

ΠΕΤΡΟΣ ΑΡΓΥΡΙΟΥ

ΠΑΡΑ ΦΥΣΗ

ΠΩΣ Η ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ Η ΑΝΑΤΡΟΦΗ
ΕΓΙΝΑΝ ΔΙΑΣΤΡΟΦΗ



ΝΕΡΟ, ΦΘΟΡΙΟ, ΒΡΕΦΙΚΕΣ ΣΚΟΝΕΣ - ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΑ & ΑΣΠΑΡΤΑΜΗ
ΜΕΤΑΛΛΑΓΜΕΝΑ & ΜΕΤΑ-ΛΗΓΜΕΝΑ - ΦΑΡΜΑΚΑ & ΕΜΒΟΛΙΑ



Τίτλος: **Παρά Φύση**

Πώς η διατροφή και η ανατροφή έγιναν διαστροφή

Συγγραφέας: **Πέτρος Αργυρίου**

ISBN: 978-960-6830-41-9

Επιμέλεια έκδοσης: Βάλλυ Καλοζούμη

Εξώφυλλο: ETRA Graphic Design

Για την Ελληνική γλώσσα:

© **Εκδόσεις ETRA**

Ευεργετών 7, Π. Φάληρο, 17563

τηλ/fax: 210 9811753

www.etra.gr, e-mail: etrapublishing@gmail.com

Απαγορεύεται η με οποιονδήποτε τρόπο αναπαραγωγή μέρους ή όλης της έκδοσης χωρίς την έγγραφη άδεια του εκδότη.

Ευχαριστίες

Πίσω από κάθε βιβλίο κρύβονται μικροί αφανείς ήρωες τους οποίους ο συγγραφέας έχει το χρέος και τη χαρά να αναδείξει.

Θέλω να ευχαριστήσω την Έλσα Μαρμάρα, έναν τόσο καθημερινό μα και τόσο σπάνιο άνθρωπο που απόδειξε ότι τα μεγάλα πράγματα γίνονται χωρίς παχιές κουβέντες για τις τεράστιες θυσίες που χωρίς δεύτερη σκέψη έκανε για το συγγραφέα και το έργο του.

Elsa, you Rock!

Τους αδελφικούς μου φίλους Άλκιβιάδη Χατζόπουλο και Θανάση Γκόγκα που πάντα ήταν εκεί για μένα ακόμη και όταν η απογοήτευσή μου για αυτό τον κόσμο έφτανε σε τοξικά επίπεδα.

Την παλιοπαρέα από την Ιατρική Αθηνών και τα υπόλοιπα παλιόπαιδα εκείνης της μακρινής εποχής για τη διαρκή και αμέριστη συμπαράστασή τους και την άνευ όρων πίστη τους.

Και φυσικά τους αναγνώστες μου, χωρίς την έμπρακτη υποστήριξη και τη συμμετοχή των οποίων, το βιβλίο δε θα είχε πάρει την υλική του μορφή σε μια τόσο δύσκολη εποχή.

Σας ευχαριστώ όλους!

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ	7
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1ο: Η ΔΙΑΣΤΡΟΦΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ	
Το νερό νεράκι	16
Και του φιδιού το γάλα	25
Το αθάνατο κρέας, η Ροζ Γλίτσα, η φωσφορίζουσα μπριζόλα και ο Σκαθαροζούμης	33
Το κρέας με ιπποδύναμη	48
Από το εργαστήριο στο πιάτο σας	52
Η “Σολομονέλα”, τα μαϊμουδόψαρα και ένας τόνος από ψέματα	57
Καλλιέργειες υπερμικροβίων και εμπορικοί πόλεμοι	60
Μίλα μου για μήλα: 100% αφύσικοι χυμοί	67
Το ναρκωτικό που έγινε το λατρεμένο αναψυκτικό του πλανήτη Γη	69
Από τα παραδοσιακά ναρκωτικά στα προσθετικά και τη βιοτεχνολογική εξάρτηση	73
Ασπαρτάμη: Ένας γλυκός κίνδυνος	85
Χημικό αδυνάτισμα: Η καταστροφική απάντηση στη χημική παχυσαρκία	93
Τα χαλασμένα φίλτρα της φαρμακοβιομηχανίας	97
Αλώνοντας τη διατροφή μέσα από τους μύλους της νομοθεσίας	101
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2ο: Η ΜΕΤΑΛΛΑΓΜΕΝΗ ΑΠΕΙΛΗ	
Εισαγωγή	124

Το μεταλλαγμένο γεύμα	126
Μεταλλαγμένα τεχνάσματα	131
Φιμώνοντας στόματα και συνειδήσεις	134
Η Monsanto και τα πολλά πρόσωπα του κέρδους	138
Φιμώνοντας τους φάλτσους επιστήμονες	141
Μεταλλαγμένοι πολιτικοί	146
Μεταλλαγμένες απειλές	154
Και ύστερα... φύγαν οι μέλισσες...	159
Τα «Μετα-ληγμένα»	169
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3ο: ΦΑΡΜΑΚΟΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ ΚΑΙ	
ΕΜΠΟΡΙΟ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ	
Εισαγωγή	172
AIDS, το Ελντοράντο των επιδημιών	177
Fast track εμβόλια και η ιατρικοποίηση του φυσικού	189
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ: Η ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΡΙΣΗ ΚΑΙ	
Ο ΠΟΛΕΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ	
Νερό από τον τόπο σου	223
Μας βγάλανε το λάδι	226
Φρέσκο γάλα δεκαημέρου	229
Put the feta down!	231
Τσομπάνης για γιαούρτωμα	233
Συμπεράσματα	237
ΕΠΙΛΟΓΟΣ	241
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	245
ΛΙΓΑ ΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ	247

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Ποτέ πριν δεν υπήρξε πολιτισμός τόσο καταστροφικός για τη φύση και το περιβάλλον. Η εκβιομηχανοποίηση με όλα τα οφέλη της έγινε σαν να μην υπήρχε αύριο. Και αυτό που είναι ακόμη χειρότερο είναι πως μια αντίληψη πραγμάτων που συμπεριφέρεται σαν να μην υπάρχει αύριο απλά καταστρέφει το μέλλον, το όποιο αύριο.

Αυτές οι πρακτικές, εξόχως καταστροφικές για το περιβάλλον, δεν άργησαν να εφαρμοστούν και στον άνθρωπο. Εκατοντάδες προϊόντα και παραπροϊόντα της χημικής βιομηχανίας πετάχτηκαν στις χωματερές της ανθρώπινης μαζικής κατανάλωσης και της δημόσιας υγείας αφού πρώτα λουστραρίστηκαν μέσω της διαφήμισης και της ψευδοεπιστήμης, ώστε να φαίνονται ελκυστικά, απαραίτητα, ακαταμάχητα.

Τα παμφάγο ανθρώπινο πλάσμα σιγά σιγά μεταμορφώνεται σε σκουπιδοφάγο, σε ένα υπερμέγεθες χημειοσυνθετικό βακτήριο περιορισμένης αυτονομίας που για να λειτουργήσει χρειάζεται μονίμως χημική ρύθμιση. Όχι μόνο το ανθρώπινο πλάσμα καταστρέφει τη φύση γύρω του με την οποία είναι αλληλένδετο, όχι μόνο αλλάζει την ίδια τη φύση της φύσης με ποικίλες παρεμβάσεις ανάμεσα στις οποίες η ζοφερότερη είναι

τα «μεταλλαγμένα», αλλά πολεμάει και αλλάζει την ίδια του τη φύση. Με αυτή την έννοια ο άνθρωπος γίνεται πλάσμα αφύσικο, εκτρωματικό, ένα πλάσμα που αποτελεί προσβολή στην ίδια του τη φύση, ένα παρά φύση πλάσμα.

Αν ισχύει το ότι «είμαστε ό,τι τρώμε» λίγοι από μας θα ήθελαν να ξέρουν τι τρώμε. Ευτυχώς δεν είμαστε ακόμα αυτό που τρώμε, αλλά σίγουρα αυτό που τρώμε επηρεάζει αυτό που είμαστε ή αυτό που θα γίνουμε. Γι' αυτό το λόγο είναι χρήσιμο να ξέρουμε κάποια από τα μυστικά της χημικής βιομηχανίας μαζικής κατανάλωσης, είτε πρόκειται για τη βιομηχανία τροφίμων, είτε για τη φαρμακοβιομηχανία.

Όπως η φαρμακοβιομηχανία κατάφερε, αν όχι να εξαλείψει, τουλάχιστον να αντικαταστήσει ένα μεγάλο κομμάτι της βοτανικής, της φυσικής - παραδοσιακής φαρμακολογίας με χημικά, έτσι και η βιομηχανική τροφή κατάφερε να αντικαταστήσει μεγάλο ποσοστό της φυσικής - παραδοσιακής διατροφής στο δυτικό κόσμο με χημικά παρασκευάσματα. Ονομάζουμε αυτή την τροφή βιομηχανική όχι μόνο γιατί ενίοτε αποτελείται κυρίως από χημικά, όχι μόνο δηλαδή επειδή σημαντικό τμήμα της βιομηχανικής τροφής είναι ουσιαστικά χημική τροφή αλλά και γιατί ακόμη και το τμήμα της που προέρχεται από ζώα και φυτά περνάει από τέτοιες μεθόδους επεξεργασίας που από τροφή καταλήγει να είναι προϊόν χημικό, άλλοτε μειωμένης θρεπτικής χρησιμότητας, άλλοτε επιβαρυντικό και άλλοτε επικίνδυνο.

Αυτός είναι ένας από τους βασικούς λόγους που πλέον σήμερα έχουμε «επιδημία» παχυσαρκίας στο δυτικό κόσμο. Ακόμη χειρότερα, η χημική βιομηχανία, αφού δείχνει το δρόμο στους καταναλωτές προς τη λεωφόρου του πάχους, στη συνέχεια τους πουλά χημικά χαπάκια αδυνατίσματος που περισσότερες από μία φορές έχουν αποδειχθεί καταστροφικά για τους χρήστες τους. Η βιομηχανική τροφή ήταν μια από τις μεθόδους για τη συγκέντρωση των μέσων παραγωγής στα χέρια των λίγων, για τη δημιουργία μονοπωλίων και εύκολου, γρήγορου και απίστευτου πλουτισμού.

Η φρενήρης ζωή σε μεγάλα αστικά κέντρα του βιομηχανοποιημένου κόσμου οδήγησε σε έλλειμμα χρόνου και το έλλειμμα χρόνου σε πλεόνασμα ταχυφαγίας. Και δεν είναι μόνο το πάχος που σχετίζεται με τις προβληματικές της ταχυφαγίας και της βιομηχανικής τροφής. Είναι και το γεγονός ότι πολλές από τις βιομηχανικές τροφές δεν περιέχουν το ευρύ φάσμα βιταμινών και ιχνοστοιχείων που περιέχονται σε μια πλήρη διατροφή και είναι απαραίτητα για την ανάπτυξη και την καλή κατάσταση ενός οργανισμού, με αποτέλεσμα η διατύπωση «άνθρωποι που τρώνε του σκασμού αλλά έχουν συμπτώματα ασιτίας» να έχει κάποια βάση. Ένα άλλο πρόβλημα υγείας που σχετίζεται με την τροφή είναι οι τροφικές δηλητηριάσεις. Στις ΗΠΑ κάθε χρόνο έχουμε καταγραφές δεκάδων εκατομμυρίων περιστατικών τροφικής δηλητηρίασης, με χιλιάδες εισαγωγές σε νοσοκομεία και εκατοντάδες θανάτους. Για να μην είμαστε άδικοι όμως, οι τροφικές δηλητηριάσεις είναι παλιοί μας γνώριμοι και δεν πρέπει να αποδίδονται εξ ολοκλήρου στη βιομηχανική τροφή, όχι πως βέβαια αυτή δεν έχει πλέον το μερίδιο του λέοντος, τουλάχιστον για τον αναπτυσσόμενο κόσμο.

Η βιομηχανική τροφή απειλεί όχι μόνο ενίοτε την υγεία μας, αλλά και το οικοσύστημα που λέγεται πλανήτης γη. Τεράστιες εκτάσεις καλλιεργήσιμης γης χρησιμοποιούνται για μονοκαλλιέργειες και μάλιστα για μονοκαλλιέργειες για τις οποίες το βασικό τους κριτήριο είναι η εμπορική και όχι η διατροφική τους αξία.

Οι μονοκαλλιέργειες εξαντλούν το έδαφος. Η αλόγιστη χρήση ζιζανιοκτόνων έχει παρόμοιες ή μάλλον χειρότερες επιπτώσεις: μαζί με τα παράσιτα σκοτώνονται και άλλοι μικροοργανισμοί που ο κύκλος ζωής τους πλουτίζει το έδαφος με ποικίλα στοιχεία. Μετά από κάποιο διάστημα, τα ζιζάνια και γενικότερα οι επιβλαβείς οργανισμοί τείνουν να αναπτύσσουν αντίσταση στα ζιζανιοκτόνα, να γίνονται ανθεκτικοί. Έτσι λοιπόν όχι μόνο έχουμε ως παράπλευρες απώλειες οργανισμούς ωφέλιμους για το έδαφος και τις καλλιέργειες αλλά και οι επικίνδυνοι οργα-

νισμοί τείνουν να γίνονται πολύ περισσότερο επικίνδυνοι. Και δεν είναι αυτό το μοναδικό πρόβλημα της χημικής γεωργίας. Τα φυτοφάρμακα και οι ανθεκτικοί μικροοργανισμοί δεν περιορίζονται στις μονοκαλλιέργειες αλλά μεταφέρονται μέσω του υδροφόρου ορίζοντα, του εδάφους, του αέρα αλλά και της τροφικής αλυσίδας, αποτελώντας διαρκείς πηγές ρυπάνσεων και μολύνσεων. Αντίστοιχοι κίνδυνοι προκύπτουν και από τις πρακτικές της εκβιομηχανοποιημένης κτηνοτροφίας. Καθίσταται εύκολα αντιληπτό λοιπόν πως η βιομηχανική τροφή στη σημερινή άπληστη και ανεξέλεγκτη μορφή της αποτελεί με πολλαπλούς, άμεσους και έμμεσους τρόπους, κίνδυνο και απειλή για τη ζωή μας.

Όπως ήδη σκιαγραφήσαμε, ένα από τα χαρακτηριστικά της χημικής γεωργίας (αλλά και της εκβιομηχανοποιημένης κτηνοτροφίας) είναι η εξάντληση των πόρων, είτε πρόκειται για έμβιους πόρους όπως χρήσιμοι μικροοργανισμοί είτε για πόρους όπως το έδαφος και το πόσιμο νερό. Πρόκειται για μια κλασσική περίπτωση ποσότητας εναντίον ποιότητας, άμετρων πρακτικών χωρίς αύριο, με μικρό κατ' αναλογία κόστος σε ανθρώπινο μόχθο αλλά με τεράστιο κατ' αναλογία κόστος σε ανθρώπινο (και όχι μόνο) πόνο.

Μας έχει πάρει δεκαετίες για να καταλάβουμε ότι οι πόροι του πλανήτη μας δεν είναι ανεξάντλητοι. Το μόνο που είναι ανεξάντλητο σε αυτόν τον πλανήτη είναι η απληστία των λίγων εκείνων ανθρώπων που έχουν συγκεντρώσει τον έλεγχο των πόρων και εξαντλούν τα αποθεματικά του πλανήτη: είτε αυτό πρόκειται για ενέργεια, είτε για την οικονομία, είτε για καλλιεργήσιμη γη, είτε για την υγεία μας.

Η σοβαρότερη αιτία ασθενειών και θανάτων σήμερα είναι η διαστροφή της απληστίας. Μια διαστροφή που υπήρχε σε όλους τους πολιτισμούς αλλά μόνο στον πολιτισμό μας διαθέτει τόσα μέσα ώστε να μεταμορφώνει την ανθρωπότητα αλλά και ολάκερο τον πλανήτη σε δεξαμενές ασθενειών. Δεν είναι τυχαίο λοιπόν ότι στην εποχή της ξέφρενης απληστίας που ζούμε, ο

μισός πλανήτη πεθαίνει από κατάχρηση φαγητού και φαρμάκων και ο άλλος μισός από παντελή έλλειψή τους.

Οι εταιρίες της μαζικής χημικής κατανάλωσης θα έβρισκαν τον τρόπο να εκμεταλλευτούν ακόμη και όλες αυτές τις τρομακτικές ανισοροπίες που οι ίδιες συστηματικά προκαλούν για να βγάλουν κέρδος από τη δυστυχία, την αρρώστια και την πείνα.

Έτσι, για παράδειγμα, στην πείνα και τα διατροφικά προβλήματα απάντησαν με μια ακόμη μεγαλύτερη απειλή: Τα «μεταλλαγμένα». Τους Γενετικά Τροποποιημένους Οργανισμούς που υποτιθέμενα θα λύσουν το πρόβλημα της πείνας στον πλανήτη. Αλλά για ποιο πρόβλημα πείνας μιλάμε; Η ανθρωπότητα δεν έχει προς το παρόν έλλειμμα διατροφικό - οι διατροφικοί πόροι αρκούν για να θρέψουν έναν ακόμη πλανήτη. Το πρόβλημα είναι ότι τεράστιες εκτάσεις καλλιεργήσιμης γης δεσμεύονται και εξαντλούνται για την αποκλειστική χρήση τους από πολυεθνικές, ενώ εκατομμύρια τόνοι φαγητού που θα αρκούσαν για να καλύψουν τις τροφικές ανάγκες όλου του «τρίτου κόσμου» και των άσιτων του «πρώτου κόσμου», απλά πετιούνται καθημερινά δημιουργώντας μια ακόμη πηγή ρύπανσης. Το μόνο που έχει σημασία για τη βιομηχανία τροφίμων είναι η εμπορική αξία. Όχι η διατροφική ούτε η ανθρωπιστική αξία του φαγητού. Και για αυτό αποδέχτηκε με τόσο πάθος τα μεταλλαγμένα. Γιατί αυτά μπορεί να οδηγήσουν τον καλλιεργητή και τον καταναλωτή σε μία ακόμη μεγαλύτερη διατροφική εξάρτηση που θα ενδυναμώσει ακόμη περισσότερο τα μονοπώλια και τα κέρδη των βαρόνων της τροφής, των φαρμάκων και των εμβολίων.

Οι εταιρίες της χημικής βιομηχανίας, είτε αυτές κατασκευάζουν τροφή βιομηχανική ή γενετικά τροποποιημένα, είτε φάρμακα και εμβόλια είναι μια νέα κάστα βαρόνων: Είναι βαρόνοι όχι μόνο γιατί έχουν δεσμεύσει για την αποκλειστική τους χρήση πόρους όπως γη και ανθρώπινο δυναμικό αλλά κυρίως γιατί, όπως θα δούμε, έχουν ενίοτε χρησιμοποιήσει γκανγκστερικές μεθόδους, μεθόδους που μονάχα έμποροι ναρκωτικών θα