

Superfoods kolejny pomysł na biznes

written by Ewa Kozioł

W zamierzonych czasach wiedza na temat naszego zdrowia, czy chorób na jakie zapadaliśmy i naszego losu była 'w rękach' wszelakich bóstw. Następnie o tym czy będziesz zdrowy, czy chory decydował Bóg, Allach czy karma, nieważne...



W każdym razie nigdy nie był to sam człowiek. Obecnie zdrowie to wartość sama w sobie, 'to siła dana nam od boga', zaś jego powiernikami są lekarze, dietetycy i naukowcy. Każdy chce być zdrowy, każdy stara się jak może, aby osiąść wiedzę na tyle obszerną, aby ta gwarantowała ustrzeżenie się od wszelkich chorób.

***Zdrowie stało się kultem, religią,
bogiem, zaś w naszym szalonym***

świecie, posiadając nieograniczony dostęp do informacji, stajemy się jeszcze bardziej obsesyjni pod tym względem.

Zdrowie to uroda i długowieczność, natomiast w dzisiejszych czasach ja postrzegam to, jako zwykły biznes. Dietetycy, szamani, lekarze, firmy farmaceutyczne sprzedają nam zdrowie. Jedyne, co masz robić to wziąć tabletkę z całą paletą witamin, stosować przeróżne diety, a jak akurat tego byłoby za mało musisz bezwzględnie katować organizm ćwiczeniami fizycznymi.

Paradoksalne są również bardzo skrajne opinie społeczeństwa, które lawirują pomiędzy wspomnianym kultem zdrowia, a całkowitą ignorancją ze słowami w ustach „chemia jest wszędzie, nie da się jej uniknąć”. Często się zastanawiałam, gdzie jestem ja, z tym całym moim zagonkiem, który odzwierciedla się w moim codziennym życiu?

Wynikiem moich rozważań nie jest wyścig w kierunku zdrowia, a zwyczajny zdrowy rozsądek. Nie słucham tych od witamin czy od super, czy zjadaczy super owoców i warzyw.

Czy sól himalajska, tran, jagody goji, kokos, granaty i wiele, wiele innych, które przedłużają życie, sprawiając, że mamy lepsze zdrowie, że jesteśmy ‘nieśmiertelni’? Antropolodzy badają plemiona w dzikiej Amazonii czy odległej Tajdze, następnie przekazują swoje odkrycia naukowcom, którzy w sterylnych laboratoriach tworzą kolejne cudowne substancje obecne w jakimś tam warzywie. A jak to ma się do naszego zdrowia? Ponoć przedłużymy sobie tym życie i nie będziemy chorować.

Jak to się ma do praktyki? Nijak.

Pojawia się kilka problemów, zacznijmy od tych wszystkich egzotycznych oraz rodzimych cudownych owoców. Plemiona żywiące się nimi robią to codziennie, mają dostęp do niepryskanych i nienawożonych, świeżych roślin i bardzo często diety, o której my nigdy nie słyszeliśmy, a dodatkowo stosują lub nie różne używki, czy też mają specyficzny styl życia. Jak możemy mówić o super owocu, czy warzywie i wyjąć go całkowicie z kontekstu? Ludzie jak tylko przeczytają nowinkę o wspaniałościach jagód goji zjadają je na kilogramy, zapominając, że to nie tylko jakaś tam witamina, a cała kompozycja składników, o której często nawet naukowcy nie mają pojęcia.

Co gorsze, przedawkowanie pozostałych składników w niej obecnych może wcale nie być dla nas takie dobre i skończyć się w najlepszym wypadku biegunką. O czym zapominamy, to o nas samych. Nie słuchamy siebie, nawet nie wiemy jak obserwować własny organizm. Nieliczni we współczesnej medycynie poruszają holistyczne podejście do zdrowia. Do tego, że choroba jest nieodzownym składnikiem naszej egzystencji i efektem braku harmonii całego organizmu i jego ducha.



Obecnie wszyscy wraz ze swoimi witaminami i super owocami skupiają się na pozornej profilaktyce, medycynie doraźnej, posmaruj „tą” maścią, weź „tą” pigułkę a przejdzie. Całkowicie bagatelizując to, że człowiek jest niezwykle skomplikowaną istotą, na którą wpływ ma ogromna ilość czynników, które wywołują stan chorobowy na długo przed wystąpieniem uporczywych objawów. Dlatego nie dajmy się zwariować, konsumujmy to, co przez pokolenia znajdowało się w naszej diecie, co jest sprawdzone i co działało, pietruszkę, pokrzywę czy siemię lniane, to jest prawdziwy superfood.

[mpp_inline id="55194"]