

La «calidad alternativa» en nuestra alimentación

GERHARD SCHMIDT

Hoy, en los países de habla alemana, se habla de «alimentación alternativa» casi tan frecuentemente como de «calidad alimenticia». Sin embargo a menudo no se explica en qué consisten estos conceptos, pues se supone que el oyente o lector lo sabe. En este texto pretendo profundizar en tal problema y expongo los motivos por lo que me parece necesario hacerlo.

Empezaré por definir mejor el concepto de «alternativo».

Etimológicamente procede del latín, donde principalmente significaba «lo otro» (de dos), aunque también se emplease en el sentido de «diferente». Como sustantivo, «alternativa» expresa «variación», y el verbo «alternare» expresa, correspondientemente, la idea de «variar». En un sentido amplio, la idea de alimentación alternativa podría significar simplemente una variación respecto a la alimentación normal, e incluso se podría denominar así a una alimentación o forma de preparación variada, es decir unas veces con carne y otras con vegetales, unas veces con alimentos cocidos y otras con alimentos crudos. Pero normalmente se utiliza la idea de alimentación alternativa para designar una gran variedad de formas de alimentación¹ que se deben definir una por una. En un sentido más específico, las denominaciones alimentación alternativa o «alimentos elaborados de forma alternativa» se usan en contraposición a «alimentación convencional» o «alimentos elaborados de forma convencional». Es cierto que este es otro concepto que deja un amplio margen a la interpretación personal de cada cual, pero es indudable que se relaciona con el problema de la calidad de la alimentación.

Por ello aclararé en primer lugar el sentido que tiene la palabra calidad. La palabra «qualis» también ha evolucionado a partir del latín y significa algo así como «la forma en que está constituido». «Qualiter» quiere decir «de qué manera», y el sustantivo «qualitas» hace referencia a la «naturaleza» de una cosa. Del significado de la palabra se puede deducir que sus creadores quisieron definir un concepto contrapuesto al de la palabra «quantitas», que se utilizaba para designar tamaño, cantidad, número y suma, es decir el «quantum». Por tanto, la idea de cantidad se relaciona con algo definible físicamente, con algo medible y ponderable, y en este sentido, la ciencia actual habla de las medidas «cuantificables».

Hoy los alimentos se definen principalmente según criterios cuantitativos, de tamaño, número y peso, para lo cual se suele utilizar el método analítico. Éste se basa en una serie de principios metodológicos tales como los que ha postulado el denominado empirismo lógico, que entre otras cosas afirma que el punto de partida debe ser siempre algo sensible, perceptible mediante los sentidos, y que el análisis de los datos empíricos debe hacerse con un método inductivo², es decir que permita generalizar a partir de lo concreto. En todo este método se presupone que el principio de causa y efecto se va a aplicar siempre que sea posible hacerlo.

Hace más de 350 años, Descartes desarrolló en su «Discurso sobre el método» las bases del principio analítico-deductivo, pues formuló la ley de que «cada problema que quiero investigar debo descomponerlo en el mayor número posible y deseable de partes para que pueda encontrar una solución mejor».³ Con ello se inició el camino que llevaría de lo pequeño a lo diminuto, de la utilización de los sentidos humanos al microscopio óptico y al

microscopio electrónico. Este principio cartesiano, que aun hoy domina en todo el pensamiento científico y que se considera el criterio por excelencia de lo que es científico, es en realidad la expresión de un cambio de mentalidad que se ha producido paulatinamente desde las culturas antiguas hasta la modernidad. Lo que actualmente se suele definir como «conciencia mitológica» se basaba en una experiencia y en una concepción viva de algo esencial de la Naturaleza y del ser humano. Y como las cosas se contemplaban y analizaban espiritualmente, no hacía falta investigar por medio de los sentidos. Las cosas eran accesibles a la experiencia humana. Sólo cuando esta concepción empezó a perder importancia, se despertó la necesidad de utilizar los sentidos y el pensamiento para estudiar la Naturaleza y el ser humano. De ahí evolucionó la concepción científica del mundo que aun ahora sigue vigente. Fue inevitable que los objetos de estudio se limitaran cada vez más a los perceptibles mediante los sentidos, es decir que se estudiara sólo aquellas cosas que fueran visibles, audibles, etc. La concepción del mundo que resultó de ello se hizo cada vez más limitada, y para que se pudiera descubrir cada vez más cosas, se intentó ampliar el objeto de estudio, hasta que llegado al microscopio electrónico, dejó de ser visible sin la mediación de este aparato. Pues sólo de forma indirecta, mediante fotografías por ejemplo, se hace visible al ojo humano lo que se puede ver con este microscopio. Una evolución análoga se ha producido con los telescopios, que permiten estudiar el espacio. El resultado de todo ello ha sido el método de investigación analítica, que intentó llegar de nuevo a la unidad partiendo de las partículas, los átomos y las moléculas, cuya existencia se descubrió mediante esta forma de abstracción.

El primero en oponerse a estas pretensiones, al menos cuando se referían al mundo de lo vivo, es decir también a los alimentos y toda la alimentación, fue Goethe.

Su idea clasicista de que ellas nos permiten «tener las partes en la mano, pero de esta manera nos falta el lazo espiritual que las une» no tendrá ninguna repercusión hasta que los investigadores no se puedan hacer una idea de qué es concretamente el «lazo espiritual». Pero justamente la filosofía moderna, el estudio moderno del espíritu, tal como lo desarrolló Rudolf Steiner, nos ha permitido descubrir estos lazos con la misma exactitud y seguridad metodológicas que ofrecen las ciencias naturales. Desde entonces ya no se puede argumentar que la razón del ser humano no es capaz de aprehender este «conjunto» como experiencia científica concreta. Y la ciencia que persiste en este dogma anticuado, no podrá impedir que se la tache de superficial, a no ser que acepte el progreso de la razón o incluso lo niegue y se decida a combatirlo.

Debe reconocerse lo curioso de que esta misma forma de investigación dude cada vez más de sus propios métodos. Un biólogo molecular ha publicado hace poco una reveladora observación sobre el método cartesiano, el que desarrolló Descartes⁴: «Analizando científicamente la vida, seguimos el mismo método, es decir que al principio descomponemos las partes macroscópicas y anatómicas para después descomponer los tejidos bajo el microscopio. Posteriormente utilizamos el microscopio electrónico y diversos procedimientos químicos... Por tanto conocemos y comprendemos muchos procedimientos y muchas sustancias aisladas. ¿Pero también conocemos y entendemos el conjunto?...» El autor manifiesta que ello es posible en el mundo de lo inanimado, pero que «éste no es el caso de los sistemas vivos. Aquí el todo es siempre más que la suma de sus partes. Al descomponer, irremediabilmente se pierde algo: **la vida**». ¡Es decir justamente el objeto que se pretende estudiar!

Después de esta observación, que no es la única de su género ¿qué debemos

pensar de los resultados a que se llega siguiendo estos principios?

Qué pensar si sirven para descubrir que, por ejemplo, «hasta el momento no se ha podido descubrir diferencias claras respecto a las sustancias más importantes que los componen (en el caso de los alimentos elaborados de forma alternativa). Qué pensar si de ello se deduce que «hasta el momento no se puede concluir que los alimentos elaborados de forma alternativa sean, por lo general, superiores a los elaborados de forma convencional en cuanto a las características estudiadas (¡pero eso es la calidad!). Y qué pensar si ello debe servir para explicar que «los consumidores no están suficientemente informados sobre los descubrimientos de la ciencia». Es posible que estos consumidores tengan en cuenta otros criterios diferentes a las características del producto estudiados mediante los métodos científicos habituales.

¿No es al menos sumamente parcial e incluso -en el sentido de lo dicho antes- cuestionable que las cosas se puedan valorar de esta manera, calificándolas de «científicas», cuando las pruebas que se aducen al respecto se han obtenido con unos métodos que la propia ciencia tacha de poco científicos? El científico antes mencionado sigue escribiendo de la siguiente manera: «Descomponiendo sólo se puede estudiar materia muerta, pues la vida es una característica de todo el sistema, y el sistema se destruye si se descompone en sus partes.» No se puede expresar mejor lo que quiero decir. Pero ello no nos debería llevar a basarnos en estas afirmaciones, sino a tenerlas únicamente como pruebas que demuestran que al menos en este campo de la ciencia empiezan a extenderse ciertas ideas que la misma ciencia debería tener en cuenta. Nos podremos basar en la antes mencionada ampliación de la metodología, tal como la desarrollaron Goethe y Rudolf Steiner.⁵ Al menos cabría esperar que ésta se examinara tal como corresponde a los criterios científicos. Sin embargo, aun hoy ello no suele ocurrir así, pues tampoco basta aplicar «métodos de la filosofía natural» para valorar los alimentos alternativos y asociarlos simplemente por el léxico a unos valores de los que se dice que no se corresponden con los métodos científicos válidos.⁶ Por cierto que en este caso no se explica qué significa «filosofía natural». Pero llama la atención que en todas estas citas se habla repetidamente de las «características» de los alimentos, lo que constituye -según mis observaciones anteriores- un criterio de calidad, es decir que estos científicos se basan en una imposible cuantificación de la calidad.

Antes de seguir con el problema de la calidad de los alimentos, quiero volver sobre el tema de la «alternativa».

Había dejado claro que la palabra «alternativo» significa «lo otro» o también «diferente». En este sentido más general, se podría oponer una forma de alimentación vegetariana como «alternativa» frente a la alimentación carnívora. El crudivorismo también sería una alternativa frente a los alimentos cocidos, ya que es «diferente». Sin embargo no estoy del todo conforme cuando, por ejemplo, se incluye la teoría de la «alimentación de orientación antroposófica», junto a la alimentación diferenciada de Hay y la macrobiótica de Oshawa, entre de las formas de alimentación alternativas.' Es posible que ello sea cierto en el terreno exclusivamente formal, pero no lo es en sentido cualitativo, porque la alimentación de orientación antroposófica se basa, tal como indica su nombre, en la antroposofía. Esta forma de alimentación se ha desarrollado a partir de la concepción del mundo de la antroposofía y por tanto forma parte de ésta. Pero la antroposofía no es una alternativa a algo, «diferente», sino una ampliación de la concepción científica del mundo que tiende hacia aspectos espirituales. En

este sentido representa una unidad, al igual que el ser humano sólo es una unidad en cuanto cuerpo, alma y espíritu. También puede decirse de forma algo jocosa que la cabeza humana no es una alternativa frente al pie humano, pues sólo las dos cosas juntas dan un ser humano. El espíritu tampoco es una alternativa frente al cuerpo, pues aunque ambos sean diferentes, aparecen siempre como unidad.

La palabra «alternativa» lleva fácilmente a considerar que estas corrientes son sectas, cosa que, por definición, la antroposofía y consecuentemente una alimentación de orientación antroposófica, no puede ser nunca. Avanzaríamos mucho si estas ideas erróneas y equivocadas se pudieran corregir. Pero para ello hace falta una forma de pensamiento cualitativa, con lo que volvemos al tema de la calidad.

Tratar estas preguntas aquí sobrepasaría con mucho la extensión de un artículo. Por ello quiero remitirles a las publicaciones especializadas.

La concepción que Goethe tenía de la Naturaleza, su método para investigar el mundo orgánico, constituye la base imprescindible a partir de la cual se puede estudiar el problema de la calidad.' Nos permite comprender que lo cualitativo existe como una realidad en el mundo. Al mismo tiempo significa que la calidad se puede estudiar objetivamente, es decir que lo sensorial, por ejemplo, no se debe basar necesariamente en la suma de un número significativo de sensaciones subjetivas, sino que se puede llegar a unas conclusiones objetivas (suponiendo que estas investigaciones se realizan de la forma adecuada. Este tema se podría tratar en otra ocasión en esta revista). Sin embargo, para llegar a estas conclusiones, debe ampliarse tanto el concepto de percepción como la percepción misma, hasta el punto que el pensamiento humano pueda realizar este proceso.

Si quisiéramos aducir semejante lema de la investigación de la calidad, podríamos citar a Goethe como testigo: *«Sería deseable que, para que la fisiología pueda evolucionar más rápidamente, basándose en el todo, no se perdiera de vista nunca la interrelación de todas las partes del cuerpo. Pues sólo sabiendo que en el cuerpo orgánico todas las partes del cuerpo influyen sobre él y que cada parte influye en las demás, podemos esperar llenar progresivamente todos los vacíos de la fisiología.»*⁷

Un procedimiento similar serviría para superar el método causal y analítico que aún se considera válido para el mundo de lo vivo. En este sentido ya he propuesto hace mucho que el concepto de combinación del análisis de las sustancias de los alimentos, que se ha desarrollado de forma analítica, se amplíe mediante el concepto de «composición», pues así se cumpliría con la antes citada exigencia de Goethe. Además permite preguntar por el «compositor», lo cual significa ahondar en el problema de lo esencial en vez de en el estudio de la estructura molecular abstracta.

Pero en lugar de hacer eso, la ciencia, aun sabiéndolo -como hemos visto antes- sigue aferrada a los métodos inadecuados, por lo que aumenta cada vez más el número de cosas a las que no tenemos respuesta, como pasa actualmente en la biología molecular. En vez de tratar de entender lo esencial, se forman conceptos abstractos que no tienen contrapartida real, como el de «mecanismo» de la evolución, la idea de azar que se rige por las teorías darwinianas, o el concepto de «sistemas evolutivos autoorganizativos», todos ellos síntomas de una ceguera que sigue dominando en casi todo el campo de la investigación.

El desconcierto y la inseguridad que hoy se manifiestan a menudo en el campo de la investigación también se refleja en otras observaciones del autor antes mencionado, como cuando después de explicar las insuficiencias de la analítica causal, escribe la siguiente frase: «Obviamente, ello no quiere decir que no se deba aplicar en absoluto el método cartesiano. Este método debe aplicarse, pues

no existe ningún otro.» Si el autor hubiera sido objetivo, podría haber dicho como máximo que no tiene constancia de que exista otro método. Y cuando después sigue afirmando que «la vida no es un problema mecánico», se plantea en realidad la pregunta de qué es lo que se debe pensar científicamente de los tan cacareados y antes mencionados conceptos como «mecanismos de la evolución». Únicamente se le da otro nombre a la misma cosa cuando se defiende que la vida es básicamente un problema energético, utilizando para ello la definición de energía de la mecánica.

Actualmente se puede afirmar que la filosofía permite desarrollar la auténtica investigación en el sentido del método de Goethe y al mismo tiempo ahondar en ella, y descubrir además nuevos parámetros para determinar la calidad de lo vivo, por lo que, consecuentemente, también es posible estudiar la calidad de los alimentos. Para ello queremos aducir dos ejemplos que llamen la atención sobre los estudios existentes. Al mismo tiempo pueden servir para demostrar que un estudio de la calidad que se quiere hacer merecedor de este nombre debe cumplir determinados requisitos.

En este sentido tendrá que liberar al pensamiento de su petrificación abstracta, para iniciar el camino de un pensamiento vivo, tal como ya lo han descrito con toda claridad Goethe y Rudolf Steiner.

Es un camino de experimentación y aprendizaje para el que se debe cumplir los requisitos que he indicado en reiteradas ocasiones. En las obras citadas se describen y muestran de forma clara y comprensible.

Estudios sobre leche de vaca

El primer ejemplo de investigación mediante el «método de cristalización sensible» según E. Pfeiffer que quiero poner en estas páginas, hace referencia a la leche. Existe un estudio considerable de la Sociedad de Investigación Láctea de Kiel de 1951, en el que se llegó a la conclusión de que el mencionado método era de los más sensibles para detectar cambios en la calidad de la leche.' Al mismo tiempo, este método, que únicamente se sirve de la observación macroscópica, que parte de un todo (en este caso, la leche), es una forma concreta para descubrir qué calidad tiene un producto.

En el caso presente se hizo diversos experimentos en colaboración con el Instituto de Investigación Láctea de Lieberfeld-Bern, comparando con este método las pruebas que había enviado el Instituto en recipientes sellados.

De las publicaciones al respecto extraemos las siguientes observaciones: Las vacas se habían llevado alternativamente a pastos cercanos a una autopista y a otros que se encontraban a más de 100 kilómetros de distancia. La investigación analítica de la leche de vaca que se había ordeñado después arrojó el resultado de que la leche de las vacas que habían pastado al lado de la autopista contenía considerables residuos de plomo. Nuestras investigaciones muestran a la izquierda la imagen de la leche sin residuos de plomo y a la derecha la leche de la misma vaca con residuos de plomo. El observador notará claramente las diferencias en la fuerza formativa de los dos tipos de cristalización. Mientras que la leche sin residuos de plomo (Nº 29.912) presenta cristales ordenados, prolongados, típicamente ramificados y plumados, éstos se pierden en gran medida en la leche que contiene residuos de plomo (Nº 29.901). Se presentan formaciones

cristalinas en parte desproporcionadas, en forma de astillas, y se aprecia una reducción de las fuerzas formativas que se puede interpretar como síntoma de pérdida de calidad. Es importante que las transformaciones de la leche con plomo repercutan en toda la fuerza formativa, es decir que la adición de una sustancia no láctea tenga efectos negativos sobre toda la estructura de la leche. También se puede formular de otra manera: la composición global se ha transformado negativamente debido a los efectos de una sola sustancia extraña.»⁸

Estudios sobre cebada

Tomamos el segundo ejemplo de la alimentación con cereales. En este caso también se oponen dos imágenes, que pueden demostrar la diferencia de calidad que existe entre un alimento convencional y el mismo procedente del cultivo biodinámico (Demeter).

Otra vez es la imagen de la izquierda, obtenida de copos de cebada de grano fresco, la que presenta una cristalización rica, armónicamente estructurada y regular. En cambio la imagen de la derecha, que se corresponde con copos de cebada convencionales, manifiesta una clara pérdida de esta estructura, pues la cristalización es irregular, diferenciada y en algunas partes demasiado opaca, a la vez que algunas veces queda aislada en vez de formar un conjunto. Estas dos imágenes también permiten descubrir la calidad mediante el mencionado método de investigación, que se sirve únicamente de la observación y de los análisis macroscópicos. Las cuatro imágenes reproducen aproximadamente el tamaño natural de la cristalización (diámetro: 10 centímetros).

Para finalizar, volviendo a la pregunta planteada al principio de este artículo, podemos resumir que un estudio lógico muestra que la teoría antroposófica de la alimentación no es una alternativa frente a las ciencias convencionales, sino que se trata de un perfeccionamiento y ampliación de ellas necesario y objetivamente imprescindible. La metodología científica únicamente está justificada cuando no investiga lo vivo ni lo espiritual ni mental, y en estos casos necesita una ciencia que trabaje con métodos igualmente exactos. En realidad, la ciencia y la filosofía no se pueden llegar a confrontar nunca, es más, deben aprender a complementarse, lo cual es posible si se presupone que se obtendrá unos resultados libres de prejuicios. De esta manera también se podrá iniciar el camino aquí descrito para estudiar la calidad de lo vivo. Y esto es, sin lugar a dudas, algo sumamente necesario. Existen proyectos positivos que permiten ver claramente que la investigación de las ciencias naturales ya se está planteando este problema. Los ejemplos citados pueden ser útiles para estimular tal pensamiento cualitativo.

Notas:

¹ Volkers, G., U. Hess (1989) Razones para consumir alimentos elaborados de forma alternativa. Ernährungsumschau

² Kanitscheider, B. (1987) Teoría de la ciencia de las ciencias naturales

³ Descartes, R. (1637) Discurso del método

⁴ Kramer, F. (1988) Caos y orden

⁵ Steiner, R. (1924) Bases para una teoría del conocimiento de la concepción del mundo de Goethe

⁶ Leitzmann, C. (1989) Los carbohidratos en la alimentación alternativa. Ernährungsumschau

⁷ Schmidt, G. (1985) Respecto al problema de la calidad de los alimentos

⁸ **Fotos:** Cristalizaciones sensibles. No las reproducimos por no haber podido localizar la revista original