

Reflections by Comrade Fidel

FOOD AND WHOLESOME JOBS

The conditions have been created for the country to start the mass production of moringa oleifera and mulberry, which are inexhaustible sources of meat; milk and eggs; silk fibres that can be spun using traditional methods and also allow for the creation of jobs that can be performed in the shade and are appropriately remunerated, regardless of age or sex.

Fidel Castro Ruz

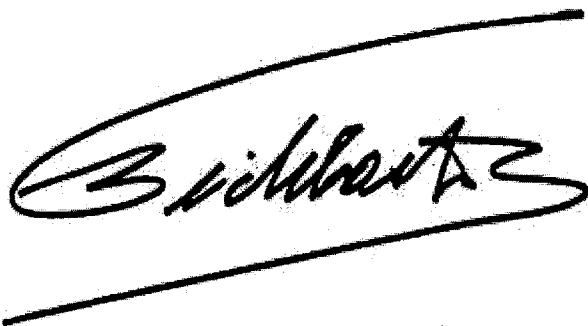
June 17, 2012

2:55 p.m.

Reflexiones del compañero Fidel

LA ALIMENTACIÓN Y EL EMPLEO SANO

Están las condiciones creadas para que el país comience a producir masivamente Moringa Oleífera y Morera, que son además fuentes inagotables de carne, huevo y leche, fibras de Seda que se hilan artesanalmente y son capaces de suministrar trabajo a la sombra y bien remunerado, con independencia de edad o sexo.

A large, stylized handwritten signature in black ink, enclosed within a thick, hand-drawn oval border. The signature is highly cursive and appears to read 'Fidel Castro Ruz'.

Fidel Castro Ruz

Junio 17 de 2012

2 y 55 p.m.

DIARIO Granma

Updated 2:00 A.M. (local time)

Havana, Friday June 22, 2012. Year 16 / Number 171

Moringa Oleífera: The Tree of Life?

In the most recent *Reflexiones* by Comrade Fidel we learned that everything is ready for the country to start mass producing Moringa Oleifera and Morera which are inexhaustible sources of meat, eggs and milk.

ARNALDO MIRABAL HERNÁNDEZ

A CubaNews translation. Edited by Walter Lippmann.

Omar Rodríguez Santamaría never imagined that his studies on Moringa Oleífera would become so interesting or that the farm where he was born would be visited by so many people from so many places.

He lives in the center of Varadero, but many people say he is a typical farmer: he demands respect for the women in his family –he has three daughters- and does not like people taking fruit from his trees without his permission.



He spends most of his time in his farm -named Placido after his father- in Cantel, a small town in Cardenas. A beautiful cherry tree in full blossom welcomes visitors to his property.

Next to his many mango trees, ornamental plants, pigs, and bulls there is a wide and ventilated country house where he receives visitors with a glass of freshly squeezed juice. There we talk about the new attraction, the project that has captivated so many people who ask him to talk about the subject time and again. Despite the many times he has explained it, he is passionate when discussing Moringa Oleifera.

Considered the tree of life or miracle tree, it has many properties, among these increasing the density of bones, fighting nervous breakdowns, reducing fatigue and heart diseases, and improving the erectile function.

“In Cuba it was known as *Tilo americano*. I had the possibility of visiting Venezuela and in a research institute there they asked me if I knew about the plant. I explained I didn’t. Back on the Island I started investigating. Here it is also known as *Paraíso Francés*, *Palo Blanco* or *Palo Jeringa*.”

“I studied its real potential and did bibliographic research. In Cuba, its flowers were used to control nervousness; that was all. I had also heard that when children became restless and mischievous they were bathed with Moringa water to calm them down.”

“I started to work on my own farm testing its properties. After a year I presented a paper in

Porcicultura Tropical 2010, later at a Conference in the Instituto de Ciencia Animal and also at a Congress of Tropical Cattle Raisers.”

“One day, Concepción Campa phoned me and told me the Commander-in-Chief was interested in my work. After that I had the opportunity to talk directly to him and share all my information.”

Is this plant really useful for animal feeding?

We can use it on the farm as part of the different systems. We must keep in mind that these must be multi-functional. When we talk about animal nutrition we must include energy and protein. In fact part of the protein is imported, and thus we must try to obtain it in our fields. From a sustainability perspective we need to obtain it from our own farms.”

“Sometimes we talk about feeding bulls, but this means a considerable investment. By using leaves as a component in the system we can minimize costs and integrate trees into cattle production.”

“I’m totally for the transformation of the system of animal feeding. We must strive to produce food in the country.”

“There is no other plant that could produce as many tons of fresh biomass as Moringa. It can produce between 400 and 600 tons per hectare.”

Don’t you think Moringa may have the same luck as Noni of which so much was said at the beginning and which is now forgotten?

“Noni was a kind of madness then. Everybody planted it, but nobody had really tested its effectiveness. First of all, the juice of its seed has a very bad taste. It is true that it contains many anti-oxidants, but there was no systematic follow-up.”

“The difference I see with Moringa is that this has been studied in many parts of the world. There are impressive results in humans, and every little thing I have discovered has been through practice.”

“The tests I have carried out on my animals show that Moringa is a viable alternative, in keeping with climate change, very resistant to drought, typical of countries with very difficult climate conditions.”

“Our visitors are amazed at the properties of Moringa Oleifera, a plant rich in protein, minerals, vitamins and carbohydrates; very complete. So far it is the most nutritious vegetable known with more than 90 compounds, including 46 anti oxidant and 36 anti-inflammatory.”

“It contains all the macro minerals: calcium, magnesium, potassium, phosphorus and sulfur. The seed has great amounts of iron, vitamin B1, essential oils Omega 3, 6 and 9. It controls high blood pressure, heals ulcers, relax the nervous system and favors concentration and sleep.”

“Many tests were made on the seed and its capacity to purify water. In different countries there have been concrete results.”

Omar has a certain resemblance to writer Ernest Hemingway. As the author he likes to write and talk about what he knows. He is open and shares his experiences with every person that visits his farm disregarding rank.

(Taken from Matanzas’ *Giron* newspaper)

La Habana, viernes 22 de junio de 2012. Año 16 / Número 171

Moringa Oleífera: ¿el árbol de la vida?

En las más recientes Reflexiones del compañero Fidel se dio a conocer que ya están las condiciones creadas para que el país comience a producir masivamente Moringa Oleífera y Morera, que son, además, fuentes inagotables de carne, huevo y leche

ARNALDO MIRABAL HERNÁNDEZ

Omar Rodríguez Santamaría nunca imaginó que sus estudios sobre la Moringa Oleífera provocarían tanto interés, ni que la finca donde nació fuera tan visitada por personas de todas las latitudes.

Aunque vive en el corazón de Varadero, muchos aseguran que Omar es un típico guajiro: exige respeto para con las mujeres de su familia —tiene tres hijas— y le disgusta que tomen frutos de su arboleda sin solicitarle permiso.

Pasa el mayor tiempo en su finca Plácido, como el nombre de su padre, en el poblado cardenense de Cantel. Al llegar a su posesión da la bienvenida un hermoso cerezo colmado de frutos.

Pero a la arboleda de mangos, las numerosas plantas ornamentales, los cerdos, la ceba de toros, el amplio y fresco ranchón y el refrescante jugo natural que ofrece a quien le visita, se suma una nueva atracción: el novedoso proyecto que ha cautivado a muchos y le tiene sin voz de tanto referirse al tema, aunque en el fondo le apasiona hablar de la Moringa Oleífera.

Catalogada como el árbol de la vida o el árbol milagro, entre las tantas propiedades que posee aumenta la densidad ósea, combate los estados nerviosos, reduce las fatigas, las enfermedades del corazón y mejora la disfunción eréctil.

"En Cuba yo la conocía como tilo americano. Tuve la posibilidad de visitar Venezuela y en un instituto de investigaciones agrícolas me preguntaron si estaba al corriente de esta planta. Les expliqué que no. De regreso a la Isla empecé a investigar, aquí se le nombra también como Paraíso Francés, Palo Blanco o Palo Jeringa.

"Observé las potencialidades reales y busqué bibliografía. En Cuba estaba limitada solamente al uso de las flores para los nervios, y a mí había llegado que a los niños cuando eran muy majaderos les bañaban en agua de Moringa y se tranquilizaban.

"Inicié el trabajo en mi propia finca para comprobar sus propiedades. Al cabo de un año presenté un trabajo en Porcicultura Tropical 2010, más tarde en un evento del Instituto de Ciencia Animal y en un Congreso de Ganadería Tropical. En ambos eventos las personas se interesaron mucho en el cultivo.

"Un día Concepción Campa me llama por teléfono y me informa que el Comandante en Jefe estaba interesado en mi trabajo. A partir de ahí tuve la oportunidad de conversar directamente con él, y compartir toda la información.

¿Esta planta es muy útil para la alimentación animal?

"La podemos usar en la finca como parte de la diversidad de sistemas, debemos tener en cuenta que estos deben ser multifuncionales, cuando hablamos de alimentación de los animales tenemos que referirnos a energía y proteína. Realmente parte de la proteína se importa. Por ello, debemos lograrla en nuestros campos. Desde el punto de vista sostenible la podemos obtener en nuestras fincas.

"En ocasiones hablamos de ceba de toros, pero ¿cuánto hay que invertir? A través de los sistemas silvo pastoriles, se minimizan los costos, incorporando árboles a la producción ganadera.

"Nos manifestamos a favor de transformar la alimentación animal, debe ser una constante producirla en el país.



"No hay planta en Cuba que pueda producir la cantidad de toneladas de biomasa fresca comparable a la Moringa. Puede alcanzar entre 400 y 600 toneladas por hectáreas".

¿No cree que la suerte de la Moringa sea la del Noni, que se habló mucho al principio y hoy yace en el olvido?

"En aquel momento el Noni fue una locura, todo el mundo se volcó a su siembra, pero nadie había comprobado la efectividad. En primer lugar, el jugo de su semilla es muy malo de tomar, es cierto que tiene muchos antioxidantes, lo que pasa es que no hubo sistematicidad.

"La diferencia que yo veo con la moringa es que se ha trabajado en varias partes del mundo. Hay resultados impresionantes en los humanos y cada cosita que he notado lo he descubierto en la práctica.

"Las pruebas realizadas en mis animales me demuestran que la Moringa es una alternativa viable, a tono con el cambio climático, muy resistente a la sequía, típico de países con condiciones climáticas muy difíciles.

"Quienes nos visitan se quedan asombrados ante las propiedades de la Moringa Oleífera, planta muy rica en proteínas, minerales, vitaminas y carbohidratos, muy integral. Hasta la fecha es el vegetal más nutritivo con más de 90 compuestos, incluyendo 46 antioxidantes y 36 antiinflamatorios.

"Contiene todos los macrominerales: calcio, magnesio, potasio, fósforo y azufre. La semilla presenta grandes cantidades de hierro, vitamina B1, los aceites esenciales Omega 3, 6 y 9. Controla la presión arterial alta, sana las úlceras, relaja el sistema nervioso, y favorece la concentración y el sueño.

"Se elaboraron muchas pruebas con la semilla y su capacidad para purificar el agua. En diversos países se ha trabajado con resultados concretos".

Omar se da cierto parecido al escritor Ernest Hemingway y como a este, le gusta escribir y hablar de lo que conoce. Es campechano y sus experiencias las comparte con todas las personas que se llegan a su finca, sin importarles el rango.

(Tomado del periódico Girón, de Matanzas)

<http://www.granma.cubaweb.cu/2012/06/22/nacional/artic07.html>