

ELEGIMOS CONSTRUIR NUESTRA SALUD DÍA A DÍA

Quiero agradecer a todos esos científicos, artistas y pensadores que han servido de guía al hombre moderno, pero también quiero reivindicar frente a nuestra civilización tecnológica caracterizada por un ambiente creado por el hombre que ha modificado su relación con la Naturaleza, que representa un vacío, una grieta, una muralla que bloquea el desarrollo biológico del ser humano.

La vida moderna ha creado unas condiciones para las que no estamos preparados, porque exceden las posibilidades de nuestros mecanismos de adaptación, porque no han sido cambios hechos genéticamente por la biología.

Descartes y su “pienso luego existo” es la cristalización de la perspectiva dualista entre mente y materia, cuando el mundo material comenzó a considerarse como una compleja máquina compuesta por partes ensambladas.

Este legado cartesiano de reduccionismo y dualismo ha guiado y moldeado los fundamentos de la investigación científica y ha contribuido a olvidar lo divino en Occidente.

El ser humano se equipara a una máquina y se intenta devolverle la salud reparando por separado cada una de sus partes.

La medicina moderna ortodoxa, se centra en la enfermedad y sus síntomas, esta basada en el consumo de medicamentos, en mediciones, modelos estadísticos en los que la persona es un número y la enfermedad un ítem, en estudios generales y en la objetividad.

La persona nunca es considerada como un todo indivisible, la persona ha quedado casi relegada al olvido y no hay lugar para la propia y gran capacidad de curación del organismo humano.

Estos paradigmas reflejan el incompleto sistema de valores imperante en Occidente y que se impone con rapidez en Oriente.

Este control tecnológico y químico de la enfermedad no está dando resultados favorables.

Las palabras de Hipócrates, el padre de la medicina, hace ya dos mil años, parecen haber sido olvidadas por la medicina moderna.

Dejad que los alimentos sean vuestra medicina y que vuestra medicina sea vuestro alimento.

Os invito a esta reflexión:

¿Tratar la enfermedad o favorecer la salud?

¿Curar un órgano o sanar una vida?

El modelo holístico cobra fuerza frente la tendencia mecanicista y reduccionista de la medicina moderna.

El organismo humano es multidimensional, cuerpo, mente, emociones y espíritu, indisolublemente ligados entre sí.

Tiene una enorme capacidad innata para curarse a sí mismo restableciendo el equilibrio, por lo cual la labor primera del médico es apoyar los esfuerzos de autocuración del organismos y respetar sus ritmos biológicos.

Ya que **la Salud es un estado Natural**, un equilibrio, un ajuste armonioso del organismo a las influencias del ambiente.

ELEGIMOS CONSTRUIR NUESTRA SALUD DÍA A DÍA



Respetar y conocer nuestra naturaleza y las fuerzas que nos ligan al Universo, ese es el camino a la salud, cuando el ser humano se desarrolla en un equilibrio con el medio natural.

La persona debe ejercer su derecho de mantener su propia salud.

Y ahí entra el poder de la información y la necesidad actual de desenmascarar la manipulación y los engaños de la industria alimentaria.

Os invito a:

Volver a amar la Naturaleza, tomar consciencia de equilibrar nuestra vida según las leyes naturales, recuperar el desarrollo y valor de la intuición, aprender a escucharnos y a cuidarnos:

Recordando a Unamuno: "Siento luego existo".

Recordando que tan alimento es un puñado de cerezas como una bocanada de aire puro, un abrazo, una sonrisa

Así fortaleceremos nuestro patrimonio biológico y espiritual.