

LAS RAÍCES DE NUESTRA FILOSOFÍA

“Vivir mejor, plantar tu comida y tu medicina”



En el año 1984 quedaban en nuestra comarca muy pocos conocedores de hierbas y de remedios que hasta entonces la población nativa había venido usando culturalmente como base de su medicina. Entre los años 60 y 70, nuestra sociedad comenzó a dejar de usar remedios tradicionales o remedios caseros de nuestras abuelas, dando paso a un botiquín cada vez más sofisticado de jarabes, cápsulas y comprimidos que la industria farmacéutica y química nos ofrecía de un modo cómodo y práctico. Grandes descubrimientos y avanzadas investigaciones científicas mejoraron la salud de la población y un nuevo y cómodo concepto de salud se implantó en nuestra sociedad.

También llegaron cambios alimentarios con nuevos sabores, comidas extranjeras, refrescos y productos alimenticios con una larga vida gracias a los conservantes y procesos de pasteurizado. Lo nuevo fue dejando atrás a lo tradicional y las nuevas generaciones pronto olvidarían lo que a sus mayores tanto les había favorecido en la conservación de su calidad de vida.

Como bien sabemos, hemos tenido grandes mejoras alimenticias y se han dado grandes pasos hacia adelante en lo que se refiere al conocimiento de sustancias nutritivas y agentes imprescindibles para una buena conservación de la salud física y mental. Hoy sabemos los efectos nocivos de los estados carenciales de vitaminas o minerales en nuestra dieta.

Habiendo entrado ya en el tercer milenio tenemos una idea clara de que los alimentos son la base fundamental de nuestra salud y equilibrio. Sabemos que la carencia de vitamina B trae consigo el “beri beri” (temblores musculares y nerviosos); la carencia de Yodo acarrea serios trastornos en la glándula tiroides; un bajo consumo de Magnesio ocasionará un bajo estado de animo, tendencias depresivas, molestias musculares y rigidez. Poco a poco hemos llegado a la conclusión que la dieta de nuestros antecesores venia siendo bastante balanceada.

Reflexionando un poco sobre nuestras costumbres, encontramos que en cada estación las personas se alimentaban de aquello que la tierra les ofrecía. Los cultivos de hortalizas eran alimentados con abonos naturales. El tratamiento que recibían dichos vegetales era mas bien preventivo, aplicando en la estación apropiada minerales como hierro, cobre, ceniza, azufre, con un mínimo impacto para las plantas, los suelos y las aguas.

Desgraciadamente aquella veloz maquina que diera inicio en los hogares en la década de los 60-70, siguió un ritmo cada vez mas rápido y comenzaron a salirse algunos tornillos y una pequeña parte de la población mundial tecnológicamente avanzada, comenzó a tener dentro de casa, manifestaciones de diabetes infantiles, aumento del cáncer y otras patologías graves. Esas patologías hasta entonces menos frecuentes, comenzaron a aumentar en un ritmo ascendente entre la población moderna. Mientras en los países llamados subdesarrollados estas enfermedades no parecían tener el mismo impacto sobre la población.



¿Podía ser el estilo de vida la causa de tan marcada diferencia?

Como he dicho al principio, en 1984 comenzamos una pequeña labor que se simplifica en breves palabras - rescatar los saberes y valores populares. Aquel conocimiento de nuestros mayores, sería un aliado en nuestro viaje hacia el futuro. Conocer para que sirven las plantas que nos rodean. Saber sus propiedades alimenticias, medicinales, insecticidas o fertilizantes. Un trabajo arduo y complejo, lleno de anotaciones y fracasos. Las ultimas citas de hombres y mujeres conocedores de la sabiduría popular herbolaria y con gran capacidad de observación para trabajar la tierra y los alimentos que de ella se obtienen.

-Rescatar los saberes
y valores populares-



Muchos de estos conocedores de remedios, nunca nos transmitieron su conocimiento. Algunos preferían pasárselo a familiares que difícilmente lo pondrían en practica y otros directamente se lo llevarían, dejándonos un gran vacío. Quizás fue un tiempo que nuestros mayores pensaban que seria como siempre había sido, y aquellos secretos eran grandes tesoros para una población que carecía de casi todo de lo que hoy tenemos.

Como punto de partida "la tradición" iniciamos una labor apasionante que nos llevó a conocer otros pueblos con sus raíces y costumbres alimenticias y herbolarias. A lo largo de treinta años este compartir nos ayudó a recuperar parte de nuestra cultura herbolaria casi extinguida por causa de la inquisición, las guerras y el olvido. En una era en que la sociedad comienza a ver la grave crisis ecológica y medioambiental en la que se sumerge, estos intercambios y enriquecimientos mutuos nos han servido para tomar una postura cada vez mas realista acerca del futuro que les espera a las próximas generaciones.

Como lema principal: **vivir mejor, plantar tu comida y tu medicina.** Si esto no es posible, colaborar y agruparse para consumir alimentos ecológicos saludables y favorecer a los productores regionales. Conocer tu flora autóctona y preservarla. Participar del reciclaje de residuos y como no, aprender de los mayores, escuchar sus saberes y atesorar estas experiencias. Aunque no se utilicen, tampoco se deben de perder.