

MEMORIA DI SE' E NATURA CHE CURA L'ANIMA E IL CORPO: LA LEZIONE DELLA DOTTORESSA LAUDADIO

6 Dicembre 2018



MONTESILVANO – “Le piante, le essenze floreali i rimedi naturali possono riequilibrare le funzioni del sistema nervoso, hanno frequenze simili a quelle della nostra anima e del nostro cervello”.

Dietro parole che hanno anche valenza lirica, c'è l'approccio olistico, nel senso scientifico del termine, e non fumoso e meramente new age, che ha fatto da filo conduttore alla lezione che la dottoressa Marilisa Ludadio, farmacista, nutrizionista, esperta di alimentazione ed intolleranze alimentari, docente di Medicina naturale in scuole di alta formazione, ha tenuto oggi pomeriggio davanti ad una gremita sala conferenze dell'Hotel La Ninfea di Montesilvano (Pescara).

L'iniziativa è stata organizzata da Edizioni Mondo Nuovo, di Pescara, con cui Laudadio ha pubblicato “Come vincere il diabete”, documentatissimo viaggio nella corretta alimentazione, nel potere benefico delle piante, delle spezie e dei minerali, del corretto stile di vita e del controllo delle emozioni, sia sul fronte della prevenzione sia in quello della cura, di quasi tutte le patologie metaboliche.

A cominciare dal diabete, o meglio dalle varie forme di diabete che, semplificando, sono tutte caratterizzate dalla presenza di elevati livelli di glucosio nel sangue, cioè iperglicemia, dovuta ad un'alterata quantità o funzione dell'insulina.

Un grande successo per la casa editrice di cui è editore Enrico Faricelli e direttore editoriale Massimo Pamio. Un successo questa la convinzione sarà replicato da un secondo libro in uscita di Laudadio, “Stress, ansia e depressione, la natura cura gli stati d'animo”.

Con questo nuovo libro ha detto Faricelli, “la dottoressa Marilisa continua il suo percorso di divulgazione, non di chissà quali alchimie, ma di una profonda conoscenza della corretta cultura alimentare”.

“Edizioni mondo nuovo – aggiunge Pamio – lo dice il nome stesso, vuole contribuire ad un mondo migliore, e chi meglio della dottoressa Laudadio ci indica la strada del benessere. L'idea occidentale che l'uomo sia al centro dell'universo è sbagliata, al centro sono le erbe, sino le piante, fonte dell'ossigeno”.

Appassionata e mai scontata la lezione di Laudadio.

“Il filosofo Feuerbach ha compreso che l'uomo è ciò che mangia, volendo intendere che l'alimentazione influisce anche sui pensieri, sulla coscienza. A tal proposito va anche ricordato che l'intestino è giustamente definito il secondo cervello, ha una intelligenza innata, che gli consente di decodificare, riconosce i cibi, e quali da conservare, e quali invece da eliminare”.

E ancora: “E' riduttivo definire la salute assenza di malattia. Essa è vitalità, gioia, essere in sintonia con la natura, che non fa mai cose a casaccio, non sbaglia. Significa avere delle passioni, per cui vale la pena di vivere. La malattia non è mera

assenza di salute. È un segnale, un qualcosa che ci dice che stiamo sbagliando, che lo possiamo correggere. Ci sono anche tossine emotive: quando ci umiliano, ci deludono, ci offendono, l'effetto resta dentro di noi e sortisce conseguenze. La malattia del corpo è la malattia dell'anima, diceva Carl Gustav Jung.

Premesso ciò, Laudadio ha spiegato che "molti cibi sono contaminati, alterano la naturale capacità di nutrimento. Abbiamo dimenticato chi siamo e da dove veniamo: ci spiegano che il gruppo sanguigno serve per trasfusione e donazione, ma il nostro gruppo sanguigno si è strutturato in migliaia di anni, in base al cibo consumato dai nostri antenati. Per ogni gruppo corrisponde un genoma dell'apparato digerente, le leptine che riconoscono cibi compatibili"

"È poi accaduto ad esempio che con la riforma agraria, le varietà dei nostri grani, a cui il nostro organismo era abituato, è stato soppiantato da altre varietà, più produttive, modificato geneticamente negli anni 60, con una composizione di glutine ed oggi non è un caso che 1 persona su 5 ha la celiachia, e sono aumentate esponenzialmente intolleranze. Questo glutine contiene 16 molecole di oppioidi, tecnicamente è una droga".

Laudadio ha riservato anche importanti consigli da applicare nella vita quotidiana.

"I dolci, nella nostra cultura e territorio si preparavano nelle grandi occasioni e nelle feste comandate. La carne si mangiava raramente, tenendo conto dei tempi biologici degli animali allevati. Il prosciutto quando finiva lo si mangiava l'anno dopo. Stili di vita e alimenti che rispecchiano questo regime per noi non è naturale".

"La mattina ad esempio ci svegliamo e non siamo come la famiglia felice del mulino bianco. Il corpo è acido. E bere latte caffè e bere dolci significa acidificarlo ulteriormente. Molto più saggio bere acqua calda in tisana, e mangiare salato, come formaggio di capra, o prosciutto, senza conservanti, un uovo strapazzato e una scelta molto più corretta, si eviterebbe di iniziare una giornata con un'intossicazione".

"Sulla lingua abbiamo i cinque sapori, mangiare lentamente, invece di deglutire come tacchini, significa trattenere, sentire frequenze, entrare in comunicazione con il cibo. Andrebbe spenta anche la televisione mentre pranziamo e ceniamo". (ft)