

Plantas medicinales y nutricionales.

Prof. Ángel Areiza Pino

Asociación Latinoamericana Para La Educación En Modelos Alternativos, (Aso-Educaft). Táchira.

E-mail: areizapino@cantv.net

RESUMEN

Es muy importante tener en cuenta la manera de utilizar los alimentos con propiedades terapéuticas para lograr obtener de esta manera una buena salud, consumiendo sólo un producto de los señalados en este trabajo, de acuerdo al tipo de patología que presente la persona; esto le reportará una mejoría de inmediato de tal manera que verá comprobada su eficacia terapéutica. Si llegamos a comprender la nutrición, vemos que hay que nutrir nuestras energías, nuestros pensamientos, nuestras emociones, nuestras palabras, nuestra voluntad con la energía del espíritu que se haya en los alimentos, y éstos se hayan en las plantas, tanto nutricionales como medicinales, como también en los recursos que sustentan la vida como son: el fuego, la tierra, el aire y el agua.

Palabras Claves: plantas, alimentos, curación.

INTRODUCCIÓN

Hay un gran deseo de todos los Directivos de las organizaciones filosóficas y religiosas por el bienestar de sus asociados, pero han concentrado toda su orientación hacia la parte mística solamente, sin tener en cuenta el cuerpo físico que según las escrituras sagradas, es templo del Altísimo y el Espíritu Santo mora en él; teniendo en cuenta que nuestros cuerpos son lo que comen, lo que respiran y lo que piensan, se podría hacer una obra mas completa si se orienta a los asociados de todas las corrientes del pensamiento sobre como alimentarse; es seguro que va a haber una humanidad mas espiritual, mas sana y mas justa porque una alimentación adecuada nos conlleva a pensar y a vivir mejor.

Consumir frutas verduras y semillas con criterio terapéutico como alimento es lo ideal, de inmediato dará testimonio de la salud quien lo haga

La alimentación adecuada para el ser humano es la que puede ingerir sin ninguna o muy poca preparación para consumirla, como son las frutas, verduras y semillas.

Por otra parte observe que para. Consumir un pedazo de carne, todos los arreglos que hay que hacer, muchos tenemos a las frutas solo como golosina, cuando es todo lo contrario, las golosinas son los preparados industriales.

Las frutas están compuestas de materia sólida-liquida y gaseosa y le damos importancia solo a la parte sólida y liquida, pero no tenemos en cuenta sus perfumes y sus colores como alimento,

por ser mas sutiles y que pertenecen al aire; la parte eterica esta relacionada con el color y a la vez con la vida; esto es bastante ignorado.

Con los alimentos se debe realizar una verdadera ceremonia porque estamos alimentando la vida que el creador puso en nosotros, esta crea la alegría, amor y armonía; haciendo consciencia en el consumo de alimentos, nos crea inteligencia y sabiduría.

La naturaleza envía los alimentos para comunicarse con nosotros, aprendamos a leer una fruta, un alimento y veamos su mensaje hacia donde va, si para el hígado, si para el bazo, si para los pulmones, etc..., es la forma mas bonita de leer su mensaje, todo para nuestro bienestar.

Si controlamos nuestro apetito y consumimos sólo un producto alimenticio, máximo tres en una hora de comida, que sean afines, nuestro organismo no sufrirá consecuencias, porque con facilidad los asimila y nuestro cuerpo alegrara de sentirse bien, mientras, que si atiborramos nuestro estómago de varios alimentos nuestro cuerpo enferma y entristece, así que nuestro futuro depende de lo que comemos. Somos lo que comemos y pensamos. "Edgar Cayce".

Para crear los alimentos Dios ha designado cuatro elementos y cada uno de estos elementos tiene su director, o jefe a quienes los Vedas le denominaron Dioses de los Elementales, así que hay el DIOS de los Elementales de la tierra, El DIOS de los Elementales del agua. El DIOS de los Elementales del aire. El DIOS de los Elementales del fuego, y estos influyen en la naturaleza y por ende en

nuestros alimentos ya que esta produce las plantas para mantener nuestra vida.

Dicen las escrituras que Dios hizo al hombre del polvo de la tierra; somos en si una composición química hecha de sustancias vegetales, lo confirman las escrituras sagradas cuando dicen que toda planta que da simiente y todo árbol que da fruto serán para tu alimento, (G.1,29), por lo tanto es fácil comprender que las sustancias vegetales, son las que se han ido acumulando en nuestro cuerpo, para volverlo adulto y en una forma inteligente para conservarlo; es por esto la necesidad de seleccionar las sustancias que nuestro cuerpo necesite para que este sano y decir: "oh Ángeles de la tierra del agua, del aire y del fuego, dadnos la estabilidad, la pureza, la inteligencia y el amor divino para tener una vida plena. Que así sea.

Si nosotros conociéramos el taller en que fuimos hechos, casas de Dios para que él venga a habitar, seleccionaríamos los alimentos para que la casa no depositara porquería como sucede en la gente, cuyas consecuencias es la enfermedad y la muerte en un cuerpo hipertenso, estreñido,, artrítico, tullido, cargado de colesterol y azúcar es casi imposible que venga a habitar el Altísimo y para que nuestro cuerpo sea templo del Espíritu Santo hay que tener pureza en el cuerpo y en la mente, el alma para que seamos casas de Dios como dicen las sagradas escrituras.

Una de las formas religiosas para mantener el recuerdo sobre el misterio de la transustanciación de los alimentos, lo representan los sacerdotes en la comunión del pan y el vino o en sus ritos y esto muestra lo sagrado que es para nosotros el alimento, por eso se hace una ceremonia religiosa para indicar que nos transformamos mediante sustancias alimenticias para mantener la vida; he aquí el misterio de la transustanciación; Melquisedec fue al encuentro de Abraham llevándole pan y vino, haciendo la representación de los alimentos, justamente encerrando el gran misterio de la vida.

En su Santa Cena el Cristo mostró que la purificación y perfeccionamiento del cuerpo, del alma y del espíritu se realiza mediante los alimentos sabiamente ingeridos.

Cada uno de nosotros somos sacerdotes de la Orden de Melquisedec y tenemos la obligación de bendecir el alimento que ingerimos y damos a comer a otros, porque es la vida.

Algunos malinterpretan un versículo bíblico que dice, que no es lo que entra por la boca lo que contamina el alma, sino lo que sale de ella; para comer en forma inadecuada y creen que con encomendarse a Dios ya no les hace mal el alimento pero, por mas fe que se tenga, si el

alimento no es adecuado no le ira a funcionar bien su organismo y por ende habrá mala salud. , exciten muchos místicos en muy malas condiciones de salud; además se debe tener en cuenta el estado de salud en que nos encontramos para elegir el alimento adecuado como lo estamos indicando en esta conferencia que aspiramos le llegue a todo hogar

Para mantener la vida esta La Ley del trogo- que es, auto-egocrático-cósmico-común, es tragar y ser tragado; una ley de la naturaleza; las plantas se alimentan de minerales, los seres animados nos alimentamos de las plantas e hay el G 1.29 , algunas especies se alimentan de otras especies de animales incluyendo a los animales racionales, pero a la especie humana, quien la come, he ahí el interrogante, las emociones de los seres humanos son el alimento para los seres invisibles; ellos se alimentan de nuestros buenos pensamientos de nuestras buenas obras y nuestras oraciones No solo se requiere ser vegetariano para tener buena salud, se requiere equilibrio en/lo que comemos, respiramos y pensamos, pues conocemos vegetarianos tan enfermos como los carnívoros de manera que lo que se requiere es conocimiento y equilibrio en los alimentos, por lo tanto se debe comer en lo posible un solo elemento y máximo tres que sean afines.

Si llegamos a comprender la nutrición, vemos que hay que nutrir nuestras energías, nuestros pensamientos, nuestras emociones, nuestras palabras, nuestra voluntad con la energía del espíritu que se haya en los alimentos, y éstos se hayan en las plantas, tanto nutricionales como medicinales, en el fuego, en la tierra, en el aire y en el agua, entonces, diremos bendito sea el creador que nos ha permitido la vida para saborear los sagrados misterios de la creación y nos permite invocar a los Ángeles de la tierra, el agua, el aire, el fuego, que gobiernan nuestra existencia.

Que Dios los bendiga

"Un pueblo ignorante, es un instrumento ciego de su propia destrucción, dijo Bolívar en el discurso de Angostura el 15 de febrero de 1819".

Con todo lo anterior queda claro que somos lo que comemos y lo que pensamos, por lo que es necesario un estudio exhaustivo de los elementos que sustentan la vida y es aquí donde tenemos que estudiar las plantas nutricionales y medicinales. Le presentamos un buen número de ellas asignadas a determinadas enfermedades para que de acuerdo a su salud o a un diagnostico medico, pueda elegir el alimento adecuado o la planta requerida y se le facilite

para mantener su salud. .

Que tu alimento sea tu única medicina.

..AQUÍ TIENES A LAS PLANTAS NUTRICIONALES Y MEDICINALES O SUS FRUTOS Y SEMILLAS PARA TRATAR TUS ENFERMEDADES O CONSUMIRLAS PARA TENER UNA VIDA SANA.

ARTRITIS: ajos, alcachofas, apio, cerezas, coliflor, fresas, habas, graifú, limón, manzanas, miel, peras, perejil, plátanos, pomelos, ajo porro, soja, zanahoria, uva, y papas, mandarina.

ARTERIOSCLEROSIS: ajos, aceite de maíz o de girasol, alforfón, arándanos, castañas, cebolla, ciruelas, enebro, escorzonera, fresas, habas, levaduras, limón, miel, puerros, soya, garbanzos.

ACIDEZ O ARDOR DE ESTOMAGO: lechuga, tamarindo, papas, repollo y agua.

ANEMIA: albaricoques, alcachofa, ajos, berros, coliflor, dátiles, dientes de león, espinacas, lechuga, lenteja, levadura de cerveza, manzana, mostaza, palo santo, pan de germen, peras, perejil, champiñones, plátanos, polen, ajo porro, remolacha, soja, , zanahoria, manzana y sumo de hojas verdes.

APETITO: (contra la inapetencia): hacedera, aceitunas, achicoria, apio, berros, diente de león, perejil, soja, quemadera o guaca,

ARENILLAS: (riñón): alcachofas, berros, miel, ajo porro, berenjena, melón, patilla, acelgas.

ASMA: achicoria, apio, ajos, cebolla, enebro, higos, hinojos, membrillo, menta, perejil, plátanos, zanahoria, limón, miel, zanahoria, plátano.

BAZO: perejil, zanahoria, uvas, ciruela, cebada.

BRONQUITIS: ajos, cebolla, higos, manzana, miel, zanahoria, remolacha, limón, papayuela, caña de azúcar.

CÁNCER: berros, cocos, dátiles, espinacas, fresa, magnesio, melocotón, miel, perejil, remolacha, zanahoria, berros, diente de león, brócoli, coliflor.

CATARRO (pecho): achicoria, ajo, apio, cebolla, lechuga, miel, sandía.

CLOROSIS (empobrecimiento mineral de la sangre): dátiles, lechuga, perejil, soja, espinacas.

CORAZÓN (enfermedades): ajo, alforfón, berros, borraja, cebolla, champiñones, cocos, espárragos, frambuesas, manzanas, naranjas, pan de trigo uvas y limón, mango y manzana.

DEBILIDAD: achicoria, batatas, borraja, chirimoyas, dátiles, manzana, miel de abeja, pan de germen de trigo, perejil, soya, uva, avellanas, albaricoque, avellana, grosella roja, higo, coco, maní.

DIABETES: aceite de oliva, achicoria, ajo, alcachofa, almendra, apio, arándanos, avellanas, avena, berros, cardos, cebolla, escorzonera,

espárragos, frambuesas, fresas, higos, limón, levaduras, mijo, merey, naranja, nueces, ortigas, pan de gluten, pepinos, peras, pimientos, requesón de soja, tomates, vainitas, trigo, mora negra.

DIARREA: almendras, arándanos, arroz, cebada, dátiles, guayabas, manzana, membrillo, miel, níspero, palo santo, plátanos, sal de cocina, yogurt, zanahoria, almidón de yuca, limón, dextrin integral, agua a 50 grados de temperatura, higo, mango.

DISNEA: cebolla, higos, ajos.

ESTREÑIMIENTO: aceite de oliva, acelgas, achicoria, arroz integral, berenjena, borrajas, calabaza, cebolla, cerezas, ciruela, col, coliflor, escorzonera, escoraja, espinaca, frambuesa, fresa, grosella, higos, hinojo (semillas), lechuga, lenteja, melocotón, melón, miel, naranja, nueces, pimientos, polen pomelos, ajo porro, remolacha, tomates, uvas, zanahoria, linaza, cambures, borrojó, níspero, parchita, calabacín.

EMBARAZO: espinacas, germen de trigo, lechuga, levadura, magnesio, mantequilla de soja, miel, polen, perejil, requesón, soya, uvas, zumo de manzanas, agua de coco, lechosa, ajonjolí.

EPILEPSIA: cebolla, manzana, naranja, ortiga.

ERIPSELA: cebolla, saúco, zanahoria.

EXPECTORACIÓN: (para favorecer): ajo, cebolla, dátiles, miel, perejil, higo.

ESPUTOS CON SANGRE: achicoria, membrillo, uva.

ESTÓMAGO: dátiles, frambuesa, hinojo, horchata de linaza, manzana, membrillo, menta, palo santo, perejil, fruto de enebro, aguacate, piña.

FIEBRE: (para combatir): apio, arroz, cebada, col, manzana, patilla, coco.

GARGANTA: cebada, higos, limón, miel, tomate, grosella roja, grosella negra, níspero, patilla, mango.

GRIPE: ajo, cebolla, limón, manzana, pomelos, (toronja o grape fruit), remolacha, níspero, mango.

HÍGADO: (dolencias del): aceite de oliva, achicoria, ajo, alcachofa, apio, berros, borraja, cebolla, ciruela, coles, diente de león, germen de trigo, grosella, higos, lechuga, limón, manzana, membrillo, miel, perejil, plátanos, polen, pomelos (toronja o grape fruit), berros, remolacha, soja, tomates, zanahoria, zumo de grosella y de uva, aceituna, fresa, grosella negra, níspero, parchita, mandarina.

ICTERICIA: acedera, ajo, alcachofa, apio, plátano, zanahoria, tomates, miel de caña.

IMPOTENCIA VIRIL: aceite de germen de trigo, berros, espinacas, magnesio, nueces, perejil, piñones, queso, saúco, tomate, zanahoria, fruto de algarrobo, maní, cebolla, ajo, semilla de merey, guayaba.

INSOMNIO: ajo, berenjenas, cebolla, ensalada,