

## PREFAZIONE

Oggi l'uomo sempre di più è disturbato dal suo stesso ambiente, da quello che ha creato per migliorare la propria vita, è disturbato dalla sua stessa cultura tendente al sintomo piuttosto che alla ricerca della causa. Oggi occorre avvalersi delle conoscenze e del contesto socio-culturale e dei suoi risvolti psico-sociali per capire le tante variabili che portano a sviluppare le cause del disturbo e quindi della malattia. Il dilemma è quello di capire il perché molte persone preferiscono prendere tante pillole al giorno, invece di avere uno stile di vita più consono per la propria salute, perché preferiscono avere una qualità della vita pessima, perché questo autolesionismo contro sé stessi. È da questi perché che dobbiamo dare una risposta alle domande di ogni soggetto, attraverso la conoscenza delle cause del disturbo, con una terapia fitoterapica che tiene conto dell'aspetto psico-socio-culturale di ogni individuo. Tutto questo è stato possibile dopo anni e anni di ricerche sul campo dell'interazione umana e sociale, attraverso l'analisi del soggetto disturbato, attraverso il parallelismo fra medicina chimica e fitoterapia, cercando di dimostrare come la salute di un individuo sia la somma culturale delle proprie abitudini e scelte di vita, come una corretta alimentazione sia a volte alla base di quello star bene corporale che si riflette poi su quello psicologico e quindi umano, come l'attività fisica oltre a farci mantenere il peso nella norma sia fondamentale per canalizzare lo stress quotidiano, fonte di infiammazione e malattia, come il rispetto dei ritmi biologici, quelli della natura, ci permetta di cogliere i benefici reali e di elaborare rapporti simbolici con essa, come la fitoterapia possa nelle malattie croniche aiutare l'organismo umano senza debilitarlo e senza creare malattie iatrogene, come tutto ciò possa creare la cultura della salute da contrapporre alla nostra cultura della malattia.