

LA ENTREVISTA *Juan Cantos*, un sabio de la salud

Juan Cantos fundó hace unos años en Alicante el *Herbolario Ecovital*. Desde allí, este entusiasta de la medicina natural y la alimentación ecológica ha propagado en Alicante los estilos de vida sanos que permiten conservar la salud. Ha publicado el libro: “*Cuando estés enfermo cúrate con los alimentos crudos y otras prácticas naturistas*”. Un texto interesante para volver a la armonía con uno mismo y con lo que nos envuelve. Él contesta a las primeras preguntas de esta entrevista. Las últimas las responde su hijo, *Juan Andrés*, que ha tomado su testigo al frente de *Herbolario Ecovital* Alicante.



Juan Cantos dice: “He sido profesor (lengua castellana y francés) durante 41 años y desde hace 40 años estoy dentro del amplio campo de la *Medicina Natural* habiendo entrado en ella tras conocer la enfermedad de lleno, gracias a la cual debo una buenísima recuperación. Obtuve la diplomatura de Naturopatía y realicé muchos cursos que prefiero, en este momento, obviar. Creo haber ayudado sin ánimo lucro alguno a muchas personas que vinieron a mí. Agradecerles a tod@s ell@s porque me enseñaron mucho. Lo importante es que estoy agradecido a la vida y a muchas personas que me ayudaron a evolucionar”.

-¿Cómo entraste en el mundo de la ecología profunda?

-El origen fue la enfermedad. El primer paso consistió, tras amplia información y búsqueda, observar que la alimentación, respiración... me eran positivas. Adopté una alimentación vegetariana, ecológica 100% y bien combinada. Los resultados comenzaron a ser positivos.

ULTIMO LIBRO PUBLICADO

-¿Por qué te decidiste a escribir el libro?

-Lo hice porque sentí la necesidad de contar mi experiencia. Intuí que podría ayudar a otras muchas personas que estaban pasando y viviendo un camino difícil. El mensaje era: “Por muy desesperado que un@ se encuentre, jamás tirar la toalla”. Siempre hay luz que nos hará ver claridad allá donde pensamos que todo es oscuridad. Cuando comenzamos a mostrarnos como somos y demandamos ayuda, la Providencia nos tiende una mano de muy distintas maneras: personas que llegan a nosotr@s, hechos y situaciones de la vida para dar el cambio, haciéndonos parar y reflexionar.

-¿Qué has aprendido escribiéndolo?

-Pienso que bastante. Primero a darme cuenta que no soy el ombligo del mundo, que existen tantos valores y tantas personas buenas en la vida; siempre han estado ahí; pero yo no las veía, y que tenía que estar dando millones de gracias por mi proceso. Desde entonces sentí la “obligación” de ayudar de manera desinteresada a tod@s l@s que me demandaban información o ayuda.

-¿En la alimentación, básicamente, está el secreto de la salud y de la longevidad?

-Es esta una pregunta preciosa y muy extensa. Procuraré resumir: El ser humano es una simbiosis de cuerpo físico, emocional, mental (psicológico) y espiritual. La alimentación es, bajo mi modesta opinión, esencialísima en mantener y recuperar salud. El padre de la medicina, Hipócrates, decía dos frases que siempre tengo presentes: “Que tu alimento sea tu medicina y que tu medicina sea tu alimento” y “Se curan todas las enfermedades; pero no todos los enfermos”. La primera es archiconocida; pero no son tant@s l@s que lo llevan a efecto.

Respecto a la segunda: “Se curan todas las enfermedades; pero no todos los enfermos”. No significaba todos excepto los que tienen o han tenido tales dificultades, sucesos o dolencias. Hacía referencia al esfuerzo personal que hay que llevar a cabo puesto que hay que cambiar la alimentación, las actitudes, algunos hábitos de vida, etc., etc. Hoy sabemos que, cuando las funciones digestivas son retardadas o algunas veces suspendidas por la combinación incorrecta de alimentos, la adecuada conversión de alimentos en nutrientes vitales para el cuerpo (aminoácidos, azúcares, vitaminas y minerales) no tiene lugar. Bajo estas circunstancias, nuestros sistemas son incapaces de absorber y asimilar adecuadamente los alimentos que comemos. Las partículas de los alimentos sin digerir o parcialmente digeridos pueden producir toxinas. Estas toxinas producen un gran esfuerzo en las células y tejidos de nuestros cuerpos y nuestros órganos de eliminación, generando enfermedad. Lo dejamos acá.

-¿Por qué, si mantener la salud es algo tan sencillo, hay tanta gente enferma?

-Considero que una razón, entre otras, es la ocultación de la verdad. El mundo se mueve por valores económicos. Se prima el “tener” y no tanto el “ser”. Afortunadamente no tod@s son así; pero hay una prevalencia que no debería existir. Encontrar el “camino” no es sencillo y cuando vives, y te informas desde la equidad, descubres circunstancias que parecerían de ciencia ficción. No es mi deseo incomodar a nadie; pero en la salud se cometen verdaderas tropelías. Como afortunadamente hay mucho bien en el mundo pues tengamos presente que el que busca... encuentra.





ECOVITAL

- Háblanos del *Herbolario Ecovital* de Alicante...

-*Ecovital Alicante* nace hace 26 años, gracias a la inquietud de mi padre, ya que ataja su proceso personal (micro infartos cerebrales) gracias al mundo de la medicina natural fundamentándolo en la alimentación sana y saludable. Desarrolla todo el proyecto con el fin de poner todos sus conocimientos y experiencia profesional del mundo de la naturopatía y la medicina natural complementaria al servicio de la población para recuperar el estado natural que es vivir en salud. A día de hoy, podemos decir que su proyecto de vida se está logrando ya que miles de personas han logrado recuperar su estado saludable. *Ecovital Alicante* está compuesto por un equipo humano multidisciplinar, donde contamos con terapeutas de crecimiento personal, profesores de yoga, taichí, chikung, cursos de diferente índole, nutricionistas, apiterapeutas, naturópatas y médicos. En *Ecovital Alicante* podrás encontrar nutrición orgánica, complementos alimenticios, cosmética orgánica, librería y un sinfín de artículos relacionados con la salud natural holística. Nuestra razón de ser: *Nos mueve la pasión por una vida plena y saludable.*

-¿Cómo está el sector “Bio” en la zona de Alicante y, en general, en la *Comunidad Valenciana* y en el área de Levante?

-A mí, en particular, más que "Bio", me gusta llamarle orgánico, ya que la palabra "Bio" alberga un abanico muy amplio de productos; a mi parecer creo que estamos en la era de la revolución orgánica, se están destapando muchas verdades dentro de la industria agroalimentaria y esto está despertando la conciencia en las personas, este mercado está en auge, cada día hay más población con información y esta es la única que nos hace libres. Cuando el fervor es tan grande en el mundo "Bio", aparecen muchos oportunistas, quiero hacer un llamamiento a los consumidores del mundo "Bio": no todo vale, hemos de seguir mirando composiciones de los nutrientes que componen cualquier producto. En la *Comunidad Valenciana*, como en el resto de comunidades, es evidente y palpable que es un valor en alza, que cada día hay más iniciativas y proyectos alrededor de este mundo "Bio" (orgánico) y la respuesta de la población es cada día mayor, recordemos que no todo lo que ingerimos contiene nutrientes; pero sí es comestible.

-¿Qué hace falta para que la población “despierte” y apoye la revolución ecológica?

-A mi parecer hace falta mucha información verídica y que las autoridades competentes exijan un control mucho más riguroso en los etiquetados de los productos. Pienso que la población está despertando ya que existe una inquietud muy bonita por ganar salud o en el peor de los casos no perderla, los datos demográficos demuestran que cada día la población está siendo más longeva y que la calidad de esta está siendo mejor. El apoyo al mundo "Bio" (orgánico) ha de nacer en nuestro ser interior y hacernos conscientes de lo que vamos a consumir en cantidad, calidad y cómo lo vamos a ingerir. En referencia a la cantidad, cuando un alimento está lleno de nutrientes necesitamos menos para saciar nuestras necesidades nutricionales, a mayor calidad de éste mayor beneficio para nuestro organismo a la hora de deglutirlo y nutrirnos; y referente al cómo la vamos a ingerir: si vivo o inerte. Tomar consciencia de todos los procesos es la mayor ayuda que se le puede dar al mundo orgánico y al resto de mundos que no distan mucho del orgánico. Todos somos uno.

ACTIVIDADES PARALELAS

-¿Qué actividades paralelas lleváis a cabo desde *Herbolario Ecovital*?

-Al margen de la tienda, desarrollamos actividades siempre vinculadas con la salud natural en todos los planos, físico, mental y espiritual. Entre semana hay clases de yoga, taichí, chikung, mindfulness, curso de milagros, masajes terapéuticos, reflexología podal, reflexología auricular, osteópata, fisioterapia, acupuntura y mucho más. Aquí os dejo la dirección donde podéis recibir información: ecovitalorigen@gmail.com. Se realizan muchas charlas informativas gratuitas a lo largo del mes. Como novedad hemos empezado una terapia revolucionaria, estamos trabajando con la apitoxina. Terapia con abejas. Estamos llevando a cabo una de las terapias milenarias más potentes que, pienso, existen: la apiterapia en micro dosis. Los resultados están siendo muy positivos. En breve y como primicia quiero destacar que nos estamos embarcando en un proyecto donde trabajaremos el plano físico, mental y emocional. Adelanto algo: dentro de un enclave en un paraje natural y vórtice energético, los clientes podrán optar a los planes de detoxificación que estamos preparando, donde se engloba la alimentación sana y saludable, trabajo de crecimiento personal en conexión con la naturaleza, etc. Estamos realmente muy ilusionados con este proyecto ya que firmemente creemos en el retorno a una vida plena.

-¿Cómo ves el futuro del sector ecológico?

-Lo veo muy positivo; las nuevas generaciones venideras tienen todo bastante más claro de lo que lo teníamos nosotros. Pienso que no existe ese futuro que nos han inculcado, existe un eterno presente y en este presente todo va a estar en orden. Todo va a estar bien, si respetamos a la Madre Tierra; ella nos dará con creces todos sus frutos para nuestro sustento, lo orgánico se acabará imponiendo y llegará el día del eterno presente en el cual no haya diferenciación entre lo "Bio" y lo convencional, será todo ÓRGANICO. Por último concluir que la tierra no es una herencia de nuestros padres, es un préstamo de nuestros hijos, lo amarás tanto como lo quieras y lo querrás tanto como lo cuidas.

Pablo Bolaño

MÁS INFO

Equipo Ecovital Actividades Alicante

C/ San Juan Bosco, 7 bajo – Alicante

Tel. 965925993 ó 670 912 927

ecovitalorigen@gmail.com