

Scrie de Administrator
Miercuri, 24 Noiembrie 2010

Interviu:

„Daca cititi ultimul Codex alimentarius al UE, va veti ingrozi“

Miercuri, 13 Mai 2009
de Larisa si Constantin Iftime

„Din tinerete ma preocupa relatia dintre om si natura si relatia dintre om si Creator. Am avut discutii destul de aprinse cu tata meu, care era un darwinist convins. Mama mea, in schimb, era foarte religioasa...“

„Medicina noastra traditionala este holistica, adica trateaza si trupul, si sufletul...“

„Daca cititi ultimul [Codex alimentarius](#) al UE, va veti ingrozi de legislatia care va intra in vigoare la 31 decembrie 2009 in toate tarile europene. Acesta vrea sa inlocuiasca toate produsele naturale, cu exceptia a 18, cu produse chimice.“

„Medicii alopatici din sistemul nostru de invatamant nu stiu daca cunosc 5 sau 10 plante medicinale.“

„Eu recomand tuturor sa inceapa dimineata cu o scurta rugaciune: «Multumesc, Doamne, ca mi-ai mai dat o zi sa fac bine celor din jurul meu». Consider ca adevaratul sens al vietii este sa daruiesi cat mai mult si sa pretinzi cat mai putin de la viata.“

Interviu cu profesorul Ovidiu I. Bojor, specialist in fitoterapie, membru al Academiei de Stiinte Medicale, presedintele Patronatului „Planta Romanica“.



Profesorul Ovidiu Bojor (n. in 1924, la Reghin) este academician si fitoterapeut roman, membru al Academiei de Stiinte Medicale.

Este un renumit farmacist si deopotriva fondator al fitoterapiei moderne in Romania.

Scris de Administrator
Miercuri, 24 Noiembrie 2010

Domnule profesor, cum ati ajuns sa studiatii biologia si apoi cum ati ajuns sa va ocupati de fitoterapie si fitotehnie?

Alegerea biologiei a fost influentata de tatal meu, care era profesor de stiintele naturii. In vacante, ma plimbam cu el pe toti muntii, ca sa vin in contact cu natura. Am invatat plantele si animalele, am invatat rocile si insectele. Am venit in contact cu natura, cu tot ce e viata, practic, pe teren. In perioada tineretei, am avut mai multe pasiuni... M-am ocupat de electrotehnica, in special de fabricarea aparatelor de radio cu galena, cum era moda pe vremea aceea. Apoi, de fabricarea aparatelor de radio transmiatoare... Eram in dialog cu cluburile de radio amatori, dar, pana la urma, am optat pentru biologie.

„Ca sa scap de armata, in ianuarie 1942, am optat pentru Farmacie“

Care au fost momentele evolutiei dvs.?

E adevarat, intamplarea a facut sa ma inscriu la Facultatea de stiintele naturii. Dupa aceea, am fost luat la armata, iar armata nu mi-a placut deloc. Ca sa scap de armata, in ianuarie 1942, s-au ivit 40 de posturi la Facultatea de Medicina si Farmacie din Bucuresti si am optat pentru Farmacie. Acolo, trei ani de zile, se predau botanica, de catre niste profesori renumiti, cu studii la Paris, care mi-au format baza intelectuala in acest domeniu.

De pe atunci ma preocupa relatia dintre om si natura si relatia dintre om si Creator. Am avut discutii destul de aprinse cu tatal meu, care era un darwinist convins. Mama mea, in schimb, era foarte religioasa... Imi aduc aminte ca i-am pus tatalui meu niste intrebari: cum a impartit Darwin tot ceea ce este viu pe planeta noastra in doua regnuri, regnul vegetal si cel animal?

Cum a uitat el de un fapt esential: ca singura creatura pe acest fir de nisip, care se numeste Pamant, si in intregul univers, singura fiinta creata dupa chipul si asemanarea lui Dumnezeu este numai omul? Aici era marea contradictie...

A doua contradictie, care a insemnat si a doua intrebare, m-a ajutat sa dezvolt mai tarziu o idee. In darwinism sunt trei principii de baza: castigarea existentei, perpetuarea speciei si selectia naturala. Si atunci mi-a venit in minte inca un lucru: acum 200 de ani, nu exista lupta aceasta neloiala intre oameni. Atunci mi-a venit in gand un termen care azi se foloseste din ce in ce mai mult: „selectia artificiala“. N-am mai gasit aceasta idee in literatura de specialitate. Va dau un

Scris de Administrator
Miercuri, 24 Noiembrie 2010

exemplu de selectie artificiala...

Se confrunta doi oameni din care unul, inzestrat cu defecte, cu vicii, ucigas in serie s.a.m.d. este mult mai abil decat celalalt inzestrat psihic, intelectual, moral. Si atunci pistolarul cel rau, dar si cel mai abil, il ucide pe cel bun. Rezultatul: cel bun nu va mai da urmasi, pe cand criminalul va da urmasi tot mai multi. Aceasta este selectia artificiala, nu selectia naturala, data de Dumnezeu.

Ati vazut mai multe locuri in lume... Ati fost, s-ar putea spune, la marginile ei. Care este relatia dintre romani si natura, relatie care ar vorbi despre specificul sufletesc?

Romanul a fost totdeauna „frate cu codrul“... Romanii, traind majoritatea vietii lor in mijlocul naturii si cunoscand legile naturii, incepand de la baciul din munti si de la taranul simplu, au fost mult mai aproape de natura si in special in vremurile de rastriste.

Cate valuri de navalitori nu au venit?! Cetatea noastra naturala a fost Carpatii, acolo ne-am refugiat si ne-am pastrat limba, neamul, obiceiurile. Omul simplu, cu puritatea lui suflenteasca, si omul foarte elevat, ganditorul, ei ne-au tinut... Intotdeauna trebuie sa ai fie un mentor, fie un exemplu... Daca citesti cartile „Vietile Sfintilor“, daca ai avut preoti care sa te indrume, toate acestea iti imprima aceasta conceptie, aceasta tarie de care ai nevoie.

Si nu vei gasi - oricat de bogat ai fi - o satisfactie mai mare decat pe plan spiritual. Am condus patru expeditii in Muntii Himalaya, am fost in Afganistan, am traversat Africa de la nord la sud si asa mai departe...

In cateva manastiri budiste am gasit americani, multimiliardari, care, gustand din toate placerile vietii, au simtit ca le mai lipseste ceva. Si atunci s-au retras in aceste manastiri. Acesti miliardari se simteau fericiti acolo...La fel ca si pustnicii, s-au izolat acolo de restul lumii, ca sa-si gaseasca perfectiunea si desavarsirea in credinta lor...

„Acest Codex vrea sa inlocuiasca toate produsele naturale, cu exceptia a 18, cu produse chimice“

Ce traditie are fitoterapia in mediul universitar din Romania?

Exista o traditie foarte veche, care s-a nascut la fel ca toate marile sisteme ale medicinei

Scris de Administrator
Miercuri, 24 Noiembrie 2010

traditionale [medicinii traditionale]. Medicina noastra traditionala este holistica, cum este si cea tibetana, si cea budista, si cea ayurvedica. Adica trateaza si trupul, si sufletul.

Este un dialog foarte frumos al lui Platon, care spune ca nu putem ingriji ochii fara sa tinem seama de cap nu putem ingriji capul fara sa tinem seama de corp si de toate componentele lui, precum nu putem ingriji omul in totalitatea lui daca nu ingrijim spiritul, sufletul lui. Aceasta este medicina traditionala, nascuta acum 8.000-10.000 de ani, in toate marile civilizatii, intre care si cea traco-geto-daca...

Dupa aceea, a venit o perioada a materialismului (nu intotdeauna dialectic sau marxist), in care s-a pus accentul pe relatia chimica-actiune terapeutica. De aici intelegem ca omul trebuia sa gaseasca ceva palpabil, material, uitand ca o simpla planta este rezultatul Creatiei. Plantele au si ele suflet...S-au facut experiente si s-a vazut ca, la o muzica frumoasa, plantele infloresc mai repede, mai bine... La aer curat, se dezvoltata altfel. Fumul de tigara le dauneaza plantelor la fel ca si fumatorilor pasivi. Deci, fitoterapia s-a orientat pe aceasta linie.

In perioada interbelica, au aparut marile concerne industriale, ca Bayer si altele. Si medicii, prin formatia lor universitara, recomandau plante foarte putin. De exemplu, in prima farmacopee, care este „biblia“ farmaciei romane, existau 170 de medicamente numai din plante. In editia a doua, acestea s-au redus la jumatate. In ultima, a zecea farmacopee a noastra, predomina chimicalele. Acest lucru este determinat mai ales de interesele pur comerciale.

Daca cititi ultimul Codex alimentarius al UE, va veti ingrozi de legislatia care va intra in vigoare la 31 decembrie 2009 in toate tarile europene. Acesta vrea sa inlocuiasca toate produsele naturale, cu exceptia a 18, cu produse chimice. Pana si laptele de vaca va fi interzis, daca vaca n-a fost tratata cu hormoni de crestere si cu antibiotice.

Acest Codex Alimentarius, a fost elaborat si de catre Organizatia Mondiala a Sanatatii, si de catre FAO, Organizatia pentru Alimentatie si Agricultura. Ambele apartin de Natiunile Unite si impreuna au elaborat acest cod diabolic. Dar au aparut si reactii foarte puternice impotriva lui, chiar in tara noastra.

Reactiile vin doar din zona societatii civile sau si din zona oamenilor de stiinta?

Vin in primul rand din zona societatii civile. Dar au reactionat si foarte multi oameni de stiinta, cum ar fi Societatea Medicilor din Marea Britanie. De asemenea, acest Codex este combatut si de SUA, care nu fac parte din Uniunea Europeana.

La 25 martie anul acesta a fost publicat un [ghid de terapie naturala](#) , care insumeaza vreo opt sute de pagini.

Sunt
coautor la acest ghid, impreuna cu profesorul Mencinicopschi, pe probleme de alimentatie, si cu

Scris de Administrator
Miercuri, 24 Noiembrie 2010

o colega de-a noastra, mai tanara, care s-a ocupat de partea de cosmetica naturala. In acest ghid, 99% din ceea ce recomandam noi sunt produse naturale.

li informam astfel si pe medicii alopati, care, in facultate, n-au invatat acest lucru. Medicii alopati din sistemul nostru de invatamant nu stiu daca cunosc 5 sau 10 plante medicinale.

Veti gasi in ghidul pe care l-am scos noi sapte elemente care ne scurteaza viata. Afara de pledoaria pentru viata lunga, am intercalat trei capitole esentiale, unde am definit 7 elemente care scurteaza viata si 7 elemente care lungesc viata, iar ultimul capitol l-am intitulat „Tinerete fara batranete si viata fara de moarte“.

„Invidia este o adevarata boala a vremurilor noastre“

Care sunt deci cele 7 elemente care scurteaza viata?

Invidia este o adevarata boala a vremurilor noastre, care-i prezenta incepand de la intelectuali, pana la taranul de rand...

Invidia il „roade pe invidios precum rugina roade fierul“.

Apoi, lupta neloiala pentru existenta, despre care am mai discutat, fuga dupa bani si acumulari materiale cu orice pret si prin orice mijloace, schimbarea brusca a modului de viata. Aici as vrea sa fac cateva precizari... Noi ne-am adaptat in sute de mii de ani la viata pe care o traim astazi. Intr-un interval de 20-40 de ani nu avem capacitate suficienta sa ne adaptam ritmului si conditiilor de viata...

Ca sa ne adaptam noilor conditii de viata trebuie s-o facem cu pasi lenti. Or, noi acum avem o adaptare rapida, indusa, alerta, stresanta, avem un mediu suprapoluat, peste care se suprapune si suprapoluarea endogena (alcool, cafea, tutun, alimentatie cu o suta de E-uri si asa mai departe).

Alt lucru, indepartarea din ce in ce mai mult de natura. Am fost sute de mii de ani infratiti cu natura si acum facem tot posibilul s-o distrugem. In acelasi ritm evolueaza si poluarea morala, care se accentueaza pe zi ce trece. Sub aspect religios, moral si etic, facem cele mai mari greseli, care se rasfrang asupra vietii noastre.

Treceti in revista si cele 7 elemente care ne prelungesc viata.

Scris de Administrator
Miercuri, 24 Noiembrie 2010

In primul rand, alimentatia... Noi suntem ceea ce mancam. **Parintele medicinei [medicinii], Hipocrate, spunea, alimentul sa va fie medicament, iar medicamentul sa va fie aliment**

Prin urmare,
ducand o viata sanatoasa si alegand o alimentatie corecta nu ne vom imbolnavi niciodata

Cultivarea mentalului, iarasi, este un lucru foarte important. Foarte putini stiu sa utilizeze mai mult de 20-25% din capacitatea mare a creierului. Nu stim sa utilizam subconstientul. De exemplu, daca transmitsi impulsuri pozitive subconstientului, daca ii dai o problema cu care te confrunti si n-o poti rezolva, acesta lucreaza in timp si iti da solutia. Cultivarea mentalului este comunicarea cu orizontul infinit, care inseamna aceasta reculegere pe care trebuie s-o avem mereu in interiorul nostru, care inseamna apropierea cat mai mult de divinitate. Toate acestea lucruri sunt neglijate.

Eu recomand tuturor sa inceapa dimineata cu o scurta rugaciune: „Multumesc, Doamne, ca mi-ai mai dat o zi sa fac bine celor din jurul meu“. Eu consider ca adevaratul sens la vietii este sa daruiesti cat mai mult si sa pretinzi cat mai putin de la viata. Apoi, sa respectam timpul de odihna.

Avem nevoie de 8 ore de munca intensa, 8 ore de odihna activa si 8 ore de somn. Nu putem sa indeplinim totdeauna aceasta regula, dar nu trebuie sa facem din nerespectarea celor trei momente o regula de viata. Sa incercam sa ne incadram in cele 8 ore de odihna activa si sa facem ce ne place mai mult: sa schiem, sa mergem cu bicicleta, sa ascultam muzica.

Apoi, cultivarea optimismului. Optimismul se transmite fata de interlocutor. Totdeauna sa fim cu zambetul pe buze si sa transmitem cat mai multe impulsuri pozitive celor din jurul nostru.

Prevenirea poluarii, in special, a poluarii endogene, adica otravirea cu chimicale, cu E-uri, cu bauturi, cum e Coca-Cola, Pepsi-Cola, toate cu E-uri, apoi cu produse gen margarina, despre care foarte putini stiu ca e cancerigena. Adica, margarina este un ulei vegetal natural bun, dar e hidrogenat si transformat in otrava. Ca sa vedeti ce face chimia...

Apoi, sa ne intarim credinta, speranta si iubirea. Si cel mai important dintre acestea este iubirea, fata de Dumnezeu si fata de Creatie. Indiferent ca e furnica, e planta, din moment ce a fost creata de o forta care ne este superioara, trebuie s-o iubesti. Prin iubirea fata de Dumnezeu si fata de Creatie ne vom ferici si vom intra in nemurire si in viata vesnica. Aceasta este ultima fraza din capitolul „Tinerete fara batranete si viata fara de moarte“.

Cel care traieste demn, cel care daruieste, cel care face ceva, dupa puterea lui, pentru cei din jur, va duce cu el, dincolo, aceasta si se va bucura de viata fara moarte. Suntem inzestrati cu trup si cu suflet. Sufletul e nemuritor, trupul e trecator. Toti cei care au trait o viata demna mor cu zambetul pe buze, stiind ca vor trece intr-o lume vesnica, unde nu exista nici suspin, nici durere, nici intristare.

„Eu nu sunt extremist... Nu voi nega niciodata o serie de medicamente de sinteza“

Ce ne puteti spune despre medicamentele pe care le folosim si care sunt tot mai diverse? Sunt bune, sunt rele?

Eu nu sunt extremist... Nu voi nega niciodata o serie intreaga de medicamente de sinteza, create prin inteligenta umana. Ele trebuie folosite ca prim ajutor, dar nu timp indelungat. O anestezie buna e absolut necesara in anumite cazuri, si e chimica, nu? Dar sunt si categorii din acestea, de medicamente, care se bucura de o reclama desantata pe toate canalele de televiziune si, in fond, nu au nici un efect. Pentru bolnavii cronici, eu recomand numai produse naturale si o alimentatie sanatoasa. Un bolnav cronic isi duce suferinta pana la sfarsitul vietii, iar daca foloseste chimicale, nu face decat sa se intoxice treptat.

Pentru mine, criteriul unui produs natural sau de sinteza este ceea ce se numeste „caietul clinic“ al produsului. Un asemenea caiet poate sa atinga 200-300 de pagini si in el sunt analizate continutul puritatii si continutul real al substantei active. Acesta se experimenteaza pe animale de laborator, pe voluntari. A fost experimentat clinic. Un medicament serios, la ora actuala, este experimentat in cel putin 5 clinici diferite, din mai multe tari. Se aduna toate rezultatele si, in ultima instanta, eficienta isi spune cuvantul.

La noi, din pacate – si vorbesc acum de fitoterapie – foarte multe unitati, chiar din patronatul nostru, scot o suta, doua sau trei sute de produse, de dragul de a avea cat mai multe. Le spun mereu sa ia exemplul marilor companii de produse farmaceutice naturale sau chiar sintetice... Acestea au 10-15 produse foarte bune, care sunt fiecare pe specificul lor. Un singur produs se exporta in 45 de tari din Europa.

„Trebuie sa adoptam un regim ovo-lacto-vegetarian, pe masura ce inaintam in varsta“

Cum caracterizati fructele, legumele venite din afara? Cum le caracterizati, sunt controlate? Care sunt mai bune, produsele indigene sau cele straine?

Oamenii trebuie sa aiba in vedere mai multe lucruri. De exemplu: lamaile, portocalele sunt tratate cu o substanta chimica ca sa nu se strice. Si atunci nu trebuie folosita coaja. Ma intrebati care sunt mai bune... Dar ganditi-va ce ne-am fi facut fara cartofi, fara porumb, fara vinete, ardei, rosii. Apoi, toate acestea nu existau acum 400 de ani si au venit la noi din America.

Scris de Administrator
Miercuri, 24 Noiembrie 2010

Ceea ce este important in alimentatie este o dieta bine echilibrata. Adica un regim alimentar bine echilibrat intre elementele de baza, plus cele secundare, adica, sarea, grasimile, proteinele si glucidele. Daca le folosesti pe acestea moderat pe kilo/corp, combinate cu vegetale, sunt absolut necesare si utile. Sa nu fim extremisti si sa mancam numai vegetarian... Trebuie sa adoptam un regim ovo-lacto-vegetarian, pe masura ce inaintam in varsta. In perioada de crestere, intre 2 si 18 ani, este absolut necesara proteina de origine animala, diferita de proteina din soia, vegetale, are ceva in plus...

Si, sa nu uitam de acele microelemente, sarurile minerale, care inseamna calciu, magneziu, fosfor. Acestea se gasesc in proportie de cel putin 50-60% in legume si fructe. Restul il putem lua sub forma de produse farmaceutice, la fel ca si vitaminele. Microelementele, vitaminele si factorii biotici, care exista in natura, sunt absolut necesari pentru o alimentatie sanatoasa si corecta.

Si mai e ceva ce trebuie respectat aici: cantitatea sa fie pe kilo/corp. Daca ai 60 de kilograme, dozeaza-ti mancarea pentru greutatea corpului tau, daca ai 80 de kilograme, la fel. Si, inca ceva, foarte important: cinci mese pe zi, in loc de doua sau trei copioase.

Se stie ca Romania este o tara din ce in ce mai imbatranita. Ce ar trebui sa faca comunitatea astfel incat sa ingrijeasca bine pe varstnici, care sunt mai vulnerabili?

Majoritatea oamenilor, cand ies la pensie, se retrag la televizor si la stat in casa. Si asta e cea mai mare greseala. Eu, la 1 noiembrie 1985, am iesit la pensie, iar la 2 noiembrie, in acelasi an, am fost angajat cu carte de munca. Si acum sunt angajat cu carte de munca. Continuarea activitatii dupa pensionare este benefica.

Odata, omul a acumulat o experienta si va avea niste rezultate foarte bune. Nu trebuie sa munceasca 8 ore, dar 4 ore pe zi macar ar fi necesar... In al doilea rand, prin rezultatul muncii lui - incepand de la plugar si pana la intelectual -, va aduce un aport financiar prin care ar putea sa se dezvolte baze de tratament, baze de odihna pentru varsta a treia, angrenandu-i si in activitati placute, cum este Clubul Seniorilor, la noi, in sectorul 1.

Asa e si in strainatate, exista campusuri pentru varsta a treia, unde oamenii se intalnesc, comunica, si asta le prelungeste viata cel putin cu 10 ani. Acest lucru ar putea fi introdus si la noi. Si, apoi, miscarea e foarte importanta...

Sursa: <http://www.ziarullumina.ro/articole;896;1;23011;0;Daca-cititi-ultimul-Codex-alimentarius-al-UE-va-veti-ingrozi.html>

Scris de Administrator
Miercuri, 24 Noiembrie 2010
