

Homeopatía sin fronteras

Homeopatía y adolescencia

Guillermo Basauri*

En el estado de salud, la fuerza vital (autocrática) que dinámicamente anima el cuerpo material (organismo), gobierna con poder ilimitado y conserva todas las partes del organismo en admirable y armoniosa operación vital, tanto respecto a las sensaciones como a las funciones, de modo que el espíritu dotado de razón que reside en nosotros, puede emplear libremente estos instrumentos vivos y sanos para los más altos fines de nuestra existencia.
Órganon (párrafo 9), Dr. Samuel Hahnemann.

Comparto profundamente la idea del doctor Samuel Hahnemann acerca de la vida como una experiencia destinada, al menos potencialmente, a los más altos fines. Y me encanta pensar en la salud, como interpreto que él también hacía, no como un fin en sí mismo sino como uno de los bienes más preciados de los que un ser humano puede disponer para expresar lo mejor de uno mismo.

Esto ya, en sí mismo, hubiera sido un pensamiento digno de una gran y sabia persona, pero Samuel Hahnemann no lo enunció simplemente como un concepto filosófico, sino que nos legó una terapéutica y unos medicamentos capaces de ayudar a las personas para que “[...]el espíritu dotado de razón que reside en nosotros puede emplear libremente estos instrumentos vivos y sanos para los más altos fines de nuestra existencia”, como él lo expresó.

Yo comprendo que para los médicos educados exclusivamente en la farmacología convencional, pensar en medicamentos que no sólo actúen y sean útiles en las personas enfermas sino que, además, puedan ayudar a las personas sanas a desarrollar todo su potencial, no sea del todo fácil. Lo entiendo. Pero es que eso es lo que la Homeopatía puede hacer: abrir las posibilidades de la medicina para convertirla en una puerta de entrada hacia el autodescubrimiento y la evolución personal.

Todo esto lo digo desde mi más profunda experiencia de vida; a mí la Homeopatía me ha convertido en mejor médico de lo que era, lo que ha promovido que sea capaz de cuidar mejor de mis pacientes, y me ha hecho una mejor persona. Y permitidme que lo aclare: no digo en una buena persona, digo una mejor, que todavía queda mucho camino.

*Experto universitario en Homeopatía y profesor de esta disciplina médica en el Centro de Enseñanza y Desarrollo de la Homeopatía (CEDH), España. Especialista en Osteopatía y medicina naturista; miembro de la Sociedad Española de Medicina Homeopática (SEMH) y de la Sociedad Española de Puericultura (SEP). Vocal de Comunicación de la Asamblea Nacional de Homeopatía (España).

A mí la Homeopatía me ha ayudado a cultivar la comprensión y la compasión hacia el ser humano al mostrarme que todos somos seres heridos sobreviviendo a nuestro conflicto existencial como podemos, básicamente desarrollando comportamientos de vida completamente neuróticos. Y así, sufrimos y hacemos sufrir.

¿Qué diferencia hay entre una persona **Lycopodium** y una persona **Silicea**? La manera en la que cada una de ellas sobrevive a su sensación de “no valer”, de “no ser capaz”, es decir, a su miedo a la vida. Fijaos cómo hay dos maneras tan distintas de afrontar, básicamente, el mismo conflicto; la falta de confianza en uno mismo. Y, por ejemplo, en un contexto de acoso escolar (*bullying*), acosador (**Lycopodium**) y víctima (**Silicea**) pueden estar sufriendo desde el mismo lugar emocional.

Comprender esto no justifica ni exime de responsabilidades al agresor, pero hace que quienes tengamos la responsabilidad de ayudar a estos chicos seamos capaces de comprender y de acercarnos a esa realidad desde un lugar más compasivo y constructivo.

¿Qué supone la adolescencia?

La adolescencia es esa etapa de la vida en la que pasamos de ser niños a ser adultos. ¡Casi nada! Sin duda es una etapa intensa como pocas en la vida, llena de cambios e interrogantes para los propios adolescentes, pero también para sus padres y adultos cercanos.

Recuerdo mi adolescencia como un tiempo agri dulce; lleno de descubrimientos y aventuras, de sueños e ideales y también de miedos, fragilidad e inseguridades. Pero sobre todo lleno de vida. ¡Qué vivo me sentía! ¡Qué intenso y absoluto era todo!

En mi adolescencia descubrí la profundidad de la amistad, me enamoré varias veces, jugué al fútbol y al baloncesto, la montaña entró en mi corazón y en mi alma para siempre; pasé de la religión a la espiritualidad y transité una, digamos, “no fácil” relación con mis padres. Nos quisimos como pudimos; a veces salió mejor y otras ocasiones, no tan bien. Pero ahí seguíamos, caminando juntos los encuentros y los desencuentros.

La adolescencia no es una enfermedad, es sólo una etapa más de la vida pero, eso sí, una etapa única y especialmente compleja. En este contexto, la

Homeopatía puede ayudarnos a comprender mejor el origen de determinados comportamientos y sus medicamentos pueden ayudar a equilibrar también determinados estados emocionales en algunos adolescentes y ayudarles así a transitar este momento de su vida “[...]de modo que el espíritu dotado de razón que reside en nosotros, pueda emplear libremente estos instrumentos vivos y sanos para los más altos fines de nuestra existencia”, como aseveraba el Dr. Hahnemann.

Homeopatía y adolescencia

Me gustaría compartir con vosotros algunos de los perfiles homeopáticos de algunos adolescentes que acuden a mi consulta con mayor frecuencia. Muchos de ellos vienen para consultar problemas físicos, pero yo siempre intento “correr el velo del diagnóstico” y ver en el fondo de su alma ese lugar **desde el que, de alguna manera, están sufriendo.**

Phosphorus

Los adolescentes **Phosphorus** son personas muy sensibles y empáticas, con una gran necesidad de contacto humano. Tienen una imaginación desbordante y es fácil que tiendan a quedarse “colgados en su mundo”. Son muy emocionales y pueden tener respuestas afectivas desmesuradas.

Les encanta conocer cosas nuevas y aprender. Son poco dados a la disciplina y a las rutinas, lo que hace que en muchas ocasiones les cueste mantener su atención centrada sobre algo durante mucho tiempo, salvo que sea algo que les apasione. Tienen un gran sentido de lo estético y suelen tener una atracción especial por todo lo artístico y creativo. Físicamente suelen ser muy esbeltos y elegantes.

Son personas que pueden brillar con fuerza, pero también tienden a apagarse rápido; son muy expansivos y pasionales, pero también se agotan con esa misma intensidad. Además, el ser tan empáticos e impresionables, y necesitar tanto del contacto humano, hace que algunos jóvenes **Phosphorus** sean muy influenciados, con los riesgos que esto puede conllevar. Esa misma capacidad de brillar entre el resto les puede otorgar cierta capacidad de liderazgo y puede hacerles sentirse especiales, incluso, un tanto superiores.

Sepia

Aunque cualquier medicamento homeopático puede estar indicado tanto en hombres como en mujeres, **Sepia** suele convenir más frecuentemente a mujeres, aunque, por supuesto, no de forma exclusiva. De hecho, alguna vez he escuchado hablar de **Sepia** como de la “**Nux vomica** femenina”.

La adolescente **Sepia** suele ser delgada y atlética, con rasgos afilados. Muy activa y pragmática, suele ser también muy competitiva. Le gustan los deportes intensos, para los que suele estar muy bien dotada. A diferencia de **Phosphorus**, suelen ser personas duras emocionalmente y puede llegar a costarles ser conscientes del impacto emocional que pueden tener en los demás.

Son muy pragmáticas y con un gran sentido del deber, hasta el punto de llegar a anteponer lo que consideran sus deberes a sus relaciones personales y al disfrute. Este gran sentido del sacrificio puede acabar por sobrecargarles y entonces entrarán en una fase depresiva en donde tenderán a aislarse, volviéndose más lejanas, indiferentes, tristes e irritables. Llegados a esta situación, tienden a rechazar el consuelo y la ayuda.

Lycopodium

Si decíamos que **Sepia** era un medicamento “más femenino”, **Lycopodium** es fundamentalmente “masculino”. Se trata de adolescentes que suelen parecer adultos antes de tiempo. Son personas muy preocupadas por la opinión de los demás, pues necesitan demostrarse permanentemente que valen. Tienen un fondo de inseguridad, un sentimiento de no valer que necesitan compensar, por eso suelen ser muy aplicados en clase y muy competitivos. El joven sensible a **Lycopodium** será con frecuencia el primero de la clase (al menos, lo intentará), pero se conformará también siendo el segundo porque, en el fondo, sienten que no merece ser el primero.

Además, este sentimiento de inferioridad lo intentará disimular con una actitud orgullosa, prepotente y dominadora, sobre todo con aquellas personas a las que sienta vulnerables. Y digo disimular porque algo que no pueden soportar es sentir que los demás reconocen sus debilidades. Pueden ser adolescentes autoritarios y a la vez poco decididos,

fanfarrones con los débiles y sumisos con los que sienten fuertes. Así, no es infrecuente que en casa, donde se sienten seguros, se comporten tiránicamente y en la escuela se muestren débiles y cobardes. Tienden también a ser muy críticos con todo en su afán de sentirse “más”.

En su estado más **psórico**, los adolescentes **Lycopodium** rechazarán cualquier situación que suponga responsabilidades por miedo al fracaso, pudiendo llegar a huir físicamente de las situaciones que les asusten. Suelen ser personas más intelectuales que físicas; el deporte no les suele atraer, principalmente porque no están especialmente dotados para ello. Toleran muy mal que les lleven la contraria o que les corrijan, pues todo ello les pone en contacto con su sentimiento de inferioridad que intentar ocultar de todas las maneras posibles.

Natrum muriaticum

El núcleo profundo del conflicto de los adolescentes sensibles a **Natrum muriaticum** es que son muy sensibles emocionalmente y, al mismo tiempo, les cuesta mucho expresar sus sentimientos. Son extremadamente reservados y solo se abrirán con las personas de su círculo íntimo. Se sienten cómodos en grupos pequeños de amigos que sientan muy cercanos.

Su lema en las relaciones es: “no herir para no ser heridos”. Son muy compasivos y respetuosos, y tienden más a escuchar que a hablar, por eso suelen ser muy considerados con los demás y un gran apoyo en los malos momentos. Por el contrario, cuando ellos mismos se encuentran mal rechazarán el consuelo y buscarán la soledad. Algunas veces aceptarán la compañía y el consuelo de sus íntimos, siempre que sientan que dicha actitud es verdaderamente sincera.

Se les suele comparar con los gatos: por momentos cercanos y cariñosos, por momentos ariscos y distantes. Pueden mostrar un comportamiento y su contrario. Cuando se sienten mal pueden mostrarse desagradables, duros, críticos, insensibles e intolerantes. Muy típico del adolescente que se comunica con monosílabos.

Sin embargo, son muy fieles en la amistad y no tolerarán nada que consideren traicionar este vínculo. No olvidan e, incluso, pueden volverse rencorosos. Si se sienten heridos ya nada volverá a ser

lo mismo con esa persona. Junto con **Sepia**, suele ser uno de los medicamentos homeopáticos más utilizados para ayudar a los adolescentes que sufren trastornos de la alimentación.

Staphysagria

Los adolescentes **Staphysagria** son muy sensibles a las injusticias y a las frustraciones y decepciones, pero en vez de expresar sus sentimientos y su parecer en el contexto adecuado tienden a reprimirse, a tragárselo, lo que les genera un estado permanente de crispación y susceptibilidad.

Así, presentarán un humor paradójico con un fondo de dulzura y timidez sobre el que estallarán momentos de cólera ante la más mínima situación, con tendencia a ser especialmente duros con las personas más cercanas, por ejemplo, la familia.

Es frecuente que tengan comportamientos autoagresivos frente a la frustración. En los niños más pequeños es frecuente que los padres le digan al médico que a veces les parece que buscan el castigo físico y que el chico “no para hasta que lo recibe”.

Decepcionado, desilusionado y frustrado de este mundo, el adolescente **Staphysagria** quisiera protestar, pero se reprime hasta que explota en situaciones fuera de contexto y/o somatiza de diversas formas: pruritos, tics, lesiones cutáneas, dolores musculares, cefaleas, pequeñas autolesiones. Suelen mostrarse susceptibles e irritables a la vez que indiferentes y apáticos.

Silicea

Silicea sufre desde su sentimiento de inferioridad, como le pasaba a **Lycopodium**, su sensación de fragilidad y debilidad. Duda de sí mismo, de ser válido, y se siente incapaz de defenderse. De hecho, suelen ser personas con un sistema inmunológico débil, con tendencia a procesos infecciosos de repetición y a las supuraciones.

Pero, a diferencia de **Lycopodium**, que intentará compensar su sentimiento de minusvalía con una actitud de orgullo y prepotencia, los adolescentes **Silicea** tenderán a mostrarse tímidos y retraídos, con un carácter mucho más dócil. Eso sí, pueden ser profundamente testarudos si se sienten presionados.

Suelen tener un físico menudo, delgado, con una mirada viva y curiosa, tal y como ellos son. Inteligentes, pero muy inseguros de sus capacidades, responderán bien ante los refuerzos positivos y se bloquearán si se sienten presionados. De hecho, si se sienten apoyados y apreciados se mostrarán cálidos y vivaces y desarrollarán todo su potencial, que es mucho.

Al contrario que **Lycopodium**, aceptarán las responsabilidades, pero rechazarán los honores que **Lycopodium** busca ávidamente. Son humildes, responsables, perseverantes y meticulosos. Buenos estudiantes, pues; además, suelen ser muy inteligentes pese a no reconocerlo.

Pueden mostrarse muy testarudos en situaciones extremas, pero, en general, tienden a mostrarse flexibles de mente y espíritu; escuchan y aceptan si los argumentos les parecen razonables.

Extremadamente sensibles y tímidos, hasta el punto de que puede costarles mirar a los ojos. Pueden mostrarse coléricos si se les presiona para hacer algo que su timidez les impediría. Tratan de no destacar y en clase no contestarán, aunque conozcan la respuesta de una pregunta que se hace al grupo. Son más intelectuales que físicos y no suelen tener especial inclinación por las aventuras o los viajes. Para ellos es muy importante sentirse seguros y protegidos. No les gusta la soledad y buscarán estar cerca de los suyos.

Su carácter suave, su empatía, su humildad, su capacidad de compromiso, su fidelidad en la amistad, entre otras cosas, hacen que sean muy apreciados en su entorno social.

Pulsatilla

Como **Silicea**, **Pulsatilla** también tiene una gran necesidad de protección, llevando la dependencia del otro hasta su máxima expresión. Viven las relaciones de una manera en la que buscan fusionarse o adaptarse al otro para que les quiera y les acepte. Es como el agua que toma la forma de la vasija que la contiene y la protege. Su lema podría ser: “¿Cómo quieres que sea para que me quieras y me cuides?”. Son muy demandantes y posesivos, pero con dulzura. Son más seductores que exigentes.

Ya desde la infancia muestran un apego extremo a la figura materna y es curioso como muchas

adolescentes sensibles a **Pulsatilla** confiesan que su madre es su mejor amiga. Es como que no acaban nunca de cortar el cordón umbilical con la madre. Y esta forma de fusión en la que viven el amor la extenderá a todas sus relaciones.

Esta adaptabilidad extrema al medio que le permita sentirse vinculada y protegida le puede exponer peligrosamente —como también le podía pasar a **Phosphorus**—, al influjo de malas compañías. Puede llegar a parecer que no tienen deseos propios, siempre adaptándose a lo que los demás quieren.

Muy pegados a la casa familiar, les costará mucho emanciparse. Pueden mostrar, incluso, actitudes regresivas e infantiles si se sienten desplazados. Celosos y exclusivos, les cuesta compartir el cariño, pero tenderán a no mostrarlo directamente por miedo al rechazo. Siempre buscan el consuelo y la protección ante la mínima adversidad. Lloran por cualquier cosa, pero enseguida se calman si reciben consuelo. Son personas muy impresionables con una gran variabilidad del humor.

Tímidos y pudorosos, tienden a ruborizarse con facilidad. Suelen tener miedo a experimentar cosas nuevas, pero, paradójicamente, pueden dejarse arrastrar hacia cualquier cosa por ese sentimiento de sumisión y dependencia que gobierna sus relaciones.

Calcarea phosphorica

Suelen ser adolescentes nerviosos y que se fatigan con facilidad, con una sensación de descontento permanente y de falta de energía. Llegan especialmente cansados al final del curso y suele costarles mucho levantarse de la cama por las mañanas. El esfuerzo intelectual les ocasiona frecuentes dolores de cabeza.

Es frecuente que se sientan lánguidos e indolentes y que tiendan a abandonar fácil si no encuentran los resultados esperados. Pero también es verdad que, si la tarea les atrae, pueden activarse y motivarse intensamente. Muy emocionales, enseguida se vienen abajo ante penas o malas noticias. Tímidos y emotivos, viven muy mal las reprimendas; se van a su habitación y se encierran cuando les regañan sus padres. Les cuesta madurar y es frecuente que sean los últimos en enterarse de lo que se debiera saber para su edad. Les gustaría seguir siendo niños.

Hay un comportamiento que resume muy bien la lucha de opuestos que viven estas personas y

que les mantiene en ese estado de insatisfacción permanente: tienen grandes deseos de viajar y, a la vez, les produce mucha ansiedad el estar fuera de casa.

Todo esto se entiende perfectamente si analizamos la sal a partir de la cual obtenemos el medicamento homeopático: fosfato tricálcico. El calcio, un mineral que tiende a la “horizontalidad”, junto con fósforo, que tiende, por el contrario, hacia la “verticalidad”. Si las personas sensibles a **Calcarea phosphorica** logran equilibrar ambas energías conquistarán altas cimas en su evolución personal, pero el esfuerzo necesario será equiparable a los logros.

Fluoricum acidum

Suelen ser adolescentes muy materialistas que buscan disfrutar sin responsabilidades. Además, tienden a ser muy superficiales, a no valorar nada. Para ellos nada tiene importancia. Solo buscan la satisfacción, lo que les complazca. No se hacen preguntas existenciales, como tantos adolescentes en este periodo de la vida.

Suelen tener un despertar muy temprano de su sexualidad y disfrutarán especialmente de las distracciones y las juergas. No buscarán relaciones estrechas, amistades profundas ni compromisos personales de ningún tipo. Se debe tener especial cuidado con estos adolescentes y su tendencia al consumo de alcohol y todo tipo de drogas.

Suelen ser bastante dispersos, desordenados, un poco caóticos. Pueden ser brillantes o todo lo contrario en los estudios, según lo importante que lo consideren para ellos. Pueden mostrarse insensibles y agresivos en muchas ocasiones, con actitudes prepotentes y dominantes. Ojo con la deriva hacia la marginalidad y la delincuencia en algunos adolescentes sensibles a este ácido.

Arsenicum album

Son adolescentes muy ansiosos e inseguros, con una sensación constante de vivir en un mundo hostil y peligroso, como “una oveja entre lobos”. Para intentar sobrevivir a esta sensación construyen a su alrededor un universo de orden y precisión.

Son personas ordenadas hasta la manía, puntillosas con todos los detalles. Necesitan tener

regulada toda su vida, hasta el más mínimo aspecto. Esto suele hacerles un poco difícil adaptarse al ritmo de los demás y pueden verse desplazados de las actividades habituales de sus compañeros. Suelen mostrarse críticos con todo y con todos, como **Lycopodium**; exigentes, inquietos y muy pulcros. Se les nota poco felices, algo sombríos.

Suelen ser inteligentes y capaces, pero no suele rendirles todo lo que debiera pues tienden a perderse en los detalles y la organización. Es como que estuvieran tan ocupados en preparar hasta el más mínimo detalle de la cena de Navidad que al final no llegarán a cocinar. Son muy analíticos pero muy poco sintéticos y eso les dificulta, en muchas ocasiones, concretar las cosas.

Mercurius solubilis

Como en **Fluoricum acidum**, en estos adolescentes también hay el perfil que los lleva a ser transgresores, agitados, impulsivos y precipitados, es decir, capaces de agredir a quien les lleve la contraria. De hecho, pueden mostrar una gran violencia impulsiva que no cesa hasta que destruye. Con un ego completamente desmedido, pueden comportarse como unos tiranos a los que hay que obedecer.

Mentalmente disperso, inatento, caótico y superficial. Pero a la vez puede ser hablador y camelador (galante), pudiendo parecer inteligente a primera vista. Siempre se le darán mejor las pruebas orales que escritas. Disperso en su trabajo, no sabe organizarse. Como **Medorrhinum**, no soporta las colas ni las multitudes. Quiere acabarlo todo antes de empezar. Le atraen todas las adicciones pues, como decíamos, es transgresor por naturaleza. Pero, paradójicamente, puede sentir por momentos un intenso sentimiento de culpabilidad que puede llevarle a tener impulsos suicidas.

Y, por supuesto, podríamos seguir con toda la Materia Médica:

Phosphoricum acidum

Será de gran utilidad en los adolescentes deprimidos, apáticos, que se hunden por nada y que lo único que quieren es quedarse en la cama.

Gelsemium

De utilidad en adolescentes miedosos y pusilánimes que tienden a bloquearse y a inhibirse en la acción. Pueden llegar a temblar y a desfallecer de miedo. Es uno de los medicamentos homeopáticos más usados en los casos de miedo de anticipación ante los exámenes o ante cualquier situación nueva. La persona tiende a paralizarse y puede quedarse en blanco delante del examen, aun habiéndolo preparado.

Argentum nitricum

Ayudará a los adolescentes que tienden a angustiarse en situaciones muy similares a las de **Gelsemium** para que, en vez de bloquearse, se aceleren y precipiten, como si “no fueran a tener tiempo de vivir”. Agitados, se llevan todo por delante en una especie de caos espaciotemporal.

Ignatia

Gran medicamento en los adolescentes extremadamente sensibles pero que les cuesta expresar sus sentimientos y que acaban por hacer crisis de histeria incontrolables. Muy útil en tantos momentos de la vida de los adolescentes sensibles a **Natrum muraticum**.

Sulphur

En esos adolescentes que parece que sienten que el mundo gira alrededor de ellos. Egocéntricos, expansivos, “disfrutones” y siempre acalorados.

Calcarea carbonica

Para esos adolescentes que parece que valoran más la seguridad que el afecto. De ritmo lento y tranquilo, organizados y perseverantes, pueden llegar a cualquier objetivo siempre que respetemos su ritmo. Ellos ruedan lento y seguro, sin sobresaltos.

Toda la información expuesta hasta el momento tan solo pretende ser una aproximación a las posibilidades de la Homeopatía en el acompañamiento de nuestros adolescentes.

¿Cómo podemos los adultos ayudar a los adolescentes en su crecimiento?

La adolescencia es tiempo de descubrimientos, pero también de despedidas. Tiempo de vitalidad y alegría, de miedos y fragilidad. Tiempo de cambios constantes y profundos, por dentro y por fuera. La adolescencia comienza dejando los juguetes de la infancia y termina decidiendo qué camino quieres tomar en la vida.

Para empezar, si queremos ayudar a nuestros adolescentes en su transitar es fundamental ponernos en contexto y recordar que todos fuimos adolescentes. No idealizar nuestra adolescencia y ser lo suficientemente humildes y sabios como para recordar nuestras propias vivencias, las luces y las sombras que todo periodo de la vida tiene. Recordar la enorme vulnerabilidad que pudimos llegar a sentir en ese momento en que ya no te reconocías como un niño, pero aún sentías que nadie te trataba como a un adulto.

La adolescencia es el gran momento del “choque generacional”. Necesitan ir construyendo su identidad y para ello nos van a confrontar y nos van a discutir a los adultos. La magia de la madurez que debemos mostrar los adultos está en hacerles sentir que su opinión nos importa, que les escuchamos y que les tenemos en cuenta sinceramente porque nosotros también crecemos de sus experiencias, y a la vez saber mantenernos firmes en nuestras convicciones. Abiertos y firmes, lo contrario de cerrados y autoritarios.

También es el gran momento en el que comenzamos a **DESCUBRIR EL MUNDO**. Así, con mayúsculas. Los adolescentes necesitan sentir que pueden salir a descubrir la vida y que, a la vuelta, su hogar y sus adultos de referencia les esperan para compartir con ellos lo que necesiten compartir. Es otro equilibrio que a los adultos nos corresponde mantener con ellos; dejarles libertad para explorar la vida con límites que les protejan y les faciliten el camino.

Nadie dijo que criar y acompañar a un adolescente fuera siempre fácil, pero es el reto que asumimos cuando nos convertimos en padres, docentes o médicos de nuestros chicos. Es una responsabilidad inherente a la vida y que, además, puede suponer para nosotros, los adultos, un camino de autococonocimiento y de evolución como pocos.

Una vez, en una entrevista que versaba sobre la Homeopatía y las terapias no convencionales me preguntaron cuál consideraba que era “la medicina definitiva” y yo contesté que, por supuesto, el **amor**. El día en que los seres humanos vivamos en coherencia con nuestra verdadera esencia, que es el amor, conoceremos la salud y la paz. Mientras tanto, la Homeopatía me parece una opción maravillosa.