

Si pens és perquè visc

# En aquest any nou 2014, Déu vulgui que millorin les coses

**H**avent passat tants d'anys caminant, arrossegant els peus, per culpa de tan gros pes damunt les nostres esquenes, afegint-n'hi més de cada dia, pressió que no ens deixa alenar, de tal manera que tots, quan ens trobam pel carrer, o quan escoltam la TV, no sabem fer res més que blasfemar contra aquells que tant de mal ocasionen als pobles i, de manera més greu, als pobres més miserables; en aquests moments, jo voldria que el meu primer article, en aquest any nou, 2014, fos una paraula positiva i coratjosa. Per això us dic amb ganes d'aixecar esperances: Si ve el dia en que l'home resol per sí mateix les seves pròpies necessitats vitals, d'acord amb la seva dignitat de persona, a instàncies de les seves pressures... Animals, racionals, científiques, comunitàries, familiars... I, fins i tot, culturals i recreatives, jo crec que just amb això no pot quedar-se tranquil i, molt manco, satisfet. L'home vol qualque cosa més que resoldre el problema de les seves necessitats corporals i sensorials. L'home mai no soluciona, amb un cop de puny damunt la taula, ni els grans problemes que li vénen de temps passats històrics, ni els de fa dos dies, ni les preguntes que la seva ignorància no li respon, ni les confusions sempre indefinides d'un futur, eternament, indefinit. L'home per avançar, per fer carrera com a persona dotada d'intel·ligència, nascuda en un món (per no dir "dins un misteriós univers") que dóna voltes de dia i de nit, ha de caminar amb dues passes per endavant i una per endarrere. L'home fa camí tenint davant la seva vista un punt de partida i, dins els seus pensaments, planejant-se un punt, sinó d'arribada, de descans. L'home, - com a persona - no és, de cap de les maneres, un animal irracional. L'home és conscient que arrossega molts de mals i l'acompanyen molts avantatges que li vénen de lluny, amb danys i guanys no gens clars, que no poden fer-li endevinar el seu futur, futur que, en certes condicions, té les arrels dins un passat que l'encaminen cap a un bon, o mal demà. Amb tot i això, l'home sap que, si no té una fe forta (creient que la fe mou muntanyes) i que el bé sempre venç el mal, sols camina cap a un abisme sense fons, i viurà amargament la bellesa de la vida. Jo, quan observo fredament el caràcter de les persones, quasi me pareix que aquells que "no pensen", tancats els seus ulls, vivint la seva vida, "carpe diem", no preocupant-se de ningú, foten-se del món i de la bolla, són més feliços que aquells que ho analitzen tot fil per randa, cercant per tot que suri la veritat i la justícia, important-los fer el bé per a tothom i esforçant-se per un món millor. L'home aspira arribar a una meta: resoldre el problema de la seva existència. i, de forma preferent, fer caure tots els cavalls de batalla del seu rodol i posar fronteres segures per resguardar-se de futurs enemics. La salut de la nostra intel·ligència, i el seny dels qui manipulen el nostre món, és un factor important a tenir en compte. Tant la direcció del nostre benestar, com el mal ús de la llibertat que se prenen els governats, ens importa de tal manera que les seves

conseqüències, bones o dolentes, ressonen dins els pobles en greus efectes de tornes i retornes. L'home és un misteri... A què deim "llibertat? Per què vivim insatisfets? És difícil d'entendre que tants s'apunten per "governar", com a professionals, essent molts d'ells ignorants en la ciència de dirigir el benestar i fomentar la cultura d'una nació, d'un poble; analfabets en el coneixement de la persona, i que sols pretenen fer-se rics... I, a més, quasi tots ells, no tots, amb riqueses suficients que no caben en un sol Banc i les han d'espargir per Bancs, amuradats dins "Paradisos Terrenals", (perdó, dins "paradisos fiscals"), amb la intenció de que ningú els hi pugui fer els comptes. Per què serà...? La infidelitat està de ple dins la nostra societat. L'equilibri de la riquesa i la pobresa, la igualtat entre l'alta alcúrnia i la casta baixa, no és una qualitat que és pugui defensar sense dir mentides. L'home, que no ha de tenir por a res i mirar gojós els miracles que la naturalesa li regala, avui, pateix, asfixiat, té por a tot, qualcú se suïcida desesperat, les cases de "Caritas" no tenen aliments a bastament per a tants que no poden menjar... Què ens passa? Gràcies a Déu, que, ara, en aquest mal temps, el poble ha agafat en les seves mans minvar la fam, replegar vestits i mantes, perquè tants no morin afamagats, enredats de fred; mentre ens donen l'esquena als qui (segons notícies de cada dia), ens roben el poc que tenim, els mateixos que el poble ha votat pensant que estarien al nostre costat en tot i per tot. En aquest any nou, no deixem que aquests "enganya móns" governin a la seva manera. El poble digui -dignament, honradament, correctament- la seva paraula i posi traves al seu mal ús, al seu mal cap, a les seves conveniències, al seu egoisme i, d'una manera severa, a la seva corrupció. La raó i la felicitat caminen pel mateix camí i s'han de donar la mà, ja que la felicitat no hi és sense la raó ben encaminada. No creiem que passí un cometa que ens enlairi i, per obra de màgia, ens alliberi del moment crític que travessam. Està en les nostres mans unir-nos els que caminam a peu i tallar d'arrel els embulls dels qui van en cotxe, amb la benzina que nosaltres els hi pagam, tancades llur finestres amb vidres, foscos per no ser vist i d'augment per ells veure'ns a nosaltres, i, de nosaltres riure-se'n. Ha arribat l'hora de que vegin "ells" que el poble està cansat d'empassar-se les seves mentides i els seus enganys. Ha arribat l'hora -la democràcia ho demana- que el poble mani amb cap clar i caràcter fort, perquè els que manen, si miram els fets, no en saben, posant-nos en perill i amb pla de guerra els uns contra els altres.

Feliç any nou!

Agustí Serra Soler



Parlem de cuina



## Comprar amb seny, objectiu de 2014

**E**l mes de gener és el mes dels propòsits, així que aquí no podíem esser menys i us en proposo un... Aquest passat desembre vam ser testimonis - i, potser, també protagonistes- de la generositat de les persones amb el Banc d'Aliments. Una iniciativa per a recollir aliments i redistribuir-los a la gent amb escassos recursos econòmics. Al final la recollida va ser un èxit i es va recollir un 40% més d'aliments dels que inicialment estaven previstos i que permetran que gairebé un milió i mig de persones rebin ajuda. Remarcant que més de 70.000 voluntaris participaren a la campanya. Aquestes accions són necessàries però no eximeixen d'un repte pendent per a tothom: reduir les quantitats d'aliments que es llencen al fems. Aquesta altra realitat, quantificada en gairebé 8 milions de tones a l'any, planteja qüestions ètiques, econòmiques, socials, nutricionals i ambientals. Per analitzar en profunditat les causes del malbaratament i així frenar la tendència i començar a disminuir les xifres, el Ministeri d'Alimentació ha posat en marxa una estratègia per a desenvolupar durant el 2014. Però, quina és la diferència entre perdre aliments i malbaratar-los? No és igual parlar de pèrdua que de rebuig, malbaratament o residu, si bé, a l'hora de quantificar, tots sumen. La pèrdua es produeix durant les etapes de producció, postcollita, elaboració i distribució, i és causada per un funcionament ineficient de les cadenes de subministrament. El rebuig, en canvi, està relacionat amb els mals hàbits de compra i consum, i per una mala gestió i manipulació d'aliments, és aquí on ens afecta a nosaltres directament. Part del rebuig es pot reduir i la societat té l'oportunitat de aconseguir-ho. El primer que ha de fer és prendre consciència que s'estan descartant aliments que són comestibles però que, a falta de donar-li ús, s'eliminen. Per això, cal tenir present que les deixalles poden ser:

- A) Evitables (s'eliminen sense causa)
- B) Potencialment evitables (tot i ser òptims, depèn de l'habilitat de qui el faci servir)
- C) Inevitables (no són comestibles, són deixalles en si mateixes).

La pèrdua d'aliments, és a dir, els aliments que no s'aprofiten durant la producció i el processament, és pròpia dels països de l'hemisferi sud, o de països amb poca distribució de riquesa. No obstant això, les deixalles per hàbits de consum inadequats es produeixen en els països occidentals i en països emergents amb cotes de riquesa alta.

Al nostre país, la solució està en el canvi d'hàbits dels consumidors i la restauració. La conclusió és així de contundent. Les dades apunten que a les cases, si adquirim bons hàbits a l'hora de planificar i fer la compra, s'aconsegueix una gestió adequada dels aliments i es podrien evitar quantitats importants de deixalles. Cal incidir que un hàbit que hem de potenciar i millorar és la lectura de les etiquetes d'allò que comprem, ja no sols per a comprovar la data de caducitat, sinó també per altres factors com poden ser de consum sostenible, evitar comprar productes fora de temporada o de països llunyans on existeix un extra d'energia invertida en la seva distribució. Els estudis, com l'últim que va realitzar la Confederació Espanyola de Cooperatives de Consumidors i Usuaris (HISPACOOP), indiquen que a Europa es malgasten uns 89 milions de tones d'aliments (7,7 milions a Espanya). Per aconseguir una disminució dràstica d'aquestes xifres és inevitable la nostra intervenció. **Recorda:** Compra sols el que realment hem de menester. Fes la compra sense tenir gana, amb una llista i amb una bossa o carret de mida adequada al que realment necessitis. Comprar excessives quantitats o amb dates molt properes de caducitat ens condueix a tirar aliments. Planifica la compra setmanal i no improvisis, així no sobrarà menjar. Controla l'etiquetatge i dates de caducitat. Fes un correcte ús dels sistemes de conservació. Atenció a l'hora de racionar el menjar, i no posis als plats més del que es pot menjar. (200-250 grams per ració és un bon pes). Compra productes de temporada, són més bons, potencien la producció local, redueixen la despesa energètica, es conserven millor i són més barats. No vagis amb el temps just a comprar, així triaràs els productes que millor s'adaptin a les teves necessitats des del punt de vista econòmic i ambiental. Evita comprar productes excessivament empaquetats, per exemple productes individuals. Sempre que puguis compra aliments a granel o al pes.

Bona setmana i ens veiem d'aquí a 7 dies parlant de cuina i gastronomia.

Juan A. Fernández

