei soggetti nervosi e ansiosi di prendere ciò che viene offerto dall'ambiente. Hanno la tendenza a correre troppo in tutto ciò che intraprendono e questo li porta spesso a fallire.

Bruciori di stomaco

- Rabbia verso una situazione che si trova ingiusta, tanto che brucia (provo una forte collera).
- Ansia con sensazione di essere dominati dagli eventi della vita che non si riescono a controllare.
- Percezione di essere sottomessi e incapaci di ribellarsi, che provoca una forte collera.

Gastrite

La gastrite è un'infiammazione della mucosa dello stomaco; spesso è collegata alla collera perché:

- Non ci sentiamo rispettati o apprezzati per quanto valiamo.
- Viviamo una situazione che non si riesce a digerire e fa arrabbiare.

Gastroenterite

In un neonato, può essere collegata:

- Alla non-accettazione della vita in cui è arrivato.
- A un senso di colpa nei confronti della propria esistenza.

In un adulto è in relazione con:

- Un collerico rifiuto di una situazione o di una persona nella sua globalità, che può arrivare fino al rifiuto della vita (la vita esce "da sopra e da sotto").
- Ci si sente manipolati, traditi, non rispettati.

Ulcera allo stomaco

È una lesione della mucosa gastrica che non si cicatrizza normalmente.

Esprime la collera nei confronti di una situazione che abbiamo trovata ingiusta, ma davanti alla quale ci siamo sentiti impotenti perché non riuscivamo a cambiare proprio nulla. La collera di questa situazione non digerita continua a irritarci tutte le volte che si torna sull'argomento. Persiste e ci rode dall'interno, fino a far nascere il rancore o l'odio.

Se c'è anche perdita di gioia e/o esprimo tutta la mia rabbia ci può essere anche sanguinamento.

Cancro allo stomaco

Il cancro allo stomaco riguarda in particolare le persone:

- Che vivono quasi quotidianamente in una situazione di impotenza nei confronti di un'ingiustizia.
- Che vivono di rimorsi e senso di colpa per aver creato una situazione ingiusta, che devono affrontare tutti i giorni ed ha loro tolto il gusto di vivere.

È un processo analogo a quello dell'ulcera, solo che il senso di impotenza produce tristezza invece della collera e la vita non ha più alcun senso.

Reflusso gastroesofageo

Si è arrivati al limite di ciò che accettiamo di gestire ed ingerire. Non riusciamo più a farcela! L'acido risale per l'esofago sino in gola, brucia e provoca l'irritazione della trachea con tosse.

Alcolismo

L'alcol è un modo per bruciare le proprie mucose e dunque ciò che abbiamo dentro. E' in relazione con:

La rabbia nei confronti di una vita che non è quella che si vorrebbe.

La difficoltà a trovare il proprio posto nella società in cui si vive. Si pensa di non essere nel posto giusto al momento giusto

Un senso di inferiorità che fa sentire inetti ed inferiori, con sensazione di incapacità e rifiuto di se stessi.

Disturbi del comportamento alimentare

Si tratta ovviamente di una semplificazione che ha lo scopo di indirizzare il pensiero verso una possibile soluzione.

Anoressia, bulimia e obesità vengono considerati dagli psicologi un *continuum* in quanto soggiacenti ad un unico modello di comportamento e di percezione della realtà. A volte si può partire da un episodio anoressico per sfociare in una bulimia e raggiungere l'obesità, altre volte si raggiunge uno stadio e ci si ferma. In ogni caso la caratteristica dei tre comportamenti è la rabbia e il senso di colpa legati ad una scarsa stima di sé procurata da figure genitoriali invadenti o assenti o addirittura percepite come pericolose. I temi di fondo sono il cibo e l'immagine di sé.

Anoressia

L'anoressia segnala difficoltà nei confronti della madre ed una assoluta sfiducia nel padre. Si rifiuta il cibo, ma nel contempo si svolge una elevata attività e si esprime una forte rabbia (una forma *attiva* di reazione alla paura). La colpa è degli altri.

Le ragazze ne sono colpite quando si sviluppano gli attributi femminili.

Con l'anoressia lo sviluppo sessuale si blocca o regredisce per non correre il rischio di subire attenzioni dagli uomini, dei quali non ci si fida affatto, ad incominciare dal padre. Spesso c'è un fattore ereditario importante di violenze sessuali famigliari.

Bulimia

A volte compare dopo episodi anoressici. Due sono i temi di questo disturbo:

- L'individuo si spinge ad un consumo esagerato di cibo per rabbia verso la figura materna, ma poi, per senso di colpa si induce il vomito. Si mangia e si vomita per punire la madre, per rigettare l'immagine materna, sulla quale non si può fare affidamento. Lei non è stata capace di vivere la vita con un uomo e la figlia si sente condannata a fare la stessa fine.
- L'individuo rifiuta di accettare e superare le angosce e le frustrazioni della sua vita, si disprezza per questo e cerca di compensare con il piacere immediato del cibo.

Obesità

Mentre l'anoressia è una forma di protezione autodistruttiva di tipo attivo (rabbia e movimento), l'obesità rappresenta una forma identica ma passiva (colpa e inerzia). L'individuo può abbuffarsi di cibo oppure non necessariamente farlo, ma il risultato è un aumento ponderale, a volte molto importante.

In questa manifestazione la collera lascia il posto alla colpa, l'attività alla passività. L'obeso non ha più fiducia in nessuno, non può contare su nessuno e deve farcela da solo. Per proteggersi allora aumenta di peso e "diventa più grande", sacrificando il movimento alle dimensioni. L'obesità è una

tipica malattia degli emigranti o dei loro discendenti: hanno dovuto emigrare da un paese all'altro, ed adattarsi a costumi ed usi a cui non erano abituati; ma non potevano più tornare indietro...

PLESSO SOLARE

E' un complesso nervoso vegetativo situato dietro allo stomaco, una rete stesa contro la parete dell'aorta, collegato nella parte posteriore ai gangli simpatici paravertebrali ed alla sostanza midollare surrenale. Gestisce tutti gli organi che si trovano al di sotto del diaframma e nell'addome (organi digestivi, fegato, pancreas, milza, reni).

Il suo indebolimento provoca una **vagotonia cronica**, con:

- Facilità all'affaticamento.
- Rallentamento digestivo (atonìa).
- Senso di freddo.
- Buco nello stomaco.
- Sensazione di essere stremati fino a sentirsi svenire e con sudori freddi.

Lo stesso fenomeno avviene per il mal di mare o la cinetosi.

Analogo fenomeno sono le nausea legate alla chemioterapia (che si aggrava se c'è anche un rifiuto).

Quando il plesso solare è iperattivo si ha una **simpaticotonia cronica**

- Spasmi.
- Gastrite.
- Colite spastica.
- Coliche epatiche e renali.
- Eccesso di stimolazione delle surrenali.

FEGATO

Il fegato è contemporaneamente una ghiandola a secrezione esterna (attraverso la bile) e a secrezione interna (modificazione chimica del sangue). Diverse sono le sue funzioni:

- Neutralizza ciò che è indesiderabile (tossine di origine esterna alimentare o interna, come sentimenti velenosi, collera) per poi eliminarlo grazie alla bile (detossicazione).
- Permette di regolare l'energia attraverso l'assimilazione e l'immagazzinamento dei glucidi.
- Produce ormoni, le somatomedine, che:
 - Regolano e controllano l'uso delle riserve energetiche.
 - Stimolano la crescita e divisione cellulare agendo in sinergia con l'insulina per l'uso del glucosio da parte della cellula.
- Tutto ciò che è assorbito nell'intestino tenue, passa dal fegato dove viene trasformato prima di entrare nel sangue e diventare "nostro".
- Produce enzimi, sali organici, globulina.

- Agisce sul sistema immunitario (cellule di Keupfer) e favorisce l'elaborazione dei complessi solforati che si trovano nei tessuti connettivi (ialuronidasi), nelle ossa e nella cartilagine, nella pelle e fanere.

Ha una funzione essenziale quindi sull'identità e sulla nostra capacità di agire. Infatti rappresenta l'adattamento e la pianificazione della propria vita.

Quindi il fegato deve

- Appropriarsi di qualcosa che deve adattare e fare suo, in funzione dei criteri dell'io → avere una "buona riserva di coraggio", cioè avere fegato.
- Eliminare ciò che è ritenuto tossico dall'io (tossine) e/o neutralizzarlo → adattarsi e possedere le situazioni.
 - o mentre il rene elimina le scorie che sono solubili in acqua → qualcosa che ha a che vedere con le relazioni e le emozioni.
 - o la cistifellea elimina ciò che è solubile nei grassi → qualcosa che ha a che vedere con l'identità.

I problemi di fegato sono causati:

- Da inquietudini, da preoccupazioni (spesso di ordine finanziario).
- Da problemi di adattamento. Si ha un rifiuto ad adattarsi. Ci si fa "il sangue marcio", si va in collera e si prova un senso di ribellione.
- Da emozioni legate all'appropriazione, possesso, desideri (nel campo dell'essere o avere).
- Da bulimia, sovraccarichi, autointossicazione, fallimenti (da cui collera e risentimenti).
- Da problemi di identità (immagine di sé, fiducia in se stessi).

Il fegato è legato a :

1. **Desiderio di possedere, appropriarsi, fare nostro.** Il fegato è il serbatoio di energia che permette di realizzare i propri desideri. Se non si realizzano manchiamo di energia. Il fegato si appropria di ciò che è esterno e lo fa suo: da qui la capacità di espandersi e rigenerarsi proprio come il *desiderio*. Il desiderio è simile ad un bambino che vuole un giocattolo: non è mai contento e questo desiderio si rigenera all'infinito. Ma quando i desideri sono smodati il fegato si ammala per sovraccarico. Se non si impariamo a moderare gli appetiti il fegato si ammala: ecco perché in questa società dei consumi, con la pubblicità che continua a farci consumare di desiderio, abbiamo problemi epatici con stanchezza, frustrazione, senso di fallimento, riduzione del desiderio (anche sessuale) e colesterolo alto. Il desiderio di possedere è correlato all'immagine di sé sia in relazione a cose materiali, che affettive
 - **Desiderio materiale (bulimia):** si diventa incapaci a valutare la tossicità non solo di una sostanza, ma anche di una situazione per mancanza di saggezza, per intemperanza o incapacità di discernimento. Da qui intemperanze alimentari, bulimia, sovraccarico e intossicazione.
 - **Desiderio interiorizzato (ipocondria):** Nell'ipocondriaco l'oggetto di piacere è la sua malattia. Il soggetto trasforma il desiderio materiale in desiderio di possedere l'Essere per avere l'illuminazione (de Souzaelle parlava della "porta del fegato" come la via per accedere alla propria dimensione divina).
2. **Immagine di sé;** un'immagine adeguata consente un corretto adattamento alle circostanze (saggezza). Il fegato è un organo sensibile rispetto all'immagine che abbiamo di noi stessi o che diamo agli altri (anche solo con l'aspetto fisico). Esso può essere danneggiato quando

l'immagine che abbiamo di noi stessi viene messa in discussione (sfera religiosa, ideali, ma anche l'immagine fisica o sociale).

3. **Neutralizzazione, eliminazione delle “tossine” dell'io** (collera, risentimento, preoccupazioni; quando ci facciamo il fegato marcio, o siamo costretti a ingoiare il fiele o sputare la bile). Il fegato, per mezzo della bile, elimina da un lato l'emoglobina derivata dalla morte naturale dei globuli rossi e dall'altro le tossine liposolubili che vengono mescolate ai succhi digestivi pancreatici per digerire i grassi emulsionandoli. Tutta la bile però non viene eliminata, ma viene in parte riassorbita per essere di nuovo eliminata dal fegato. E' come se ruminassimo il “fiele”, l'amarezza, la preoccupazione o la collera (La bile è il luogo della contrarietà rimuginate). Proprio attraverso la bile il fegato ci rimanda all'amarezza, alla collera che bisogna evacuare. Il risentimento colpisce la cistifellea perché la bile è amara, ma se siamo capaci di controllare la collera ed il risentimento e trasformarli in energia, nasce la nostra forza interiore, capace di digerire il “grasso” proveniente dall'esterno.
4. **Adattamento.** Il fegato trasforma il cibo per farlo nostro, cioè adatta le esperienze esistenziali al nostro io affinché le possa saggiamente integrare. Di fronte alle aggressioni, alle ingiustizie, ma anche alle preoccupazioni “ci rodiamo dalla bile”, “ci rodiamo il fegato”, “ingoiamo o sputiamo bile”, “ci facciamo il fegato marcio”. Quando abbiamo paura invece “non abbiamo fegato”, cioè rifiutiamo di adattarci, per miscuglio di paura, collera e rivolta. L'**epatite** è una malattia che può esprimere la nostra ribellione o collera nei confronti di una situazione che riteniamo ingiusta o verso la quale non riusciamo ad adattarci. Nel caso peggiore tutto si trasforma in **cirrosi** oppure **cancro**, testimoni della propria autodistruzione e rifiuto di se stessi “affogando nell'alcol”.
5. **Capacità di fare fronte alle situazioni.** Il fegato gioca un ruolo correlato ai sentimenti che proviamo per ciò che è esterno e molte **allergie** si sviluppano su un “terreno epatico”. Una sostanza può provocare reazioni allergiche in base a come reagisce il nostro io: infatti la stessa sostanza può provocare reazioni in un individuo e nessuna in un altro.

Bambini con “terreno epatico” hanno un temperamento riservato e timido, mancano di appetito oppure hanno crisi di acetone o hanno i vermi. Essi mancano di fiducia in se stessi e talvolta compensano questa sfiducia con comportamento autoritario nei confronti degli altri bambini più deboli e diventando accomodanti se il rapporto si inverte (*Lycopodium*). Nell'adulto queste caratteristiche sono meno visibili perché la vita insegna a mascherare le vulnerabilità.

Epatite

E' l'infiammazione del fegato che:

- Proviene da una collera o da un senso di ribellione nei confronti di una situazione alla quale non riusciamo ad adattarci. Ad esempio potrebbero essere:
 - L'omosessualità o una sessualità vissuta in modo particolare (gli omosessuali sono un gruppo ad alto rischio per questa malattia).
 - I commenti delle persone che mi circondano sul modo in cui vivo.
- Ci mette di fronte a ciò che non si vuole riconoscere, cioè il desiderio di possedere. E' un conflitto tra l'immagine di noi stessi e la sua realtà. Spesso infatti i problemi di fegato nascono da spartizioni ereditarie, quindi dal possesso. L'epatite è sempre in relazione con un eccesso: di cibo (A), di sessualità e partner sessuali (B e C).
- Nasce da sentimenti di paura, collera nei confronti di altri che riteniamo abbiano un pregiudizio nei nostri confronti.

Cirrosi

La cirrosi è una sclerosi diffusa del fegato. E' una forma autodistruttiva collegata:

- Ad un rifiuto nei confronti di se stessi e della propria vita.
- Al disagio di vivere o il senso di colpa per essere al mondo.
- Ad uno stato di insoddisfazione permanente che rode dentro e rende aggressivi nei confronti degli altri e propensi alla critica.

Frequentemente colpisce gli alcolisti. L'uso dell'alcol è in relazione con la sensazione di vivere una vita sbagliata, in cui mai si riesce ad esprimere veramente se stessi.

Ematocromatosi

Riserva di ferro eccessiva con ingrossamento del fegato.

Il simbolo del ferro è Marte, il dio della guerra, della rabbia e dell'azione; ma se non viene usato intossicherà il fegato. Questa patologia si manifesta quanto la profonda mancanza di fiducia in se stessi ("mancanza di fegato") fa sì che si accettino per mancanza di coraggio le situazioni indigeste e le frustrazioni quotidiane senza reagire.

CISTIFELLEA

- Il fegato ci parla di desiderio (di possesso legato all'immagine di sé), la cistifellea ci parla dell'aspetto esteriore di quel desiderio, dell'aggressività del guerriero. Infatti la cistifellea trattiene la bile per poi riversarla al momento opportuno. La bile è tossica: è come un'aggressività che tratteniamo per poi liberarla al momento opportuno sotto il comando del fegato.
- Il fegato è l'imperatore, e la cistifellea è il generale che realizza le idee dell'imperatore ed i suoi progetti. Quest'ultima è organo yang, quindi esprime il rapporto con l'esterno, la vita sociale, mentre il fegato esprime più il desiderio interiore.
- La cistifellea esprime e simboleggia l'incontrarsi del nostro desiderio con l'universo esterno, da cui la lotta contro gli ostacoli e il coraggio. La cistifellea è l'esteriorizzazione delle qualità del fegato, cioè la sua manifestazione nella vita sociale che per i bambini è la scuola, per gli adulti è il lavoro (luoghi dell'affermazione sociale, e dell'affermazione dell'io).
- Il carattere bilioso è un motore che va su di giri, perché esagera in tutto. Ha un aspetto bulimico nei confronti della vita. E' il conquistatore, che "fa proprio" ciò che viene arriva dall'esterno. Ma non tutto è digeribile. Una buona cistifellea è anche in grado di "venire a patti" con esperienze pesanti e viscide della vita superando la collera e procedendo oltre. La bile simboleggia la volontà di vincere superando e padroneggiando le esperienze pesanti e dure e non lasciandosi schiacciare da esse.

La cistifellea si riferisce:

- All'aggressività del conquistatore o alla mancanza di coraggio e all'ansia. L'aggressività può essere esternata in forma positiva, attiva, conquistatrice, per il bene di coloro cui la persona ha responsabilità, oppure in forma negativa che sarà autoritaria e dispotica.
- Alla collera trattenuta (diventiamo gonfi di bile), al senso di ingiustizia, al risentimento. La bile aiuta a digerire i grassi "emozionali", cioè qualcosa che ci disgusta: aiuta nella digestione psicologica degli eventi. La collera trattenuta è in relazione con la sensazione di un profondo senso di ingiustizia, che si riflette proprio nel gusto amaro della bile ("ha l'amaro in bocca"). Quando tratteniamo troppo la collera, questa diventa una ruminazione ed a forza di calcolare... vengono i calcoli.

- Al discernimento, alla capacità di chiarire un'emozione confusa o ambivalente. Problemi alla cistifellea esprimono l'incapacità:
 - A vedere chiaro dentro noi stessi, con onestà (i nostri desideri, motivazioni, responsabilità), soprattutto quando abbiamo bisogno di giustificarci e manchiamo di sincerità, a chiarire un'emozione confusa (*chelidonia*, una pianta che si nasconde dalla luce), che non vorremmo vedere o accettare.
 - Ad avere chiaro il senso di ciò che è vero e giusto: talvolta è ambiguo ed abbiamo due pesi e due misure, oppure c'è un solo peso troppo importante.
 - Al vedere le persone che stanno attorno per quello che sono realmente e non per quello che vorremmo che fossero. E ad accettare i nostri sentimenti quando sono ambivalenti e desideriamo possedere o dirigere l'altro.
- Alla collera e all'amarezza quando un possesso o un'idea dell'Io non possono realizzarsi o esprimersi (la bile evacua le tossine che il fegato ha neutralizzato, cioè trasforma in azione un pensiero di possesso).

Itterizia

Si tratta quasi sempre di un eccesso di distruzione di globuli rossi, che può essere collegato:

- Al rifiuto della propria vita o di se stessi.
- Alla collera nei confronti di una situazione vissuta dai nostri genitori (come ad esempio l'ittero che si manifesta nei bambini appena nati).

Calcoli biliari o litiasi della cistifellea

I calcoli biliari sono formati da depositi di colesterolo o di calcio.

Possono generarsi per:

- Un accumulo di paure o di giudizi severi nei confronti di se stessi o degli altri. C'è un senso di inferiorità ed incapacità che può togliere la voglia di vivere.
- La paura di non riuscire a controllare le situazioni o le persone.
- Il bisogno di non lasciare uscire la collera che ci rode (costruiamo un muro di pietre dentro al quale nascondiamo la nostra collera)⁴. I calcoli sono pulsioni aggressive che si sono consolidate diventando come pietra. Sono la cristallizzazione della collera, delle preoccupazioni e delle critiche.

Colica epatica

E' una collera legata all'immagine di noi stessi. Quando uno ha la tendenza a manipolare le cose per farle andare come vuole (un calcolatore), entra in conflitto quando questo si scontra con l'immagine che ha creato di se stesso (si scopre quello che non avrebbe voluto essere) ed allora la colica si esprime.

Emicrania

Dolore alla tempia con vomito di bile.

C'è un grande desiderio di affermazione che maschera una profonda sfiducia in se stessi. Persone che devono farcela ad ogni costo ad essere i primi e non sopportano nessuna sconfitta; non hanno la capacità di perdere e, se si discute, vogliono sempre avere ragione. Ma contemporaneamente c'è hanno una grande timidezza e un desiderio di non esporsi. Pertanto hanno bisogno:

⁴ Per i calcoli ai reni "costruiamo un muro di pietre dentro al quale nascondiamo la nostra paura o ci difendiamo".

- Di tenere tutto sotto controllo. Durante l'emicrania può esserci il vomito di bile (perché la cistifellea è l'organo che permette di trasformare il progetto in azione).
- Di mascherare uno stato depressivo latente. C'è spesso il desiderio di cioccolato, che però aggrava l'emicrania (il cioccolato contiene i precursori della serotonina, che migliora l'umore, ma anche la tiramina che aggrava lo stato di tensione).

Se non ci si riesce, scoppia l'emicrania...

PANCREAS

Il pancreas è una ghiandola digerente:

- A secrezione interna. Produce l'insulina (l'ormone che serve ad abbassare la glicemia) e il glucagone (l'ormone che serve ad aumentare la glicemia), che immette direttamente nel sangue.
- A secrezione esterna. Produce il succo pancreatico (alcalino, formato da enzimi digerenti e da ioni di carbonato e di sodio), che introduce nel duodeno assieme alla bile, per favorire la digestione.

Pertanto permette di:

- Digerire l'aspetto materiale dell'esistenza (secerne enzimi digestivi per l'assimilazione di *tutti* gli alimenti).
- Gestire la quantità di energia (secerne enzimi che regolano la glicemia, quindi l'energia del corpo).

Ha tre aspetti da riconoscere:

- Rapporto con la terra, cioè relazione con gli alimenti: paura che ci venga a mancare qualcosa. Attraverso il pancreas si esprime il nostro bisogno di sicurezza. Uno dei primi segni di diabete è un grande appetito ed una grande sete, come se dovesse mancare qualcosa da mangiare o da bere. Se manca ci si sente svenire. Come la milza, il pancreas può essere lesa dalle preoccupazioni.
- Rapporto con lo zucchero, con la dolcezza. Cioè i nostri bisogni affettivi. Chi ha la vita incentrata sul legame affettivo adora i dolci.
- Rapporto con l'energia. E' legato al nostro desiderio di investire energia nella nostra esistenza.

Tutti questi aspetti insieme permettono di realizzare i propri desideri ed i propri sogni. Infatti il pancreas è l'organo legato alla gioia di vivere.

- ✓ Se ci sentiamo tristi, se siamo in una situazione in cui ci sentiamo inferiori agli altri, se consideriamo la vita ingiusta, oppure se viviamo tante emozioni che ci tolgono la gioia di vivere, questo può manifestarsi con **ipoglicemia**.
- ✓ Se la perdita di gioia è improvvisa e intensa, potrà dar luogo a una **pancreatite**.
- ✓ Se la mancanza di gioia è ripetitiva e cronica, può assumere la forma di **diabete**.

Iipoglicemia

Abbassamento degli zuccheri nel sangue che provoca stanchezza, giramenti di testa, lipotimia, fino ad uno stato di confusione.

E' in relazione con la:

- Sensazione di solitudine e tristezza.

- Percezione di arrecare dolore ad altri o sentirsi messi da parte, che provoca isolamento.
- Paura di soffrire al punto che non si relazionano con la vita e con gli altri.
- Paura di accogliere la gioia, la felicità e il successo, e di perderli di nuovo.
- Sensazione di ingiustizia, inferiorità che non porta ad agire per il proprio successo.

Diabete di tipo 1 (insulino dipendente)

Compare in età giovanile (differentemente dal diabete di tipo 2 che è invece adulto). Non deriva dallo spossamento del pancreas, ma da un processo autoimmune che segue un grave shock, da cui deriva un senso di insicurezza con profonda alterazione del senso della vita.

E' in relazione con:

- La difficoltà a vivere appieno la vita. Mancanza di gioia di vivere e alterazione del senso del proprio valore. Sono tristi per non essere stati riconosciuti.
- La perdita dell'amore. Dietro al diabete c'è un bisogno insoddisfatto d'amore insieme alla incapacità di accettarlo. Il diabetico vorrebbe ricevere amore ma non si consente di darlo a vedere: "no grazie, non posso concedermi zucchero". Si impedisce la dolcezza in tutte le sue forme (affettiva, fisica, sessuale e alimentare). Questa mancanza di piacere si traduce anche in problemi vascolari ed impotenza sessuale: la vita smette di scorrere dove non c'è più piacere!
- Una tristezza profonda e diffusa. Per queste persone la "vita è amara" e manca di gioia. Rimpiangono ciò che avrebbe potuto essere e sono convinti di non meritare il piacere.
- Il senso di inferiorità, impressione di non farcela a seguire il ritmo per andare là dove vogliono portarlo o dove ritiene di dover andare. Il diabete diventa l'opportunità attraverso la quale gli altri possono giustificare la sua inferiorità e i suoi insuccessi ("non è colpa sua se ha fallito, è malato!").
- Compare dopo un senso di collera, di ingiustizia in seguito al fallimento fatto rispetto a tutti i tentativi per essere riconosciuto ed amato. Un bambino, che non si è sentito amato dalla madre (madre protettrice, madre nutrice), cerca un modo per essere riconosciuto ed amato, ad esempio nella scuola, nel lavoro, nelle associazioni, ed investe per questo tutta la sua "energia" (pancreas) e aggressività (fegato). Se fallisce che è come se dicesse al suo pancreas: "che cosa mi servi se questo è il risultato?". Tra cancro e diabete non c'è una grande differenza in quanto entrambe trascendono la collera e arrivano alla tristezza. Il diabetico vive il conflitto tra il suo essere (l'energia) e il suo avere (bisogni affettivi, zucchero).

Correlato con

- ✓ La paura che manchi qualcosa, in seguito a gravi traumi e sensi di insicurezza esistenziali.
- ✓ La paura di non essere amati, di non piacere.
- ✓ Il bisogno di trovare un equilibrio tra dolcezza materna invadente e l'affermazione dei propri desideri.
- ✓ La difficoltà di concedersi il piacere e la gioia di vivere.
- ✓ Inibizione, paura dei conflitti.
- ✓ Giusto impiego dell'energia. Vivere i propri slanci.

Diabete di tipo 2

Condizione di "resistenza all'insulina". L'insulina viene prodotta dal pancreas, ma non ha effetto: le cellule non vogliono accoglierla. E' in relazione con eccessi alimentari.

Deriva da:

- Mancanza di gioia derivante da un'insoddisfazione affettiva (dolcezza del vivere), una frustrazione che cerchiamo di compensare mangiando eccessivamente.

- Carezza di dolcezze materne e affettive inducono una compensazione orale, un bisogno eccessivo di mangiare, sovraccaricando il pancreas.
- Paura che venga a mancare qualcosa. A questi soggetti se manca qualcosa comprano in sovrabbondanza... non si sa mai!
- Incapacità di dire di no, anche quando questo comporta uno sforzo ulteriore. Dal punto di vista affettivo fa del suo meglio per non dispiacere a nessuno, e questo lo porta a dare la precedenza a ciò che gli altri desiderano rispetto a ciò che lui stesso vorrebbe.

Alterazioni glicemiche

Attraverso questi due tipi di diabete si esprime la *dipendenza*.

1. C'è il bisogno di controllare e gestire la dipendenza dalla madre-nutrice: abbiamo bisogno di avere il controllo sul cibo, proprio come bisogna tenere sotto controllo la somministrazione di insulina.
2. C'è bisogno di controllare la dipendenza affettiva, le persone da cui si dipende affettivamente!

Nella regolazione della glicemia sono coinvolti diversi organi:

- Pancreas → mantenere il giusto mezzo sul piano dell'energia. Nulla deve essere fuori norma, né in campo alimentare, né nei desideri, né nelle richieste affettive. E' l'energia della terra (della madre e quindi dell'Io e dei suoi desideri).
- Tiroide → affrontare le emergenze. E' l'energia del respiro (di ciò che abbiamo da dire, dell'espressione di sé).
- Fegato → adattarsi alle situazioni (identità ed aggressività).
- Surreni → capacità di mantenere lo sforzo per periodi lunghi (superamento delle proprie paure).

INTESTINO

L'intestino è la porzione del tubo digerente che va dal piloro all'ano; è diviso in intestino tenue e intestino crasso. *Rappresenta la nostra capacità di assorbire e contemporaneamente di rilasciare, per lasciar andare.* I problemi all'intestino, di conseguenza, riguarderanno paure e credenze che ci inducono:

- Alla ritenzione (stitichezza, gas intestinali).
- Alla non-accettazione, alla rivolta che ci fa respingere ogni cosa (diarrea, morbo di Crohn).
- Al sentirsi prigionieri in una situazione (diverticolite).
- Ad avere l'impressione di "farsi il culo" senza approdare a nulla (ragadi anali).

INTESTINO TENUE

E' diviso in duodeno (dove avviene ancora la digestione), digiuno ed ileo (dove avviene l'assimilazione).

Il tenue è il luogo in cui avviene l'assorbimento delle sostanze digerite che entrano nel circolo sanguigno e vanno verso il fegato.

Rimanda a

- Smistamento, analisi e critica. I disturbi indicano le difficoltà di assimilare le esperienze che si presenta. Può derivare dalle fasi precedenti della digestione (soprattutto la bile o il pancreas (feci nere o grasse o altro), oppure da una mente eccessivamente *critica* tipica delle persone diffidenti che passano il tempo ad analizzare tutto.
- Assimilazione o rifiuto. Il tenue seleziona ciò che può essere assorbito per essere trasformato dal fegato in "Io" e ciò che va rifiutato. Il flusso alimentare è come l'esperienza della vita: con le sue circonvoluzioni l'intestino gira e rigira quest'esperienza in tutte le direzioni. Il tempo (rappresentato dalle circonvoluzioni) è necessario per assimilare il senso di certe esperienze. Pertanto il tenue giudica le esperienze le accetta o le rifiuta.

Diarrea

Il limite estremo in cui si rifiuta di assimilare un'esperienza che viene considerata tossica (a torto o a ragione).

Può aver luogo:

- Per un rifiuto di un doloroso ricorso che scatena la diarrea ogni volta che entriamo in risonanza con esso.
- A seguito di una contrarietà.
- Dopo aver ingerito un particolare alimento (che "non si tollera").
- Per una paura. In questo caso comunica che ci rifiutiamo di proseguire verso la situazione temuta. Ci piacerebbe che quella situazione fosse finita ancora prima di cominciare, ed allora l'alimento esce come era entrato, come un'esperienza per la quale siamo costretti a passare ma di cui vorremmo liberarci al più presto.
- Per un rifiuto troppo rapido:
 - può trattarsi di un'idea nuova, o di una situazione in cui ci sentiamo prigionieri oppure svantaggiati rispetto ad altri.
 - può essere che rifiutiamo noi stessi perché siamo diversi o perché ci sminuiamo.
 - può trattarsi del rifiuto della nostra posizione in famiglia (il primogenito che deve dare l'esempio o occuparsi dei più giovani, il figlio di mezzo che cerca un posto suo, l'ultimogenito che deve usare i vestiti dei fratelli più grandi; essere una femmina quando il meglio è riservato ai maschi).

L'odore delle feci potrebbe dirla lunga sui pensieri che "stanno fermentando".

Ulcera al duodeno

Corrisponde a una situazione che non è stata accettata e continua a roderci emotivamente.

E' una situazione che è stato costretto a "mandare giù": vorrebbe "darci un taglio" ed allora sanguina.

Ileite o morbo di Crohn

Questa affezione dell'intestino tenue riguarda in particolare l'ileo (talvolta coinvolge anche il colon) ed è caratterizzata da un'inflammatione necrotizzante e ulcerante. Di solito ha un'impronta autoimmune.

Chi soffre del morbo di Crohn:

- Si disprezza ma, contemporaneamente, attira a sé persone dalle quali si sentirà dominato e disprezzato, cosa che lo spinge alla rivolta.
- Ha difficoltà a prendere il posto che gli compete, per paura di scontentare qualcuno.
- Aspetta l'approvazione altrui, si sente dominato, svalutato, inascoltato e a volte non rispettato.

In questa malattia l'alimento "esperienza" è arrivato all'ultimo stadio dell'assimilazione perché passa dall'ileo nel colon attraverso la valvola ileo-cecale, che è il suo punto di non-ritorno, e cambia bruscamente di direzione (a circa 90°) rispetto alla precedente. Si manifestano i sintomi se ci rivoltiamo perché:

- Rifiutiamo che quell'esperienza finisca e vorremmo che continuasse.
- Vorremmo essercene liberati, ed invece si ripresenta.

INTESTINO CRASSO (COLON)

Situato fra il tenue e il retto, il colon è un serbatoio in cui si accumulano i residui del bolo alimentare. E' anche il luogo in cui vengono riassorbite numerose sostanze, in particolare l'acqua, i glucidi e certi farmaci (le supposte).

Il crasso riguarda la nostra capacità di usare un'idea o un'esperienza per trarne ciò di cui abbiamo bisogno, e il nostro potere di rilasciare o lasciare ciò che non ci è più necessario (respingere ogni cosa in blocco senza discernimento può manifestare la diarrea).

C'è un'analogia tra la defecazione e l'espiazione dei polmoni. In entrambi i casi si abbandona ciò che non serve più. Quando non si riesce a farlo, si parla in omeopatia di *terreno tubercolinico*.

Ecco quello che si può dire del colon:

- Estrarre la quintessenza di un'esperienza. La forma del colon è una M, come Memoria e Materia. Il colon corrisponde alle tappe finali di estrazione della quintessenza dell'esperienza. Il crasso assorbe acqua e sali minerali e produce gas (fase solida, liquida e gassosa che si mescolano in una quintessenza spagyrica!): l'acqua è l'emozione ma anche memoria, i sali sono il sale dell'esperienza, il gas è la parte volatile, quella spirituale. Le esperienze delle quali abbiamo elaborato l'aspetto materiale (intestino tenue), ma delle quali non riusciamo ad elaborare la quintessenza, sono esperienze che abbiamo ingerito, ad anche digerito ed assimilato, ma che in realtà non sono cicatrizzate, né le abbiamo accettate voltando pagina.
- Evacuare e lasciare la presa. La saggezza è la capacità di mollare la presa, di lasciare andare e liberarsi delle esperienze di vecchia data dopo avere assimilato ciò che era importante. Evacuare è l'abbandonare un'esperienza dolorosa, mollare e voltare pagina.
- Indignarsi per la malafede o l'atteggiamento degli altri. Quello che mi hanno fatto è una vera "porcata", "ci sono rimasto di mer...".
- Eliminare. I problemi al colon ricordano che si è ancora coinvolti in un'esperienza della quale, per rancore o senso di colpa, non riusciamo a disfarci. Fra gli stitici esiste la tendenza a colpevolizzarsi facilmente, fino al sentirsi in colpa per essere al mondo, soprattutto se non ci si è sentiti accettati da bambini (è più frequente nelle donne: probabilmente desideravano un maschio). Si ha l'impressione di aver fatto "qualcosa di sporco" dal punto di vista morale (le feci sono sporche).
- Paure legate a cose materiali e bisogno di sicurezza (la paura di mancare qualcosa fa sì che tratteniamo le feci). In francese il termine evacuare è uguale a quello che indica l'estinzione di un debito (*exonérer*). Già Freud aveva indicato la relazione tra denaro e feci. Defecare è anche

liberarsi dal peso di un debito, come quando si elimina un'esperienza che ormai non ci riguarda più.

Stitichezza

Ogni evacuazione corrisponde alla liberazione psichica, all'eliminazione di sentimenti inibiti o repressi, sensi di colpa.

La stitichezza è collegata al fatto di controllarsi. Ci si trattiene:

- Per paura di disturbare, per paura di non piacere a qualcuno: “Se dico questo e la cosa gli dispiace e forse si arrabbierà, oppure si chiuderà”. “Se faccio questo e lui non è d'accordo, forse mi criticherà, oppure riti rimprovererà”. “Se agisco di nuovo in questo modo, forse mi lascerà”.
- Per paura di non essere amati (la paura di dispiacere a qualcuno è direttamente collegata alla paura di non essere amato, di venire abbandonato). Per questo chiediamo a noi stessi di essere perfetti.
- Per paura di perdere la persona che amo. Per trattenerla ad esempio in una relazione che funziona bene.
- Per paura che qualcuno approfitti di noi o ci respinga nelle relazioni affettive o amorose.
- Per rimanere aggrappati a credenze che ci danno sicurezza.
- Per paura che qualcosa ci venga a mancare. La stitichezza concretizza l'ansia materiale, la tendenza a volere tenere con sé a conservare; mai lasciare il certo per l'incerto. Ecco il carattere ossessivo e il bisogno di verificare ogni cosa degli stitici. La stitichezza corrisponderebbe quindi all'autointossicazione ed a comportamenti legati all'analiticità (avarizia). Il rapporto feci = soldi è comune nella nostra società, dove i soldi vengono percepiti come qualcosa di sporco che bisognerebbe eliminare ma si ha paura a farlo (il Discorso della Montagna di Gesù “beati i poveri”)
- Per una sorta di pudore nella relazione con l'altro, cosa che spesso avviene nelle donne.
- Per paura di quello che gli altri possono dire o pensare.
- Per trattenere qualcuno che è morto o gravemente malato e sta per morire.

Coliche

Le coliche sono dolori di intensità progressiva causati da contrazioni.

Sono il risultato di stress e tensioni eccessive che una persona impone a se stessa. I figli di madri ansiose, da piccolissimi spesso hanno le coliche perché il nervosismo viene percepito dal neonato che si sente insicuro.

Colite

La colite è un'inflammazione del colon.

- Indignazione di fronte ad un'azione o ad una situazione creata da una persona di autorità, che approfitta del suo ruolo. E' una collera che non può esprimersi... ed allora ci si gonfia.
- La colite ci parla del nostro dolore nel digerire il lato affettivo di un'esperienza. E' una specie di collera difficile da esprimere di fronte ad un'autorità (genitori, ma anche partner, capoufficio ecc.), per paura di affermare la propria posizione. Da qui il carattere cronico della colite, perché queste situazioni si cristallizzano.
- Affligge i bambini che hanno paura della reazione uno dei genitori, sicché si trattengono nel loro agire. Questa paura é spesso mescolata alla collera: a volte finiamo con il detestare la persona o i genitori di cui abbiamo paura. Nell'adulto il genitore viene poi sostituito da una persona che rappresenta l'autorità (il coniuge, il datore di lavoro, ecc.)

Vivere la propria vita comporta la facoltà di affermare ciò che siamo di fronte agli altri, il che comporta fatalmente una certa dose di solitudine, causata dalla perdita della simbiosi. E' questa solitudine che teme fortemente il malato di colite.

Rettocolite ulcerosa

Chi soffre di questo disturbo vuole offrire se stesso all'altro e per questo è pronto a sacrificarsi (fino a perdere il proprio sangue, che rappresenta il suo essere e la sua gioia di vivere).

Migliorano con *Natrum muriaticum* che rappresenta il sale della vita, la ruminazione di una preoccupazione o l'assenza di un autentico amore materno.

Flatulenza o gas intestinali

Spesso sono segno che:

- Sto aggrappato a qualcuno o a una situazione che non è più soddisfacente né benefica, ma che rappresenta la mia sicurezza affettiva o materiale.
- Ho paura.

A ciascun tipo di esperienza rifiutata corrisponde una flora batterica specifica con specifici sintomi (flatulenza, polipi, ecc.).

Se la flatulenza avviene soprattutto dopo aver ingerito carboidrati è perché "il carbonio ha un legame sottile con il senso della vita" (Jan Scholten).

Appendicite

L'infiammazione dell'appendice è spesso associata a:

- Una collera di fronte ad una situazione apparentemente senza sbocco.
- Una rabbia che deriva dall'impressione di essere oppressi, dominati, schiacciati; di trovarsi davanti a una situazione senza uscita, che ci fa "ribollire" interiormente. Se la tensione creata da questa collera interiore diventa troppo intensa, può far scoppiare l'appendice, comportando in tal caso una **peritonite**.
- Il rifiuto di lasciare andare qualcosa che ha a che vedere con la materia. Quando assimiliamo un'esperienza viene il momento in cui bisognerebbe trarne la quintessenza e proceder oltre. Ma abbiamo paura di perdere la confortevolezza materiale acquisita e ci rifiutiamo di lasciare andare la sicurezza rappresentata dallo status materiale e dai soldi. La giunzione tra tenue e crasso è come una t del raccordo idraulico e indica che si deve "svoltare". Per procedere bisogna superare la paura che qualcosa ci venga a mancare sul piano materiale e assumersi il rischio di lasciare una situazione che ci dà sicurezza anche se sul piano della nostra realizzazione non va più bene.
- La paura della vita e del mutamento. L'infiammazione dell'appendice indica che questa è una tappa che facciamo fatica a superare.

Infiammazione ileo-cecale

I problemi alla valvola ileo-cecale rimandano:

- Ad una collera o all'indignazione. L'esperienza ossia il cibo è stato digerito con la forza e lo tratteniamo all'uscita del tenue come se non volessimo evacuarli.
- Ad un'esperienza ormai avvenuta che rimpiangiamo, ma che è ormai impossibile cambiare, e perciò ci rende infelici. Non riusciamo a voltare pagina, a procedere senza soffermarci sul passato.

Parassiti intestinali

I parassiti intestinali (tenia, ossiuri, lamblia, antelia, ecc.) ci rimandano:

- All'impressione che qualcuno abbia approfittato di noi o ci abbia insozzati, invasi me noi siamo la vittima (senso di schifo e sporcizia quando si va in vacanza nelle regioni tropicali ad esempio).
- Al senso di colpa per essere andati in vacanza ed esserci goduti la vita.
- Alla paura. I parassiti ci dicono che siamo "infestati" dalla paura che si nutre della nostra energia. I parassiti si sviluppano sempre quando ci sono problemi di fegato (indebolimento del fegato = indebolimento del senso dell'io).
- Alle rabbie che si rivolgono verso i membri della propria famiglia. Ci si "sente un verme" per sensi di colpa che non riusciamo a superare. Siamo vittime di ciò che gli altri ci hanno fatto vivere.

Diverticolite

I diverticoli sono piccole ernie della mucosa intestinale che si infiammano. Sono collegati:

- Alla collera di sentirsi trattenuti in una situazione senza uscita.
- Alla sensazione di sentirsi schiacciati, sminuiti, ma abbiamo troppa paura per reagire. La diverticolite è frequente nelle donne che dipendono interamente dal marito, di cui hanno paura. Questa situazione le induce ad alimentare la collera, che si manifesta poi con l'infiammazione dei diverticoli.

Polipi

Come i diverticoli sono grumi di tristezza o collera; ferite che non abbiamo sciolto.

Quando una grave preoccupazione li risveglia, può alterare il desiderio di vivere fino a produrre il cancro (a volte nasce dalla degenerazione di un polipo).

Tumore intestinale

Come per la maggior parte delle cisti o dei tumori, si tratta di un grumo di dolore accumulato. Spesso è collegato a paure profonde, ma anche a emozioni che hanno a che vedere con l'insozzamento. Ad esempio:

- Essere stati coinvolti, senza volerlo, in un caso di corruzione.
- Essersi sentiti "sporchi" per abuso sessuale.
- Essersi sentiti insozzati da una situazione, aver visto la propria reputazione insozzata da una persona del proprio ambiente.
- Sentirci dire che siamo "guasti" perché troppo viziati, o che abbiamo un "carattere schifoso", e così via.
- Ma anche a seguito di una situazione che non abbiamo mai accettato e che continuiamo ad alimentare, come ad esempio la morte di una persona cara.

Il cancro si sviluppa quando ci si sente sporchi, insozzati da una situazione nella quale spesso è mescolata una questione di denaro o di "possesso affettivo", e qualche volta è presente anche il senso di colpa.

Occlusione intestinale

Si verifica quando nulla può essere evacuato. Non ci si può liberare di qualcosa per rabbia o paura.

RETTO E L'ANO

Entrambi rappresentano il prolungamento di quanto è stato detto a proposito dell'intestino crasso:

- mantenere il controllo sulle cose e sulle situazioni.
- vincoli ed obblighi di cui non sappiamo come liberarci (“mi devo sempre fare un c.. così”).
- i soldi, la materia, il lavoro, il fatto di produrre, dare, conservare, che hanno a che fare con ciò “che esce da noi”.
- sensazione di sporcizia, collera, senso di colpa.

Il **RETTO** è un'ampolla in cui si accumulano le materie fecali finché si produce il bisogno di defecare. Esso rappresenta:

- Le cose che si trattengono (se ci si trattiene troppo possono venire le emorroidi). Se trattendiamo troppo le cose senza poi lasciarle andare e liberarcene si rischia di “averne le scatole piene” o “averne pieno il c...o”.
- La costrizione. Questa situazione si produce quando le esperienze e le cose da gestire sono troppe.
- Il non riuscirci a liberare di una situazione o una persona (vorremmo farlo, ma le condizioni del momento, la morale, i sensi di colpa, ecc. non ce lo permettono).

Di solito c'è una relazione con il lavoro (“mi sono fatto un c...o così”), giacché le feci hanno a che fare con i soldi o con il prodotto finito.

L'**ANO** è la parte terminale dell'apparato digerente. Rappresenta la conclusione di un processo ed i suoi disturbi indicano:

- Una difficoltà a concludere, a portare a termine ciò che abbiamo intrapreso, vuoi a causa dell'ansia, vuoi a causa del rifiuto di delegare ad altri il lavoro per mantenere il controllo.
- Un rifiuto e una difficoltà ad evacuare, spesso in relazione con una collera. L'ano infatti è formato da due sfinteri: uno interno non comandato dalla volontà, ed uno esterno sul pavimento pelvico che può essere contratto volontariamente.
- Una difficoltà a lasciarsi andare e liberarsi emotivamente delle esperienze vissute.

Emorroidi

Le emorroidi sono varici o dilatazioni delle vene dell'ano e del retto. Sono collegate:

- Al fatto di sforzarsi troppo per restare in una situazione (esempi: amare per forza un lavoro perché non sappiamo che fare d'altro, costringersi a vivere con un partner che non si ama per i bambini, costringersi a vivere di nascosto una relazione con un uomo sposato, a essere un buon padre di famiglia quando si è omosessuali, ecc). C'è un'impressione di obbligo, di non potersi liberare: farsi carico di una situazione sgradevole, costringersi ad amare qualcosa o qualcuno.
- Ad una difficoltà a concludere che genera un sovraccarico di lavoro.
- Ad un vecchio risentimento che non riusciamo ad evacuare, oppure una porcheria, od ancora l'indignazione per qualcosa che ci disgusta (come ci disgustano le feci). Tale collera può essere rivolta contro noi stessi (senso di colpa) quando non ci sentiamo “puliti” rispetto a qualcosa che abbiamo fatto.
- Ciò che diciamo a noi stessi per mezzo delle emorroidi è un miscuglio di collera, di costrizione e senso di colpa.

Ragadi anali

Disturbo spesso collegato:

- All'impressione di stare in sospenso⁵, d'essere in attesa di un cambiamento di situazione.
- Al sentirsi diviso fra due situazioni, in attesa che una delle due si concretizzi.

Fistola anale o ascesso

La fistola è in relazione con una collera che tratteniamo. Quella anale significa:

- Una conclusione di un processo che mi provoca collera perché le cose non vanno come vorrei.
- Una collera perché non si vede la fine di una situazione difficile.

Prurito anale

E' spesso collegato a un modo sottile di voler tenere le cose sotto controllo, per cui ci facciamo carico di tutto, per mancanza di fiducia negli altri che consideriamo non in grado di eseguire il lavoro. Anche quando affidiamo loro delle responsabilità, siamo sempre preoccupati per i risultati.

⁵ Più evidente il riferimento in francese, dove si dice "star seduti fra due sedie".

IL SISTEMA ghiandolare

GHIANDOLE ENDOCRINE

Le ghiandole endocrine o a secrezione interna hanno la funzione di produrre ormoni che poi vengono immessi direttamente nel sangue, diversamente dalle secrezioni delle ghiandole esocrine che sono emesse all'esterno.

Le ghiandole rappresentano l'armonia. Più siamo in armonia con il nostro ambiente, meglio funzionano le nostre ghiandole; ma non appena vi è disarmonia ecco che le ghiandole subiscono il contraccolpo.

GHIANDOLE SURRENALI

Ghiandole che si trovano sopra i reni. Sono collegate alla sopravvivenza e riguardano i nostri bisogni di base (bisogno di nutrirci, di avere un riparo, di sentirci al sicuro).

Sono formate dalla midollare e dalla corticale.

La **midollare** ha la stessa origine embriologica del sistema neurovegetativo ed è simpaticotonica. Secerne:

1. **Adrenalina**. Chiamata anche ormone dello stress, che viene liberata per rispondere a situazioni critiche (paura, confronto, eccetera). *Ad-renalina* significa letteralmente “verso il rene” ed è quindi in relazione con lo “stare in piedi” (da cui le emozioni della paura e della forza di volontà). L'azione simpaticotonica dell'adrenalina permette di affrontare situazioni improvvise ed impreviste, con una risposta combatti o fuggi. Un eccesso provoca una “collera bianca”: secrezione di adrenalina con vasocostrizione (rischio cardiovascolare e extrasistole).
2. **Noradrenalina**. Ha un'azione assai simile all'adrenalina perché attiva le parti del cervello dove risiedono i controlli dell'attenzione e delle reazioni improvvise. Agisce sul sistema nervoso simpatico per aumentare il battito cardiaco, rilasciare energia sotto forma di glucosio e accrescere il tono muscolare (provoca il caratteristico “tremore muscolare interno”).

La **corticale delle surrenali**. Produce:

1. **Mineralcorticoidi ed aldosterone**, il cui scopo è conservare l'equilibrio elettrolitico, soprattutto mantenere il sodio nel corpo e quindi aumentare il volume di acqua ed il volume sanguigno. Quindi rendono “meno acida” la vita, e viene diluita la concentrazione e l'attività (da cui il “sogno ad occhi aperti”).
2. **Androgeni surrenali**, che hanno effetto anabolizzante e costruiscono il tessuto muscolare, portando tonicità fisica e psichica. Favoriscono una risposta adeguata alle situazioni, e forniscono l'energia “del guerriero”. Se colpisce la donna questa diventa maschile, anche fisicamente (iperandrogenismo).
3. **Ormoni sessuali**, ossia gli androgeni (ormoni maschili) e gli estrogeni (ormoni femminili) in piccola quantità, opposti a quelli prodotti dalle ghiandole sessuali.

4. **Corticoidi**, che attenuano l'infiammazione e dunque la risposta emotiva e passionale. Controllano l'aspetto distruttivo delle emozioni. Un eccesso provoca una "collera rossa" con afflusso di sangue al cervello e rischio di incidente vascolare (ictus). Il cortisone, che ha un ruolo importante nel metabolismo degli zuccheri, potendo così aumentare la concentrazione di glucosio nel sangue.

Questi ormoni agiscono direttamente sull'ipotalamo che provoca un aumento del ritmo cardiaco, del tasso di glucosio nel sangue e della contrazione dei visceri. L'organismo è così pronto a fornire uno sforzo considerevole. Sotto stress, una persona può compiere prodezze fisiche di cui sarebbe normalmente incapace, come l'esempio classico della madre che può sollevare un'auto per liberare il figlio intrappolato. Pertanto queste ghiandole sono in relazione a:

- Grandi paure che riguardano la nostra sopravvivenza o quella del nostro prossimo.
- Stress o profondi dolori fisici o morali.

Rimandano al:

- Saper affrontare le difficoltà e gli imprevisti della vita oppure il fuggire davanti ad essi
- All'aggressività, alla lotta o al suo contrario (fuga o scoramento).
- Alla capacità di adattarsi allo stress.
- Alla volontà, alla voglia di vivere, allo stare in piedi affrontando gli eventi con determinazione ma in modo adeguato.
- Se la reazione è eccessiva le persone diventano autoritarie, impazienti, ipercritiche, colleriche.
- Se la reazione è insufficiente le persone diventano depresse con tendenza a fuggire dai problemi.

GHIANDOLE SESSUALI

Sono le ovaie nella donna e i testicoli nell'uomo.

Le **ovaie** producono:

1. la follicolina che determina le caratteristiche sessuali secondarie femminili (voce femminile, seni, bacino largo, ecc).
2. il progesterone, l'ormone della gestazione.

I **testicoli** producono il testosterone, che determina i caratteri sessuali secondari maschili (voce maschile, pene, muscolatura, peli, barba, ecc.).

Questi ormoni influenzano la voce: questo si spiega con il fatto che il centro del sacro è collegato al centro laringeo. E' frequente osservare che le persone con problemi a livello genitale hanno anche difficoltà con la voce, con le vie respiratorie e la tiroide. Inversamente, chi ha un problema di tiroide ha anche dolori mestruali, fibromi, cisti ovariche, ecc..

Un uomo che soffre di calcoli prostatici può essere praticamente afono.

Le ghiandole sessuali sono in relazione a:

- I rancori, l'odio, i sensi di colpa, la gelosia, le passioni, l'orgoglio o la cupidigia.
- Gli abusi sessuali o la mancanza di sessualità.

PANCREAS

E' una ghiandola digestiva a secrezione interna ed esterna, situata dietro lo stomaco. Secerne l'**insulina** e il **glucagone** (secrezione interna) per controllare la glicemia, e il succo pancreatico (secrezione esterna) destinato a favorire la digestione.

Una persona che vive molte emozioni può avere difficoltà a digerire. Infatti troppe emozioni richiedono grande energia a livello del terzo chakra (plesso solare) e in tal modo influiscono sull'apparato digerente, circolatorio e cardiaco, oltre che sul sistema nervoso.

Se queste emozioni sono prolungate e se si vive una profonda infelicità per lungo periodo e si pensa di non poter cambiare la situazione, questo può provocare l'ipoglicemia (lasciarsi andare) o il diabete (bisogno di reagire a tutti i costi). Squilibri del pancreas endocrino sono legati a:

- Mancanza di gioia. Questa "malattia dello zucchero" è associata ad una profonda tristezza (la persona "è piena di amarezza", "conduce una vita amara", "manca di dolcezza"). In inglese, si usa il termine *sweet* per dolce, ma anche per gioioso, gradevole (*sweet heart, sweet life, ecc*).
- Paure profonde, sensi di colpa, oppure una situazione che non accettiamo e vediamo senza uscita (ad esempio abusi sessuali o violenze subite nella famiglia).
- svalutazione (non mi sento all'altezza).

TIMO

E' incaricato della difesa dell'organismo. Responsabile dell'immunità del neonato, il timo è il luogo dove i linfociti imparano a distinguere il sé e il non-sé fino a quando si trasferiscono nei gangli linfatici e nella milza.

1. Il Timo funziona quando l'io non è ancora formato, quando il bambino si confonde con la madre. L'assenza dell'io sul piano psichico è rappresentata anche sul piano fisico.
2. Quando il bambino cresce e la sua personalità si afferma il timo rallenta l'azione e si rimpicciolisce, pur continuando a secernere ormoni che stimolano i linfociti in presenza di un intruso o li calmano quando è necessario.
3. Situato tra tiroide e cuore rappresenta un ponte tra l'amore dei nostri genitori (cuore) e l'espressione dell'io (tiroide).

Rimanda:

- Al legame genitoriale e alla formazione della nostra identità in rapporto ad esso. Il timo, dal greco *thymos*, l'umore, l'insieme dei sentimenti, condivide la radice *thyma*, sacrificio. Nelle disfunzioni del timo è presente l'idea del legame con i genitori e quella del sacrificio.
- Alla costruzione dell'identità, all'esteriorizzazione dell'io. Il timo è il luogo in cui l'*io* si imprime nei linfociti.
- All'amore per se stessi e alla gioia di vivere (che sono in diretto collegamento con la nostra immunità). Ci hanno insegnato che amare se stessi è da egoisti, che amare significa dimenticare se stessi per gli altri. Tuttavia se ci si dimentica di sé si creano delle aspettative nei confronti degli altri, che pertanto non dovranno mai deluderci perché noi abbiamo rinunciato a noi stessi per loro....Così nascono delusioni, frustrazioni, collera, odio e rancore che distruggeranno la nostra immunità.

Timoma

Cancro al timo, sembra essere legato con il rimettere in discussione profondamente le nostre radici, i legami genitoriali, in relazione alla nostra identità ed espressione. Quando il timoma cresce toglie il fiato, ostacolando dunque la nostra espressione.

Malattie autoimmuni

Il timo può essere molto coinvolto in queste malattie, perché distruggono una parte della nostra identità.

AIDS (sindrome da immunodeficienza acquisita)

Le persone felici godono di una migliore salute.

Questa malattia colpisce le persone non felici di vivere, che non riescono a trovare un senso alla loro esistenza e vedono tutto senza via di uscita. E' una percezione molto simile al tumore, ma c'è molta meno rabbia. E' più uno stato di disperazione ed una percezione di "non esistenza".

Spesso vi è una grande pena e dolore nelle relazioni affettive e non c'è alcuna alternativa: si percepisce che l'unica soluzione è andarsene. Si resiste sino a quando si può (sieropositività) e poi, quando non c'è alcuna speranza, ci si abbandona.

TIROIDE

Svolge un ruolo importante nella crescita e nel metabolismo in generale, producendo **tiroxina**, **triiodotironina** (T3 e T4) e **calcitonina**.

E' una porta tra l'alto e il basso, tra il pensiero e l'azione. E' il giusto mezzo tra azione e contemplazione, sede della creatività e della verità:

- Dietro alla tiroide c'è la nuca grazie alla quale un'idea nata nella testa si realizza attraverso la schiena e gli arti.
- Lo iodio è violetto ed unisce il blu del cielo (testa, pensiero, ragione) al rosso dell'incarnazione (corpo, azione, emozione).

Ma è anche il luogo di incontro tra respirazione e deglutizione:

- Si incontrano il respiro (il soffio vitale, inconsistente, etereo) ed il cibo (materiale e solido), i due bisogni fondamentali dell'uomo, che non possono mai essere soddisfatti contemporaneamente, ma in modo alternato nel tempo.

E' un luogo fondamentale che mette in relazione:

- Cibo → da cui fame eccessiva nell'ipertiroidismo.
- Mente → da cui il cretinismo nell'ipotiroidismo infantile o la confusione mentale o l'eccesso di pensieri, l'ansia.
- Soffio vitale – azione → da cui l'aumento o la riduzione del metabolismo e la termoregolazione.

Rimanda all'equilibrio, al giusto mezzo, alla risposta adeguata ad una situazione.

I disturbi alla tiroide possono essere collegati:

- A un problema del centro sacro (problema di abuso sessuale, odio, rancore, ecc.).
- Alla difficoltà di esprimersi oppure all'impiego insufficiente della propria creatività, possono anch'essi generare problemi con la voce e le vie respiratorie.

Nodulo alla tiroide

Il nodulo freddo o caldo dipende dal grado di collera che si manifesta, e c'è sempre una preoccupazione di vecchia data come una parola non detta. Infatti esprime:

- Contrarietà, mancanza di comunicazione, qualcosa che rimane "in gola".
- Non poter dire nulla, ma solo tacere e rimanere impotente.
- Una situazione che rimane sul gozzo lasciandoci gonfi di collera e con senso di ingiustizia.

Il morbo di Basedow o gozzo

Qualcosa che è rimasto sul gozzo e che può essere caldo o freddo.

Iperitiroidismo

Una sorta di fissazione mentale sul proprio problema. Lo si rumina, trasformandolo in idea fissa ed esagerandone le difficoltà. Questa fissazione su un'emozione rimane in gola come una parola inespressa e ci fa provare colera e tristezza perché non siamo riusciti ad esprimerci come avremmo voluto.

Tiroidite

E' una malattia autoimmune. E' come se fosse un tentativo di "chiudere la porta" davanti ad emozioni che provocano eccessi di collera o rancore, ma che non siamo mai riusciti ad esprimere

PARATIROIDI

Producono il **paratormone** che regola la calcemia (assieme alla calcitonina tiroidea) favorendo l'assorbimento del calcio alimentare ed impedendone l'eliminazione per mezzo dell'urina, attingendo se necessario alla materia ossea. Favoriscono anche l'assorbimento degli elementi utili al funzionamento della stessa tiroide, tra cui lo iodio e lo zinco e rame.

Il paratormone ha azione lievemente ipotensiva.

1. La scarsità di paratormone favorisce la **tetania** o **spasmofilia**.
2. Il suo eccesso favorisce la disfunzione del **fissaggio di calcio nelle ossa** o un fissaggio anormale di calcio nell'organismo.

Rimanda:

- Ad uno stato di ansia, emotività.
- Persone che non sanno come rispondere al loro stress, alle loro preoccupazioni, al loro dispiacere.
- Ad uno stato di angoscia che serve a mascherare la collera. La **spasmofilia** è come una collera alla quale ci aggrappiamo per perdere conoscenza.

La funzione delle paratiroidi riguarda il calcio, quindi la nostra densità, il peso che abbiamo, il posto che occupiamo nella vita.

Quando questo posto è messo in discussione:

- Viene influenzato il respiro e la persona entra in iperventilazione come se gli mancasse l'aria ed a sua volta questa iperventilazione causa spasmofilia e tetania. Si deve regolare il respiro per

impedire che la preoccupazione o la collera vi sommergano, ed imparare a parlare con calma e “densità”.

- Aumenta la tonalità acuta della voce. Una voce calma e pacata non è mai in relazione con la spasmodia mentre è vero il contrario.
- Compare uno stato di ansia, ma più “denso”, perché riguarda la nostra densità, il peso che diamo alle parole e a noi stessi.

IPOFISI O GHIANDOLA PITUITARIA

Situata davanti alla pineale, dietro agli occhi e sopra alla zona olfattiva, presiede al collegamento tra le altre ghiandole ed il cervello (ipotalamo), attraverso dei *fattori di liberazione*. Ipotalamo ed ipofisi agiscono in coppia, uno per via nervosa, l'altro ormonale.

L'ipofisi agisce sulle altre ghiandole del corpo e secerne endorfine (sostanze antalgiche). E' divisa in due parti, anteriore e posteriore, che producono diversi ormoni.

Ipofisi anteriore:

- **Ormone tireostimolante o tireotropina (TSH)**, che dirige il funzionamento della tiroide, che regola la velocità del metabolismo basale, la termoregolazione e la crescita dell'organismo. La sua produzione è stimolata dal *fattore di liberazione della tireotropina (TRF)* prodotto dall'ipotalamo. L'ormone tireostimolante stimola la produzione e la liberazione degli ormoni tiroidei
- **Ormoni gonadotropi: follicolostimolante (FSH) e luteinizzante (LH)**. Prodotti sia dai maschi che dalle femmine e agiscono, rispettivamente, sulla maturazione dei testicoli e delle ovaie. Nelle donne favorisce la maturazione degli ovuli e la formazione del corpo luteo, con produzione di estrogeni e progesterone. L'elaborazione di FSH e LH viene stimolata dal *fattore di liberazione della gonadotropina (GnRH)* da parte dell'ipotalamo. Negli uomini adulti l'ipotalamo produce GnRH che induce una produzione di FSH, che stimola le cellule interstiziali del testicolo a produrre il testosterone e LH, esercita un effetto importante sulla produzione costante di spermatozoi.
- **Ormone adrenocorticotropo o corticotropina (ACTH)** che, sotto l'influenza di un ormone ipotalamico (il *fattore di liberazione della corticotropina, CRF*), regola il funzionamento della corteccia surrenale (produzione ormoni steroidei: cortisolo, aldosterone, testosterone ed estrogeni).
- **Ormone somatotropo (GH)**, che regola la crescita dell'individuo.
- **Prolattina**. In condizioni normali, la secrezione della prolattina viene impedita da un *fattore ipotalamico, la dopamina*, ma può essere stimolata dalla secrezione elevata del *fattore di liberazione della tireotropina* da parte dell'ipotalamo e degli estrogeni da parte delle ovaie. La prolattina stimola la produzione di latte dopo il parto ed interferisce con la comparsa di cicli mestruali normali e dell'ovulazione durante l'allattamento. Anche il maschio produce prolattina, e sembra in relazione con l'ormone della crescita.
- **Ormone melanocitostimolante**. Favorisce la produzione di melanina per proteggere la pelle.

Ipofisi posteriore. Il lobo posteriore dell'ipofisi è collegato all'ipotalamo da neuroni particolari, detti neurosecretori. Gli ormoni ipotalamici passano attraverso queste cellule per raggiungere l'ipofisi posteriore, dove vengono liberati nella circolazione sanguigna. Gli ormoni che vengono secreti in questo modo sono:

- **Ormone antidiuretico o vasopressina (ADH)**. Agisce sul rene favorendo la ritenzione di acqua e la riduzione della produzione di urina. Quando la concentrazione dei sali aumenta nei

liquidi corporei, come avviene ad esempio dopo avere sudato molto, per salvaguardare una quantità sufficiente di acqua nell'organismo, viene secreta vasopressina, che riduce l'escrezione urinaria e, quindi, la quantità di liquidi che potrebbero essere ulteriormente persi.

- **Ossitocina.** Svolge un ruolo importante nella femmina, durante la gravidanza e l'allattamento, mentre non se ne conosce il ruolo nel maschio. La produzione di quantità elevate di ossitocina dà inizio al travaglio e, dopo il parto, contribuisce a controllare la liberazione del latte in risposta alla stimolazione esercitata dal neonato con la suzione

A livello generale l'ipofisi serve a distribuire l'energia a tutto il corpo. E' quindi in relazione con il respiro e la circolazione sanguigna (polmoni – cuore), che a loro volta sono il bersaglio principale delle emozioni⁶.

I problemi legati all'ipofisi provengono spesso da uno squilibrio di pensiero, che agisce sul respiro e sul battito cardiaco. Bisogna essere molto prudenti quando ci si serve di respiri rapidi e a scatti, perché si corre il rischio di alterare l'equilibrio dell'ipofisi e può provocare stordimento. Le tecniche di respiro rapido e spezzato, sono usate soprattutto per attivare la memoria, ma è bene ricordare che “non è tirando i fiori per il capo che riusciamo a farli crescere più in fretta”.

Rimanda alla:

- Personalità.
- Coraggio ed alla volontà.
- Risveglio verso il mondo esterno (la pineale agisce sul mondo interiore).
- Concretizzarsi dei nostri desideri e aspirazioni.

L'attività dell'ipofisi:

- Diminuisce se c'è atteggiamento di superficialità e pigrizia.
- Aumenta con eccesso di volontà ed autoritarismo.

Ecco alcune emozioni legate agli ormoni ipofisari:

Ipofisi anteriore:

- Ormone follicolostimolante (FSH): persona che teme il futuro e soprattutto di trovarsi sola
- Ormone adrenocorticotropo (ACTH): persona che deve difendersi e proteggersi. Reagisce eccessivamente allo stress, con iperemotività, sussulto al minimo rumore, tristezza, pianto alla minima contrarietà. C'è la sensazione di avere sbagliato strada e ci si continua ad agitare e a correre senza andare da nessuna parte.
- Ormone somatotropo: persona che ritiene di essere troppo piccola per poter raggiungere gli obiettivi della sua esistenza.
- Prolattina: è l'ormone del nutrimento e della vita. Un eccesso di prolattina è in relazione con disturbi all'ipofisi: la persona ha difficoltà a vivere la propria incarnazione e non si sente “abbastanza grande” da poter nutrire la famiglia. Si tratta di donne a cui cresce molto il seno e che si prendono grandi responsabilità in famiglia, prendendo il ruolo di madre con la quale in realtà c'è stato un difficile rapporto.
- Tireotropina: persone che ritengono che la vita sia troppo difficile e non hanno la forza per stare al passo con essa. Si chiudono in uno stato di mutismo e isolamento.

⁶ L'ipotalamo, che governa l'ipofisi, è il centro delle emozioni e degli umori.

- Ormone melanocitostimolante. Persone che hanno un maggior bisogno di sentirsi protette. La formazione dei nei sulla pelle altro non è che il riflesso di un bisogno di proteggere una particolare zona del corpo.

Ipofisi posteriore:

- Vasopressina: persone che devono difendersi dall'ambiente e proteggersi. Per questo si gonfiano e trattengono i liquidi come protezione
- Ossitocina: persone che non vogliono rivivere la propria nascita attraverso il parto del proprio bimbo.

EPIFISI O GHIANDOLA PINEALE

E' situata sulla sommità del capo, nel centro del cervello e sporge all'estremità posteriore del terzo ventricolo. Come le surrenali e l'ipofisi è composta da una ghiandola (l'epifisi) e da un plesso nervoso simpatico (epitalamo), che riceve le fibre provenienti dalla vista e dal centro olfattivo.

Ha diverse funzioni:

- Sensibile alla luce, più attiva al buio, regola l'orologio biologico.
- Frena l'attività delle ghiandole opponendosi all'ipofisi e regolandola.
- Aumenta il sonno e la sua qualità, disconnettendo la coscienza dai fenomeni esterni e rendendola più sensibile alle situazioni "sottili".

Secerne:

- **Melatonina**⁷. Agisce sulla concentrazione o dispersione di melanina, e quindi sul colore della pelle (l'ormone melanocitostimolante dell'ipofisi agisce sulla ghiandola). Ha un'azione antagonista sulle gonadotropine ipofisarie, impedendo la maturazione sessuale prima della pubertà. Regola il ritmo sonno-veglia.
- **Serotonina**. Precursore della melatonina e regolatore della tranquillità, antidepressivo. Una sua carenza aumenta l'aggressività.

Corrisponde alla:

- Voce interiore.
- Agli interrogativi esistenziali.
- Alla ricerca spirituale o mistica ed alla contemplazione.
- E' legata ad una forma superiore di intuizione.
- Al guardare avanti.
- All'utilizzo equilibrato del tempo.

Problemi all'epifisi sono in relazione alla sensazione che il tempo non basti mai. La vita è una "corsa contro il tempo" oppure "stai correndo troppo". Quando si corre troppo contro il tempo ci si ritrova improvvisamente davanti ad una perdita improvvisa e drammatica, la natura obbliga a fermarsi.

⁷ La ghiandola pineale secerne melatonina solo di notte: poco dopo la comparsa dell'oscurità le sue concentrazioni nel sangue aumentano rapidamente e raggiungono il massimo tra le 2 e le 4 di notte per poi ridursi gradualmente all'approssimarsi del mattino. L'esposizione alla luce inibisce la produzione della melatonina in misura dose-dipendente. In questo senso l'epifisi sembra rappresentare uno dei principali responsabili delle variazioni ritmiche dell'attività sessuale, sia giornaliera che stagionali.

GHIANDOLE ESOCRINE

Le ghiandole esocrine sono quelle la cui secrezione viene emessa all'esterno, fuori dal flusso sanguigno. Fra le principali, abbiamo le ghiandole salivari, le ghiandole sebacee, le sudoripare, le lacrimali e le mammarie.

GHIANDOLE SALIVARI

Sono sei: le due parotidi, le due sub-mascellari e le due sublinguali. La loro funzione è di secernere la saliva per mantenere l'umidità della bocca, facilitare lo scivolamento e lo scioglimento degli alimenti, il che ci permette di gustarli. La saliva aziona anche la digestione dei farinacei e degli alimenti zuccherini.

La bocca è il luogo dove si prende contatto con le particelle di cibo e “si gusta la vita”. Le persone depresse hanno tendenza a inghiottire e basta, privandosi così di certe piacevoli sensazioni e accentuando il loro stato. In fondo hanno perso il “gusto di vivere”.

Parotidite acuta - orecchioni

Infezione delle parotidi che rende la masticazione molto dolorosa.

Sembra in relazione con la collera, risentimento e desiderio di vendetta che non riesce ad essere messo in pratica. Non potendo avvicinarsi al rivale, perché troppo forte o perché gli viene impedito (ad esempio un bambino che desidererebbe picchiare suo fratello), la loro rabbia è tale da “sputargli addosso”. Lo sputo diventa l'esito finale di un'azione impedita.

Ipersalivazione

L'ipersalivazione è connessa a un bisogno di affetto, tenerezza e sicurezza. I bambini allattati al seno, raramente hanno questo problema, mentre se usano il ciuccio come sostituto del seno materno, attivano fortemente le ghiandole salivari.

Ipersalivazione durante il sonno

Traduce un inconscio bisogno d'amore, tenerezza e sicurezza affettiva.

Iposalivazione

E' una mancanza di saliva che si incontra, di solito, in persone che respirano male con il naso e che, di conseguenza, tendono a respirare con la bocca.

La “bocca secca” è espressione di paura: paura di esprimersi, paura di vivere le proprie emozioni, paura di qualcuno o qualcosa.

GHIANDOLE SEBACEE

Spesso associate ai bulbi piliferi, emettono una secrezione oleosa sia sulla superficie cutanea sia nei follicoli piliferi

Pelle grassa

Bisogno di sentirsi protetti, perché ci si sente minacciati. Per tenere gli altri lontani e per proteggersi si ricopre la pelle di grasso.

Gli eschimesi per proteggersi dal freddo ricoprono tutto il loro corpo con grasso di foca.

GHIANDOLE SUDORIPARE

Secernono il sudore, la cui funzione è di regolare la quantità di calore perduta dalla superficie del corpo e mantenere una temperatura abbastanza costante nell'organismo.

Ipersudorazione

Una traspirazione eccessiva quando la temperatura atmosferica è temperata o fredda è solitamente collegata allo stress, al nervosismo o alla paura.

Se la traspirazione colpisce:

- Le mani. Lo stress riguarda il lavoro o ciò che abbiamo da compiere (per esempio, fare un compito in classe). E' anche la sensazione che l'altro potrebbe prenderti e devi poter "scivolare via".
- Le ascelle. Lo stress è di tipo emotivo. Ci si sente coinvolti ed in tensione per ciò che si sta facendo e si percepisce il giudizio e l'attenzione degli altri.
- I piedi. Si vorrebbe fuggire da una situazione affettiva che spaventa un po'. Se c'è anche cattivo odore c'è la sensazione di essere inferiori al proprio partner o persona a cui si è legati affettivamente.
- La testa. Paura di non avere abbastanza idee per risolvere una situazione.

Cattivo odore del sudore

Sensazione di valere meno degli altri. La paura del confronto porta al volersi allontanare e lo si ottiene attraverso il cattivo odore.

GHIANDOLE LACRIMALI

Secernono un liquido alcalino che chiamiamo lacrime. Esse proteggono la cornea e impediscono lo svilupparsi di una flora microbica negli strati esterni dell'occhio. Inoltre aiutano a eliminare le tossine.

Il piangere è legato alla liberazione delle emozioni. Si piange per:

- Non lasciarsi sopraffare dal dolore.
- Non lasciarsi dominare dalla rabbia.
- Liberarsi di ciò che è passato, delle emozioni represses. Certe persone hanno talmente trattenuto le lacrime da essersi inaridite ("non hanno più lacrime").

Nell'educazione ricevuta non si doveva piangere (“non piangere, vedrai che va meglio”, “guarda come sei brutto quando piangi”, “Un vero uomo non piange mai”), perché si ritenevano le lacrime un segno di debolezza. Era tollerato nelle donne “che sono fragili”, ma non negli uomini che “devono essere forti”.

Il trattenere le lacrime può anche essere legato:

- Ad esperienze nelle quali qualcuno ci aveva preso in giro quando piangevamo.
- Al non voler essere presi per coloro i quali manipolano gli altri con le lacrime (ad esempio dopo aver visto nostra madre che attraverso le lacrime otteneva tutto ciò che voleva dal marito).

Il fatto di trattenere le lacrime spesso fa gonfiare le ghiandole lacrimali e causa un rigonfiamento delle palpebre, ma soprattutto appesantisce il cuore, sede delle emozioni. Rifiutarsi di piangere può comportare problemi cardiaci.

SENO – GHIANDOLA MAMMARIA

Sono ghiandole a secrezione esterna (produzione di colostro e latte), ed interna (viene stimolata e stimola il funzionamento di altre ghiandole).

Nella donna destrimane:

- Il seno sinistro è legato all'ambito affettivo ed alla relazione con i figli e con la madre.
- Il seno destro è più vicino alla nozione di territorio o di "nido", ed è in relazione con il partner, la famiglia, o il lavoro vissuto come territorio.

Se con la vagina la donna prende, con il seno dà. Mentre il corpo dell'uomo è più ancorato all'affermazione di sé, alla propria identità, al mantenere il “nome”, la donna sceglie di ospitare quel “nome” e dargli forma e vita.

I seni voluminosi sembrano legati ad una dimensione molto materna, i seni piccoli ad una donna più “aggressiva” e maschile.

Problemi al seno indicano:

- Difficoltà di un vissuto in cui non si riesce ad essere donna e mamma. Il seno è simbolo di maternità e della femminilità: dà cibo e piacere e amore (avere un seno prosperoso, generoso).
- Incapacità di farsi carico della maternità, di prendersi cura del bambino.
- Non essere in grado capacità di sovvenire ai bisogni del nucleo familiare.

Displasia mammaria

Anomalia nello sviluppo di un tessuto o di un organo che si concretizza in una deformità (di forma o di volume) o in una disfunzione. Può manifestarsi con un dolore che rende un seno o entrambi duri. E' connessa a:

- Volersi indurire rispetto alla sofferenza che proviamo nei confronti di nostra madre o di nostro figlio (seno sinistro), o del nostro partner (seno destro).
- Espressione di pensieri duri nei confronti della femminilità. Non se ne può più delle mestruazioni o degli inconvenienti collegati alla menopausa.

Cisti al seno (adenofibroma o lipoma)

Sono tumori benigni, indolori, rotondi o ovali, facili da scoprire alla palpazione. Quasi sempre sono dei grumi di dolore, di rimpianto, di vergogna o di senso di colpa che si manifestano dopo un problema affettivo. Possono risultare dalla perdita di un figlio, da un aborto, da un abbandono oppure riguardare la sofferenza di una persona nei confronti della quale si assume un atteggiamento materno (il figlio, nostra madre, il nostro partner, un fratello o una sorella, ecc.).

L'adenofibroma costituito da una proliferazione di tessuti ghiandolari e fibrosi è spesso associato al rimpianto di essere state dure nei confronti di qualcuno che amiamo (madre, figlio, marito, ecc.).

Il lipoma, è costituito da tessuto grasso, può essere collegato a un senso di vergogna rispetto a qualcuno che amiamo.

Morbo di Reclus o tumori multipli

Questa malattia è collegata a un senso di colpa che riguarda l'ambito materno o sessuale (non aver nutrito il figlio, aver avuto molti amanti, ecc). Vuole distruggere il suo corpo di donna per autopunirsi.

Mastite

Si tratta di un ingorgo di sangue nei seni che può essere molto doloroso.

Può essere collegata:

- Alla paura di non poter avere figli (se si manifesta in una donna senza figli). Il dolore compare soprattutto durante le mestruazioni.
- Ad un comportamento troppo materno, per il quale ci si preoccupa di ciò che potrebbe accadere al figlio che si sta allattando o all'uomo che si ama.

Ptosi mammaria (seni cadenti)

Non sentirsi all'altezza del ruolo di madre. Ci si prende troppo a cuore le esperienze dei figli e si vorrebbe toglierli da ogni esperienza dolorosa, ma non si riesce.

Cancro al seno

Avviene generalmente nelle donne adulte, per una delle cause seguenti:

- La *svalutazione* in cui la donna ha l'impressione di non avere più valore in seguito a una separazione o a un tradimento da parte dell'uomo che ama.
- Il *senso di colpa* per ciò che è accaduto a qualcuno verso il quale aveva un atteggiamento materno (sua madre, i suoi figli o un'altra persona).
- Lo *scoraggiamento*, con perdita del gusto della vita dopo la partenza, il decesso, l'abbandono da parte di una persona che contava molto per lei.

In ogni caso il vissuto dell'esperienza rende la donna priva della voglia di vivere e di ricominciare ad essere femmina.

APPENDICE 1

I DENTI

ASSE ORIZZONTALE E VERTICALE

ASSE ORIZZONTALE		ASSE VERTICALE	
Separa il desiderio dal concreto		In relazione agli emisferi	
ALTO	BASSO	DESTRO	SINISTRO
<ul style="list-style-type: none"> - Cielo - Pensiero - Spiritualità 	<ul style="list-style-type: none"> - Terra - Azione - Concretezza, sessualità 	<ul style="list-style-type: none"> - Emisfero dx → analitico, razionale, concreto, materiale - Divenire, futuro 	<ul style="list-style-type: none"> - Emisfero sx → sensibile, affettivo, percettivo, interiore - Avvenuto, passato

DESTRA ALTO	SINISTRA ALTO
<ul style="list-style-type: none"> - Desiderio (aspirazione) che voglio manifestare agli altri - Difficoltà a trovare il proprio posto (in mezzo agli altri) 	<ul style="list-style-type: none"> - Desiderio (aspirazione) che porto in me e per me stesso - Difficoltà a realizzarsi nel proprio essere

DESTRA BASSO	SINISTRA BASSO
<ul style="list-style-type: none"> - Rendo concreta (manifesta) la mia aspirazione - Difficoltà a costruire in modo concreto la propria vita 	<ul style="list-style-type: none"> - Rendo concreta (manifesta) la sensibilità - Non riconoscimento affettivo a livello familiare