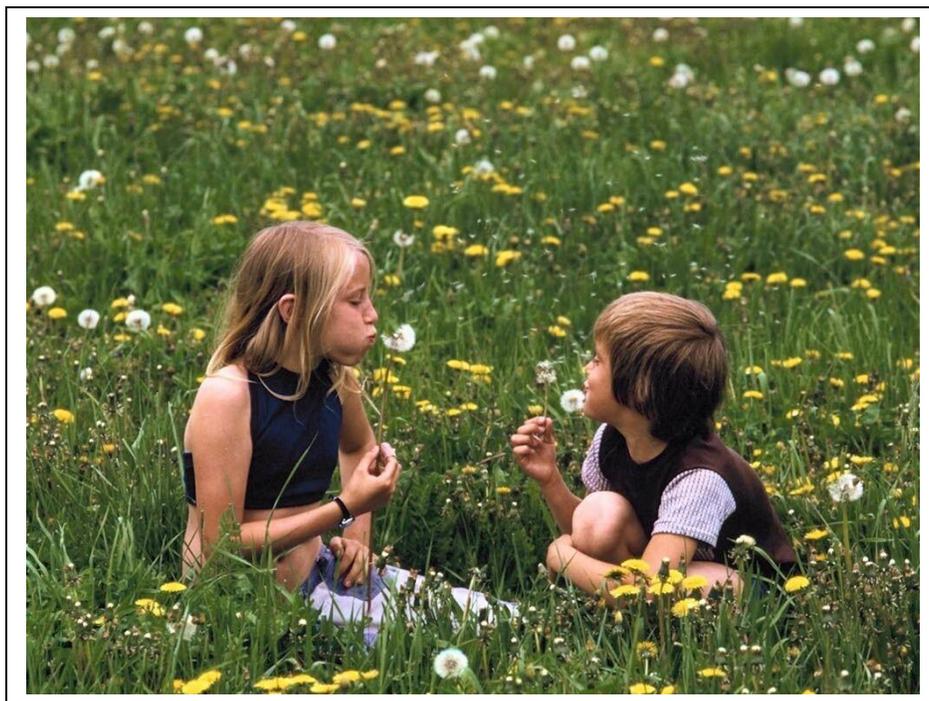


Quanto uomo c'è?

Aforismi, consigli e osservazioni sull'uomo e sulla civiltà moderna.



di

Luciano Giannetti

tratto dall'opuscolo della **Salus in Erbis**

<http://www.salusinerbis.it/>

L'albero della vita

La vita dell'uomo si svolge all'ombra degli alberi.

La storia ha visto l'avanzata del cemento, l'avvento della tecnologia,
l'artificiosità di alcune esistenze, nonostante tutti questi cambiamenti

sono ancora gli alberi a scandire i ritmi della nostra vita...

➤ **Essere o non essere**

Non è importante ciò che una persona dice di essere, ma è solo ciò che dimostra di essere.

FAUST concretizzò questo concetto affermando umilmente: *“Ho trascorso una vita intera nelle università e frugato in tutte le biblioteche del mondo per accorgermi che l’unica cosa che ho imparato è di non sapere nulla”*.

Purtroppo questa umile e saggia affermazione è poco considerata da quelle persone che vivono nella limitata convinzione di sapere tutto.

Possiamo sapere quanti semi contiene una mela, ma chi può dire quante mele ci sono in un seme?

E se siamo a conoscenza che in una sola goccia di acqua ci sono più molecole di quante stelle esistono in cielo, chi può dire quali di queste molecole dissetano se non la goccia intera?

E non si può dire che una “carota” liofilizzata in estratto secco conservi la stessa proprietà salutistica di una carota frullata o mangiata tal quale ed il vino non può chiamarsi vino se prodotto miscelando alcool con estratti secchi o liofilizzati di uva.

Chi vuole intendere ... intenda.

➤ **Così va il mondo**

È difficile districarsi in una società che pare abbia come fine quello di rendere difficile tutto ciò che è semplice.

In quest’era cosiddetta moderna, l’uomo, nella spasmodica ricerca del nuovo, dimentica sempre di più il vecchio che si è dimostrato efficace e funzionale.

Troppo spesso si insiste a cercare lontano ciò che abbiamo sull’uscio di casa.....

L’istruzione ha prodotto un gran numero di persone capaci di leggere ma incapaci di distinguere ciò che merita di essere letto.

➤ **Le cose semplici fanno gli uomini grandi**

Ciò che è semplice e ovvio per natura ha assunto le proporzioni dell’incredibile per l’uomo moderno.

Ha perso la fiducia nei suoi propri sensi e la fede ed ora si è perso nell’intricato labirinto delle Teorie Scientifiche.

➤ **Come la pubblicità condiziona la mente umana**

Sarebbe il caso di valutare che, se si spendesse qualche miliardo per fare della pubblicità, dove si dice che tagliandosi i piedi si eviterebbe di inciampare.....

Qualcuno finirebbe per farlo!

➤ **Necessità e cupidigia**

“Quando avremo abbattuto l’ultimo albero,

quando avremo pescato l’ultimo pesce,

quando avremo inquinato l’ultimo fiume

allora ci accorgeremo che non si può mangiare il denaro”.

➤ **Noi viviamo per nutrirci non per fare diete**

L’alimentazione è una scienza infinita, sulla quale si è detto di tutto e il contrario di tutto, che spesso insegue mode e sperimentazioni varie.

Una cosa è certa, a tavola si costruisce e si distrugge la salute.

“Un quarto di ciò che mangiamo ci serve per vivere, gli altri tre quarti servono per alimentare malattie”.

“Ciò che mangi sarà tuo farmaco” saggia affermazione di Ippocrate (460 a.C.), considerato il padre della medicina, il quale asseriva che “se l’uomo è costituito dal cibo, la migliore medicina non può essere che il cibo stesso”.

Purtroppo questa lampante verità, non trova più nessun riferimento nella cultura alimentare moderna e inconsapevolmente l’uomo seguita imperterrito a riempire la pattumiera stomaco con del materiale che insiste a chiamare cibo.

➤ **Il buon senso.....**

Tutte le persone di buon senso dovrebbero, almeno due volte all’anno, farsi una doccia interna, poiché noi ci laviamo sempre di fuori e mai di dentro.

La gran parte dei nostri disturbi, sono per lo più la conseguenza della degradazione delle normali funzioni fisiologiche del nostro organismo.

Tali funzioni vengono stressate dall'invasione abnorme di tossine che si accumulano provocando una tossiemia diffusa che, se protratta molto a lungo, inevitabilmente evolve in malattia.

Dobbiamo renderci conto che gran parte degli alimenti industriali assunti giornalmente sono alterati e modificati e, non essendo totalmente riconosciuti dal nostro organismo, fermentano e imputridiscono nell'intestino causando alterazioni della flora batterica e malassorbimenti.

Vivere in modo innaturale e stressante intossica tutto il nostro corpo. Alle scorie che si accumulano nel sangue con il ricambio cellulare, si aggiungono quelle generate dall'inquinamento alimentare, atmosferico e farmacologico.

Il buon senso ci dice che ogni tanto sarebbe utile fare un "tagliando" alla macchina corpo con le buone piante (Tarassaco – *taraxacum officinalis*) che aiutano l'organismo ad eliminare la "ruggine" interna con una buona "scartavetrata".

➤ **Chi è l'uomo**

Dire che l'uomo è colui il quale si alza la mattina, va a lavorare, torna la sera, mangia, guarda la televisione, scambia sì e no trenta parole con la famiglia, poi va a dormire e si alza la mattina dopo per ritornare a lavorare, questo non è certo ciò che si intende per UOMO!

Ma è solo un ingranaggio della cosiddetta "società moderna", illuso dalla stupida convinzione di aver saputo creare un grado di tecnologia e cultura tale da permettergli di vivere nel benessere e follemente non si accorge che è stato solo capace di costruire degli strumenti perfetti e funzionali per affilare delle "lame" che lo stanno "castrando" sempre di più.

Ma il peggio è, che inconsapevolmente si afferma a perfezionare questa macchina che lo porterà alla totale "impotenza".

C'è da chiedersi, a cosa serve il tanto decantato scientismo e modernità se l'uomo sta vivendo nella "nevrosi" più totale?

L'uomo cosiddetto moderno sa molte cose. Sa giocare e sa istruirsi, sa dipingere e sa solcare i cieli e i mari, ma ha dimenticato l'arte antica e divina di essere UOMO come natura l'ha fatto.

➤ **Considerazioni da “considerare”**

Non sempre si pensa che anche l'acqua è una tra le sostanze da considerare come un farmaco, poiché è l'unica che guarisce dalla “malattia” disidratazione, che in casi gravi può portare fino alla morte. Quando si viene colpiti dalla “malattia” disidratazione non ci somministriamo né farmaci, né antibiotici, né ci sottopongono a interventi chirurgici, ma veniamo riportati alla guarigione attraverso la semplice somministrazione in vena del “farmaco” acqua.

Nell'organismo umano l'acqua rappresenta un costituente essenziale per il mantenimento della vita, ed è anche quello presente in maggior quantità. La sua presenza è indispensabile per lo svolgimento di tutti i processi fisiologici e le relazioni biochimiche che avvengono nel nostro corpo, inoltre, l'acqua entra nella struttura di varie sostanze ed agisce da solvente per la maggior parte dei nutrienti (minerali, vitamine idrosolubili, aminoacidi, glucosio, ecc...) svolgendo un ruolo essenziale nella digestione, nell'assorbimento, nel trasporto e nella utilizzazione degli stessi nutrienti.

➤ **Stipsi o stitichezza**

Una corretta alimentazione e uno stile di vita appropriato sono alla base della prevenzione di molti disturbi intestinali.

Di questi, uno dei più diffusi è la stipsi o stitichezza, un problema di cui soffre gran parte della popolazione nei paesi industrializzati, con punte del 50% tra i soggetti con più di 60 anni.

In caso di stipsi abituale e ricorrente, il ricorso a grani a base di aloe del capo (*aloe ferox*) con funzione riequilibrante, può essere d'aiuto a questo fastidioso disturbo.

Va comunque ricordato che una nutrizione bilanciata con il giusto apporto di fibre e di liquidi e alcune buone abitudini di vita, sono determinanti nel contrastare problemi intestinali come quello della stipsi.