

## **JOSEP PÀMIES**

### **Una dolce rivoluzione**

Redazione di Miquel Figuerola

Stevia Editors, Balaguer

La Dulce Revolución di Balaguer (Llerida, Spagna) è una organizzazione no-profit, fondata da un agricoltore spagnolo Josep Pàmies, che riunisce tutte le persone che vogliono condividere le loro esperienze positive derivanti dall'uso di piante medicinali e dalle terapie naturali non aggressive.

La Stevia Rebaudiana è la pianta che dà il nome a la Dulce Revolución, per la sua sana dolcezza e per le sue proprietà medicinali, ancora oggi però negate, a causa di una amministrazione sanitaria venduta agli interessi della grande industria farmaceutica. Nelle pagine di questo libro, il lettore ha modo di conoscere l'esperienza di vita di questo agricoltore, Josep Pàmies, la sua scelta di lasciare l'agricoltura tradizionale per abbracciare invece un tipo di agricoltura ecologica e di intraprendere un percorso di sviluppo e divulgazione di quelle che sono le conoscenze ancestrali della fitoterapia e delle altre forme di terapia medica che attualmente si considerano alternative. Si può altresì familiarizzare, oltre che con la Stevia, con alcune delle altre piante "proibite" che curano, ovvero con alcune piante di comune diffusione che possiedono proprietà medicinali rilevanti, ma la cui conoscenza e divulgazione viene negata da chiari interessi economici in gioco. Kalanchoe per il cancro, Artemisia Annuua per la malaria, Iperico Perforato per la depressione sono solo alcune delle piante che Josep definisce "benedette" e, proprio per questo, proibite.

Infine, ma non da ultimo, il libro presenta un rivoluzionario, ma non nuovo approccio all'alimentazione ed alla cultura alimentare consapevole, cercando di proporre ed applicare l'antica massima ippocratica che afferma: "Lasciate che il cibo sia la vostra medicina e la vostra medicina sia il cibo", delineando i rischi dell'uso di alimenti ed additivi industriali e proponendo invece stili di vita e di alimentazione locale, a basso costo e sostenibili per tutti in cui i prodotti di origine vegetale diventino alimenti che nutrono la vita e non solo che curano la malattia, quando essa si è già manifestata. Infatti, la consuetudine a bere te' e consumare alimenti del mondo vegetale costituisce, per Josep Pàmies e, non solo per lui..., la possibilità di dare al corpo un'esperienza per crescere, migliorarsi, fortificarsi, sanarsi, cambiare, evolversi.