

L'essere umano è una totalità che manifesta e coniuga mente, corpo e spirito: il corpo è solo uno degli elementi (il termine olistico deriva dalla parola greca *Holos* che significa "intero").

Il concetto di "*benessere*" trova la sua realizzazione attraverso l'interazione di costituenti del piano fisico, emotivo, genetico, sociologico e ambientale, ovvero dipendenti dal corretto stile di vita.

Se condividiamo il principio per cui l'organismo umano possieda internamente la capacità di auto-riequilibrarsi, di mantenersi sano e di compenetrarsi nel tessuto ambientale, ovvero che il corpo sia elemento fondamentale della "natura" che, a sua volta, è fonte primaria di energie guaritive, ne consegue direttamente il secondo punto:

L'organismo umano è dotato di una sua propria capacità intellettuale di auto guarigione (*vis medicatrix naturae*).

La natura sovrintende ai processi di armonizzazione del corpo, a quelli cognitivi della mente e a quelli evolutivisti dello spirito, al fine di raggiungere il benessere e di mantenerlo nel migliore dei modi.

Il fine della naturopatia è di individuare tali meccanismi propri di ogni individuo e di "*guidarli*" in un percorso "*salutistico*" aiutandolo e spronandolo nell'istintivo e naturale viaggio chiamato "*presa di coscienza*".

Ogni persona è diversa dalle altre, e sono e saranno diverse le necessità di benessere.

Quindi un disequilibrio non è mai uguale ad un altro, ognuno ha alla base un'alterazione che in primis va ricercata nello stile di vita e nelle quotidiane abitudini, ma, soprattutto, ogni persona tende a manifestare diversamente sé stessa e le sue disarmonie.

Lo sguardo del naturopata deve andare oltre il sintomo perché solo attraverso questo "*itinerario*" di conoscenza è in grado di valutare la migliore terapia e di esserne giustamente il mentore propositore.

La naturopatia è fondamentalmente un sistema educativo e di prevenzione.

Nessun naturopata troverebbe credito o avrebbe risultati se non ponesse sempre l'accento sull'importanza dell'individuo di agire in prima persona. E' di primaria importanza "educare", perché solo sottolineando la capacità intrinseca e la RESPONSABILITÀ verso il proprio benessere, si possono davvero trasmettere i dettami fondamentali per realizzare una sana armonia e una vita soddisfacente.

Le disfunzioni (malattie) diventano un alleato quando si capisce che stanno comunicandoci un problema rilevante.

Non possiamo certo affermare che le malattie siano "positive", ma rappresentano un vero campanello d'allarme sulla salute del corpo, mente e spirito e costringono l'individuo a concentrarsi su se stesso e valutare profondamente gli squilibri.

Cambiare lo sguardo sulla malattia diventa allora il primo passo per confinarla solo sul piano fisico, modellandola invece di nuova luce su quello mentale e spirituale.

La terapia naturopatica non deve essere nociva (*primus non nocere*).

I naturopati devono affidarsi a terapie non invasive, non avrebbe senso altrimenti codificare concettualmente l'essenza olistica e la struttura naturale, coniugandole in un atteggiamento rispettoso verso l'individuo, quando poi si pensi di attuare nei confronti dello stesso terapie nocive.

La naturopatia non è alternativa alla medicina, ma complementare.

Gli schemi della medicina convenzionale che hanno una loro valenza scientifica dimostrata e una loro applicazione indiscutibile, si avvalgono dei principi della diagnosi e della successiva "cura". Gli schemi della naturopatia conquistano la loro specificità e la loro dignità nel momento in cui il superamento della visione del singolo organo va ad incidere sulla visione di INSIEME, sulla prevenzione e sull'educazione alla responsabilità verso se stessi e il proprio benessere.

Riprendendo un concetto radicato, la naturopatia nel passaggio dalla teoria alla pratica diventa “ecologia del benessere” che passa attraverso tre livelli: strutturale, emozionale e bio-chimico.