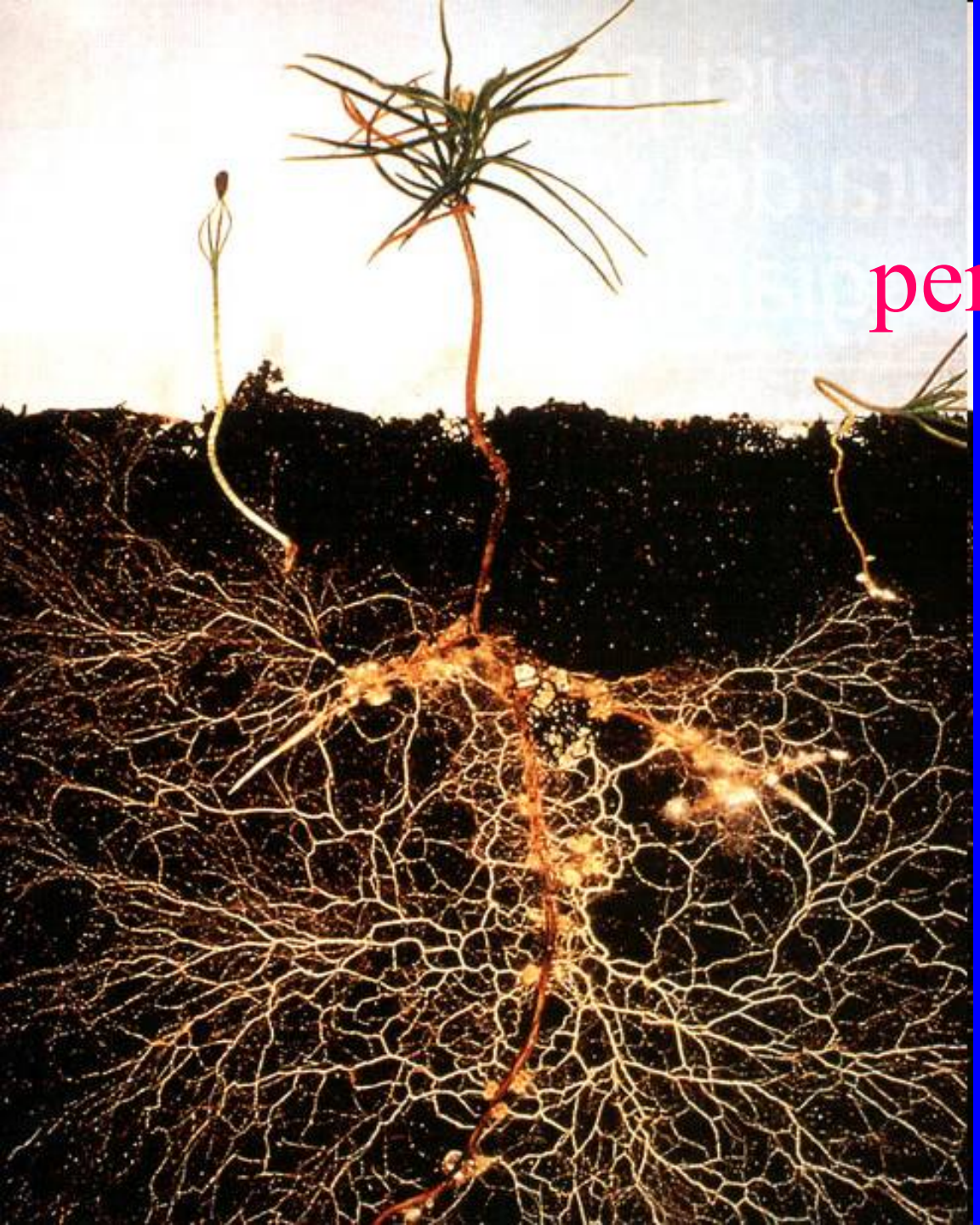
LA RADICE

- Organo terrestre della pianta, la radice è spesso la parte più dura



rifugiarsi per nascondersi

- l' organo dove l' essere della pianta può rifugiarsi per nascondersi,
- per restare più a lungo in contatto con la terra

nulla può essere realizzato senza la radice

- L'analogia tra il radicamento vegetale
- ed il radicamento umano

Radici dei popoli

- gli uomini non cessano di scontrarsi con il problema delle loro radici

- (anche i popoli nomadi, anche gli emigrati del nuovo mondo)

libertà individuale è una libertà condizionale

- L'umano si radica in un substrato familiare sommato alla società
- All’ambiente,
- alla storia, ecc.

Stefano Sivieri

un conflitto che non è facile risolvere

- sistemazioni,
- compromessi
- collegati ad una condizione insoddisfacente
- Condizionamenti familiari
- mediocrità

La mediocrità, o il controllo dei nostri antenati un giorno o l'altro si pagano

- Il confronto con le proprie radici
- Disintossica
- Taglia il cordone ombelicale
- Spazza le idee fisse
- Via dal deprezzamento delle proprie origini

GLUTAMMATO

- È il principale neuro-transmettitore

eccitatore del sistema nervoso centrale,

talamo corticale,

nelle cellule pyramidales ippocampo.

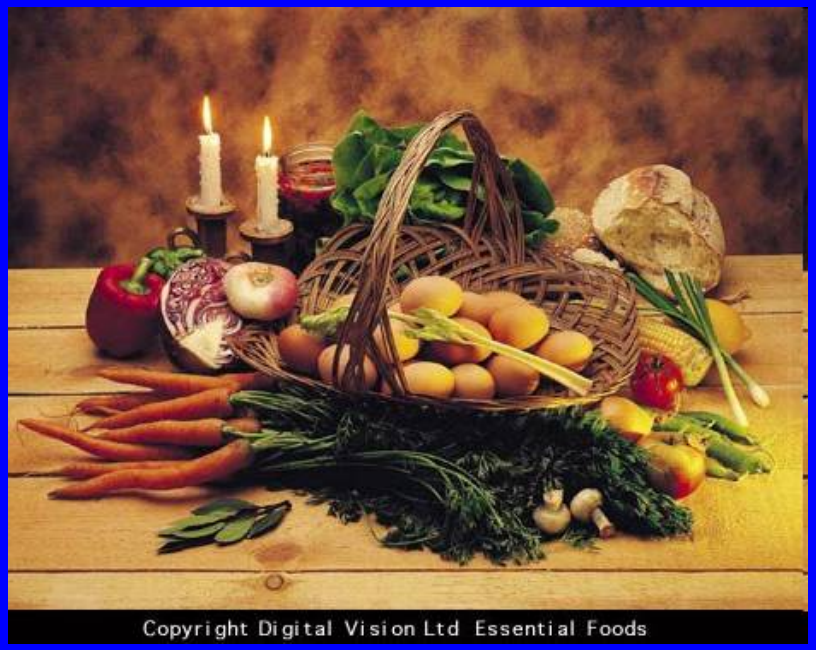
I recettori - d Aspartate, sarebbero implicati nelle psicosi

Il glutammato

- Il **glutammato** è un aminoacido contenuto in tutte le proteine degli alimenti (formaggi, latte, funghi, carne, pesce e molti vegetali). È fondamentale per il metabolismo del cervello,

- ma un'alterazione del suo livello può essere critica (ricordiamo per esempio che nella terapia della sclerosi laterale amiotrofica viene utilizzato il riluzolo, un farmaco che pare contrastare l'azione del glutammato;

La diffusione del glutammato



- dadi da brodo
- prodotti da gastronomia
- primi, secondi e contorni surgelati
- salse
- prodotti in scatola
- salumi
- liofilizzati.

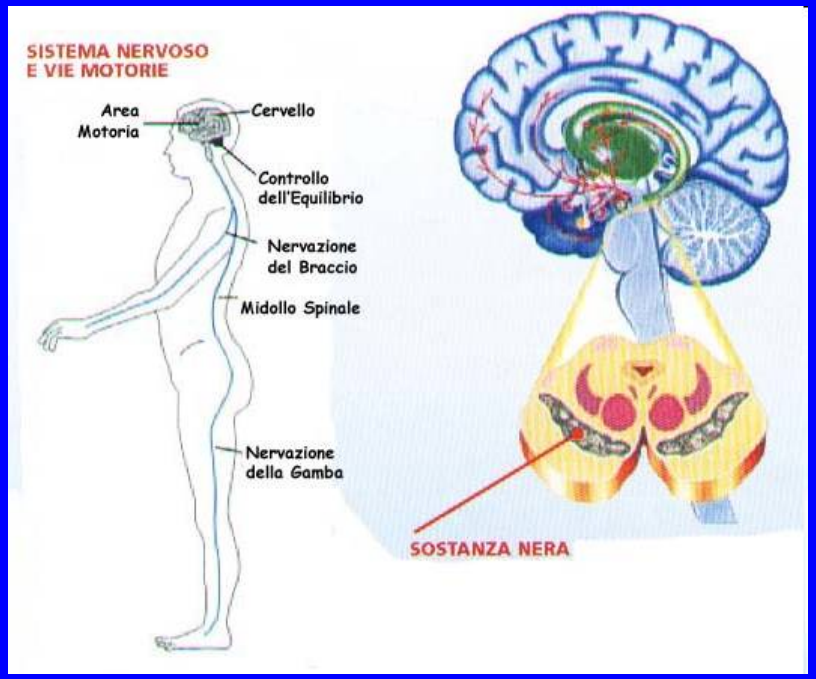
Innocuo o dannoso?

- *sindrome del ristorante cinese*
- riduce il contenuto di sodio del 30% circa
- abitua il gusto del consumatore a mangiare salato (per alcuni *saporito*).

Primo problema: la salute

- mostrato che il glutammato può compromettere irreversibilmente le funzioni retiniche. In topi di laboratorio, nutriti per sei mesi con alimenti a base di glutammato, alcuni strati di retina si sono assottigliati del 75%. Anche la vista risultava gravemente compromessa

glutammato



- Secondo problema: la ritenzione idrica
- Terzo problema: l'inganno del gusto
- eguagliare o superare il ruolo della dopamina

GABA

- Il gaba è il neurotrasmettitore inibitore.
- Le benzodiazépines e la maggior parte dell'antiepilettici esercitano i loro effetti su questi ricevitori GABA.
- Potrebbero essere implicati nella schizofrenia.

IPERICO

- L'I. ha mostrato un'efficacia terapeutica comparabile a quella degli antidepressivi classici,
- Inibisce, inoltre, la captazione di norepinefrina e di dopamina,
- e si lega ai recettori del GABA.

Hypericum perforatum

- **Hypéricum** dal greco "hypér" più che, sopra e "eikón" immagine
- **Perforátus** da "pérforo" io perforo: perforato
- Per chi ha subito 1000 ferite, scoraggiato e timoroso

VALERIANA

VALERIANA
(Valeriana officinalis)

- PROPRIETÀ TERAPEUTICHE: Azione sedativa: è una pianta attiva sul sistema nervoso centrale, sul quale esercita azione sedativa e favorente il sonno. Animali trattati con valeriana mostrano in effetti una diminuzione del movimento, dell'aggressività, per cui si può dire che la pianta ha un'attività genericamente tranquillante.

SUTHERLANDIA FRUTESCENS

- Combatte la Sindrome da Fatica Cronica (Chronic Fatigue Syndrome)
- Riduce ansietà e irrabilità
- Migliora l'appetito nei casi di appetenza
- Ha un'attività immunomodulatoria, antinfiammatoria, vasodilatatoria, analgesica
-

sutherlandia frutescens
© 2004 pictured by antonie van der
for aycronto.com

CONTENTS:
Amla Extract 150mg
Sutherlandia frutescens 100mg
Astragalus membranaceus 60mg
Vitamin C 50mg
Piper nigrum 30mg
Ginger*(Zingiber officinale)*30mg
Rooibos extract*(Aspalathin)*30mg

Stati di stress e ansietà, stanchezza generale

- Inibitore del TNF (fattore di necrosi tumorale)
- Ha un'attività antivirale, antifungina e antibatterica

Migliora le condizioni generali dei malati di AIDS e tumore per le proprietà di adattogeno.

Astragalo
Pianta ADATTOGENA

- ATTIVITA'

- aumenta la moltità spermatica,
- innalza la soglia di resistenza allo stress,
- Tonico generale, immunostimolante,
- antibatterico, antivirale, antinfiammatorio,
- cardiotonico, ipotensivo, vasodilatatore,
- abbassa la glicemia,

tonico generale, immunostimolante aumenta la resistenza alle malattie e alle infezioni

- Attività antiossidante,
- stimolo della memoria,
- della produzione di cartilagine,
- pianta epatoprotettiva,
- azione diuretiva e protettiva dei reni (i polisaccaridi e le saponine svolgono un ruolo primario)

I neurotrasmettitori peptinici

- possono essere almeno 300
- coesistono con le piccole molecole; le endorfine, opioïdes endogeni,
- encéphalines,
- dymorphines regolerebbero lo sforzo, il dolore e le variazioni di l' umore.

Mitragyna speciosa

Mitragyna speciosa

- La mitraginina esercita un’azione depressiva a livello del sistema nervoso centrale simile a quella indotta dagli oppioidi con una potenza relativa rispetto alla morfina pari al 26%. Le proprietà analgesiche della mitraginina sono paragonabili a quelle della codeina rispetto alla quale presenta alcuni vantaggi.

Mitragyna speciosa

- A differenza della codeina, infatti, la mitraginina non causa dispnea o emesi, induce una sindrome da astinenza meno marcata, presenta minori effetti anticolinergici e causa una minore depressione respiratoria.

Sta per nascere un papavero

Cuore di papavero

L’assoluto

Un fiore fiammeggiante

Il sonno si avvicina

Senza più orizzonte

Frutto e stupore

Il papavero, o **rosolaccio**

- *Proprietà*
  possiede proprietà calmanti e lenitive nei casi di tossi stizzose, catarri e raffreddori. L'infuso si usa contro l'insonnia e nei soggetti nervosi.

In cucina

- I teneri germogli del papavero si possono utilizzare nella preparazione di minestre, nel ripieno delle polpette di carne o, lessati e conditi, come contorno.
- I semi neri del papavero si usano per arricchire il pane, per preparare insalate e nel ripieno di alcuni dolci al miele. I petali freschi dei fiori servono a colorare di rosso sciroppi e bevande.

Consigli della nonna e curiosità

- In passato le donne utilizzavano i coloranti del papavero per truccare guance e labbra.
- Sembra inoltre che gli estratti dei fiori di papavero posseggano proprietà calmanti e antinfiammatorie per la pelle.
- Nel linguaggio dei fiori, il significato del papavero è: consolazione e semplicità. Durante la prima guerra mondiale si usavano infatti i papaveri nel comporre ghirlande celebrative per ricordare i soldati morti per la patria sul campo di battaglia.

I ricevitori del SNC, a livello pre e post sinaptico

- NMDA, non - NMDA
- GABAa, GABAb
- Glicina (vicino alla stricnina)
- Nicotina, muscarinique
- 5-HT * alpha1, alpha2, Beta1-3 * D 1-5 * CCK A - CCKB

La glicina è un neurotrasmettitore

- **Funzioni fisiologiche**
- Inibisce il sistema nervoso centrale, specialmente nel midollo spinale. Quando i recettori della glicina sono attivati, gli ioni cloruro entrano nel neurone, che subisce una iperpolarizzazione per la quale la cellula tende a rimanere in uno stato inibito.

La glicina è un neurotrasmettitore

- Effetti dimostrati
- Allevia i sintomi spastici. Effetti possibili Potenzia l'effetto di alcuni farmaci anticonvulsivanti.
- Utile nel trattamento della schizofrenia. Effetti non dimostrati Esplica attività ergogenica.
- Utile nel controllare il metabolismo lipidico. Utile nel trattamento dell'ipertrofia prostatica.

ALIMENTI E GLICINA

- AlimentiQuantità di Glicina
  Proteine isolate della soia 3.7gAlga spirulina , essiccata3.099g
  Merluzzo sotto sale3.015g
  Polvere di albume2.842g
  Pancetta di maiale, cotta 2.691gCoda di maiale 2.361gCorned-beef2.263g
  Mortadella di suino2.261g
  Salame (tipo milano) 2.071g
  Lievito di birra secco 1.861g
  Bovino in gelatina (in scato 1.8gFegato di bovino 1.739g
  Fianchetto di manzo, cotto 1.706gTacchino arrosto

La stricnina,

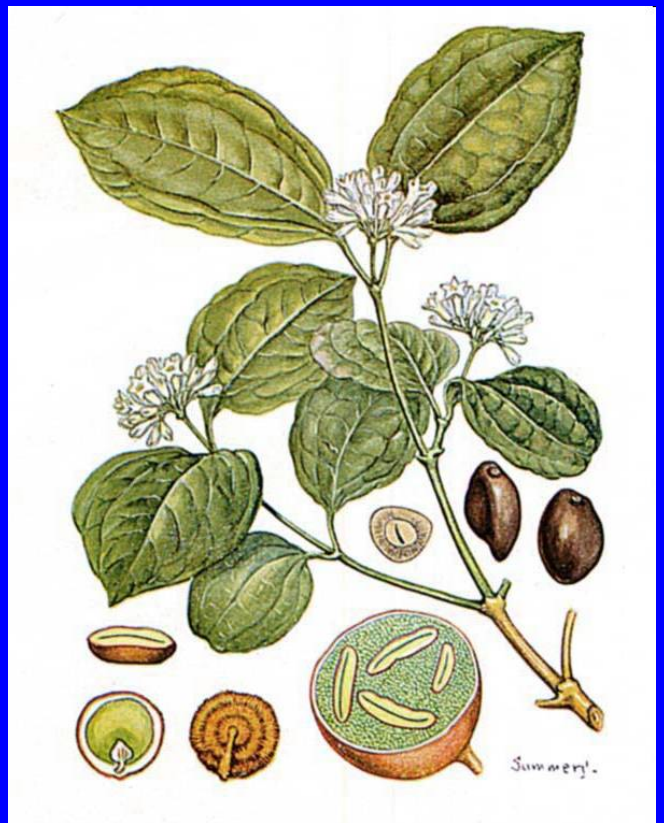
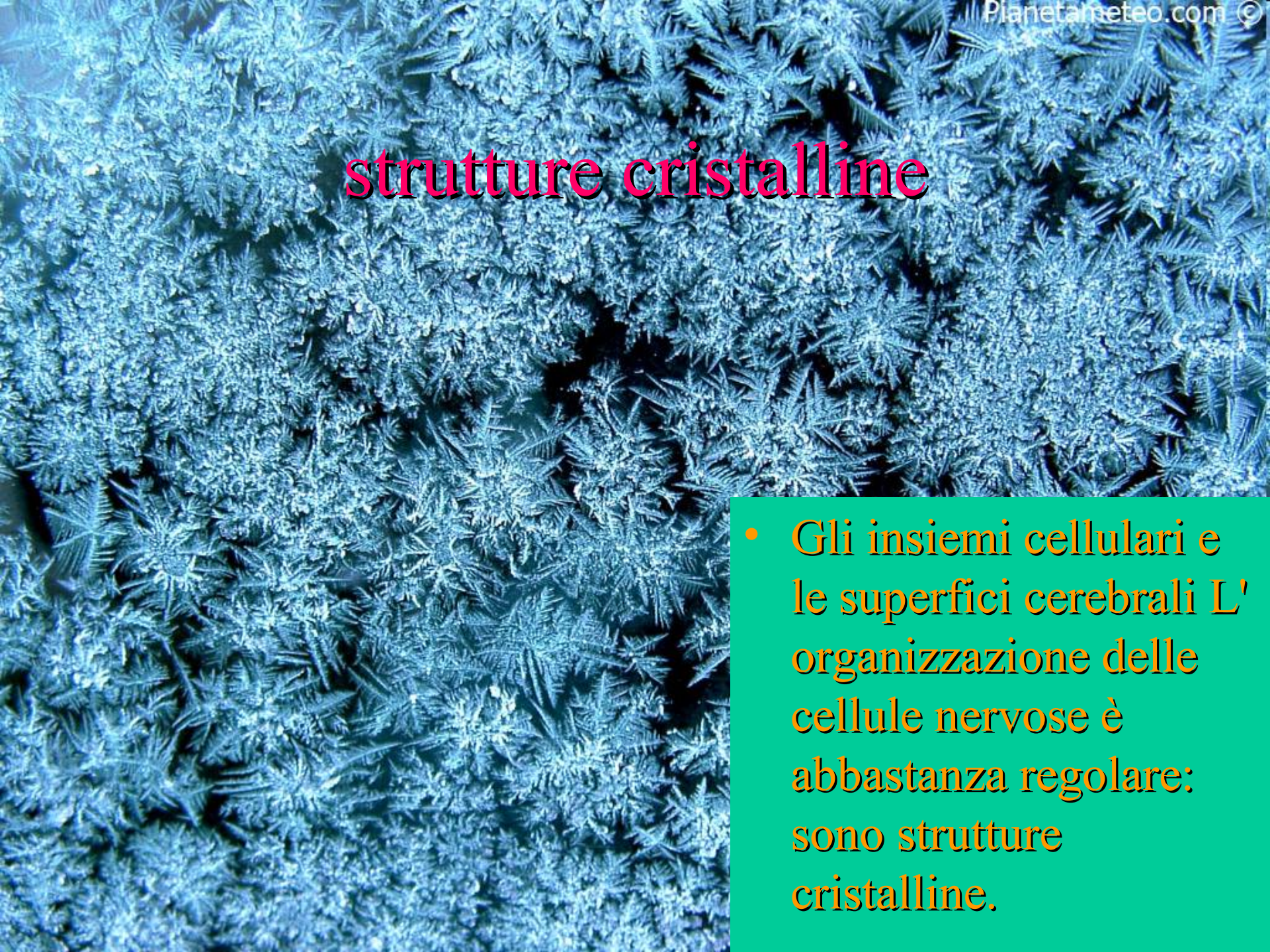


PLATE XII.—*Strychnos nux-vomica* (Nux Vomica). (From Jackson: *Experimental Pharmacology and Materia Medica.*)

- La stricnina, un farmaco convulsante, agisce bloccando i recettori della glicina. La glicina è anche un agonista dei glutammati per l'attivazione dei recettori dell'NMDA.



strutture cristalline

- Gli insiemi cellulari e le superfici cerebrali L' organizzazione delle cellule nervose è abbastanza regolare: sono strutture cristalline.

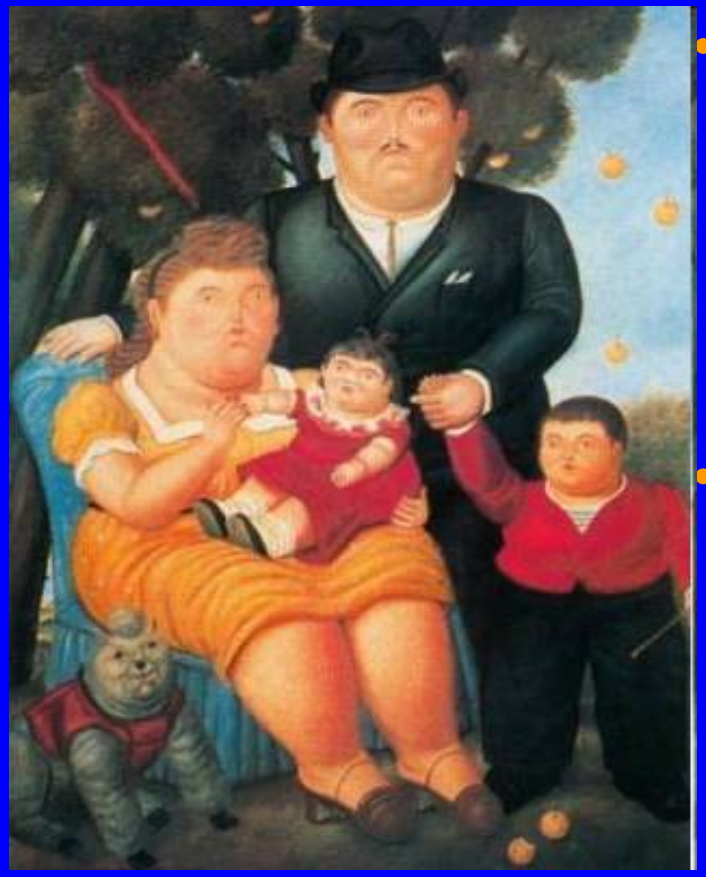
una seconda ipotesi: ologramma

- L' ipotesi di questa ripartizione geometrica autorizza una seconda ipotesi:
- l' iscrizione d' immagini in 2 o 3 dimensioni sotto una forma olografica, come sugli schermi (mostrano a cristalli liquidi, schermo di televisione o d' elaboratore).

auto-organizzazione dove le immagini sono semplificate e simbolizzate

- sarebbero più pratiche per l' intelligenza, per il ragionamento
- tra l' animale e l' uomo, le prestazioni intellettuali sembrano dovuti soltanto ad un aumento del numero totale dei neuroni ed alla loro proprietà di collegamento

qualsiasi psicoterapia comincia onorando i nostri genitori



- Quando guardiamo ai nostri genitori vediamo dietro di essi i loro genitori e dietro ai loro genitori ci sono altri genitori e così via per molte generazioni.
- La stessa vita scorre attraverso tutti loro fino a quando raggiunge noi in realtà Se essi fossero ciò che chiamiamo brave persone oppure se essi fossero ciò che noi chiamiamo cattive persone.

Per quanto riguarda il passaggio della vita essi erano tutti uguali

- I genitori danno ed i bambini prendono
- Se guardiamo ai nostri genitori in questo modo noi possiamo onorarli come genitori comunque essi siano. Se facciamo questo ci sentiamo ricchi.
- Perché non appena qualcuno accusa i suoi genitori interrompe la continuità del fluire della vita.

Noi riceviamo la vita comunque e in pieno da loro.

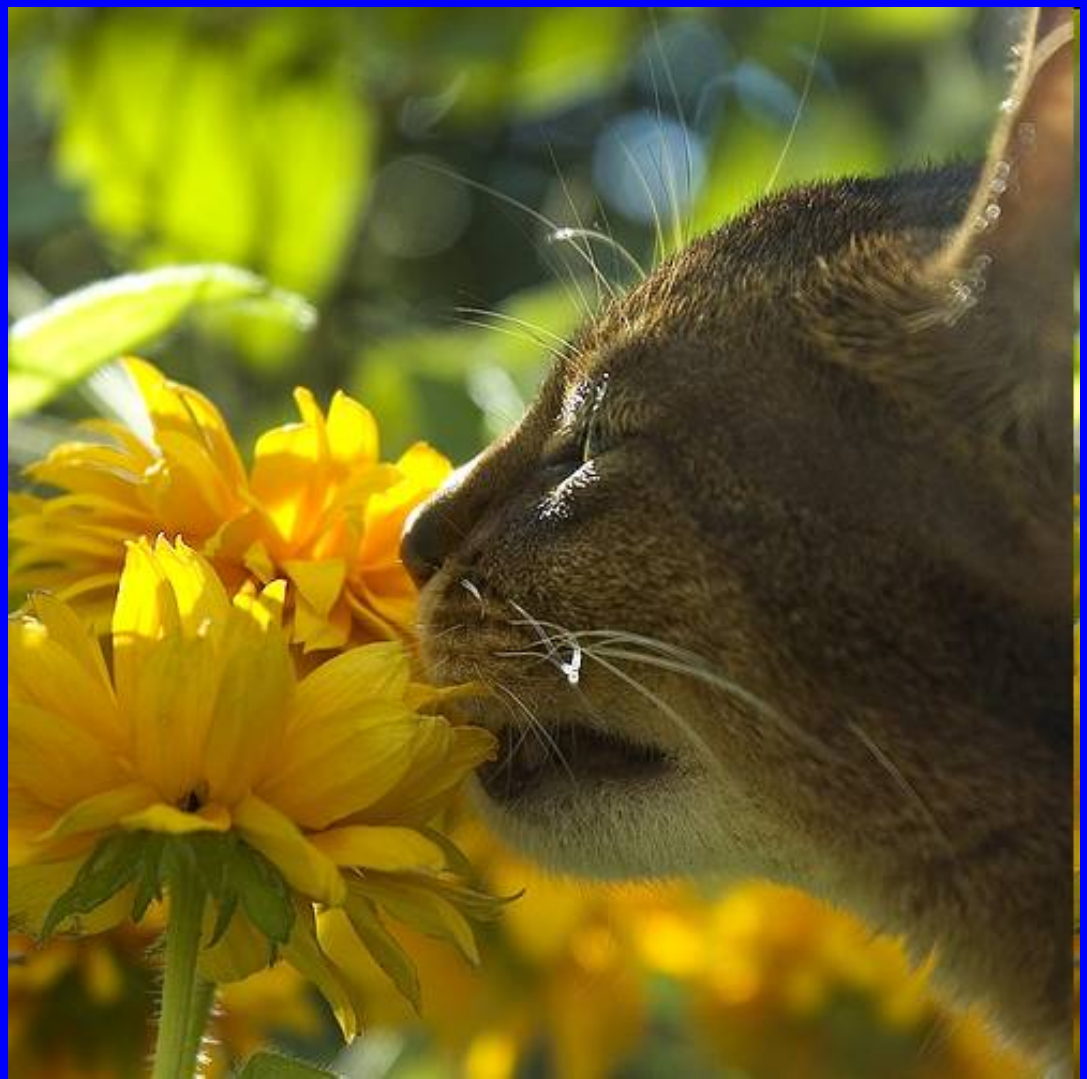
- Troviamo che in alcune famiglie un membro sia escluso.
- Se c'è stato un suicidio la persona che si è uccisa non è più nominata
- A volte accade qualcosa nella famiglia che faccia sorgere la paura

Perciò un successivo membro della famiglia si identifica con uno precedente.

- Alcuni si comportano come se avessero più diritti di appartenenza di altri così l'uguaglianza di base non viene mantenuta.

Questa forza più grande non tollera che nessuno venga escluso.

- Tutti i membri della famiglia sono parte di qualcosa di più grande, di un anima più grande che li unisce, oppure di una coscienza collettiva che li muove tutti nella stessa direzione.



SENÉCIO VULGÁRIS L.

(dal lat. *senex*: vecchio; per allusione ai peli bianchi del frutto, somiglianti ad una testa canuta)

CALDERUGIA. - Fr.: **SENEÇON COMMUN.** Ingl.: **GROUNDSEL.** - Ted.: **GEMEINES KREUZKRAUT.** - Sp.: **SUZÓN COMÚN.**

Nomi volgari. *Erba calderina, Erba calderugia, Erba spelliciosa, Erba uccellina, Senecione, Erba-da-canarin, Erba canaja, Erbass, Erbassùn, Cardillo, Sinèciu, Erva di-li-cardiddi, Mangia-lebbra, Erba de cardeddinas, Perdufexi.* - Fr.: *Seneçon des oiseaux, Petit Seneçon, Toute-venue.* - Ted.: *Gemein Kreuzkraut.* - Sp.: *Buen varon, Casamelos, Galicresta, Lechocinos, Pan de pajaro, Xinxirinxous.*

Habitat. Strade di campagna, vecchi muri, siepi, ruderi, orti, giardini, luoghi incolti di tutti i terreni, dal mare alle zone montane superiori dell'Europa, Asia, Africa settentrionale.

Fitografia. Pianta erbacea, annuale, selvatica o coltivata, alta 30-40 cm., glabra. Radice a fittone, munita di numerose radichette. Caule eretto, ramificato, molle e glabro. Foglie alterne, spatolate, un po' spesse, glabre di sotto, pennato-fesse lobate a segmenti oblunghi, irregolarmente dentati, ottusi: le inferiori ristrette alla base, le superiori abbraccianti. Fiori tutti tubolosi, senza linguetta i periferici, riuniti in capolini cilindrici gialli e disposti in grappoli corimboidi. Brattee dell'involucro glabre, 4 volte più lunghe del calice, nere alla sommità, disposte in una sola serie e accompagnate alla base da foglioline squamiformi più piccole. Acheni cilindrici, pubescenti, grigi o biancastri, muniti di peli corti e applicati, sormontati da un pappo di peli bianchi.

Fioritura. Marzo-ottobre. Nei luoghi caldi fiorisce in tutto l'anno.

Parti usate. La pianta intera fiorita.

Tempo balsamico. Durante la fioritura.

Componenti chimici. Un glucoside, la *senecionina*, una sostanza resinosa, la *senecina*, *inulina*, glucosio, tannino, gomma, tracce di olio volatile.

Azione farmacodinamica. Astringente, diuretica, emmenagoga, emocinetica, lassativa, risolvente, stimolante, tonica, vasospastica periferica.

Impiego terapeutico. Amenorrea, Ascesso caldo, Costipazione, Crosta lattea, Dismenorrea, Dissenteria, Disuria, Emorroidi, Enterorragia, Flebite, Flebosclerosi, Foruncolosi, Gotta, Lombalgia, Mastite, Menorrea, Nevralgia pelvica, Rectocolite emorragica, Tigna, Varici.

Forme e dosi. *Estratto fluido* 20 gocce, 2-3 volte al giorno. *Tintura* 1-5 g. al giorno. *Succo* 60 g. al giorno, a cucchiai. *Decotto* (3% boll. 8m) 2-3 tazzine al giorno; (5-10% boll. 10m) per lavande e impacchi. *Polvere* 1-2 g., 2-3 volte al giorno.

- Pie di uccellino