



‘Het wordt tijd dat we mensen hebben die alles kunnen verbinden’



# In gesprek met Walter Faché

BIOCHEMIE  
ALS BASIS VOOR  
HET LEVEN

OrthoFyto gaat aan het begin van dit nieuwe jaar de 21e jaargang in. Het blad is opgericht en samengesteld door Walter Faché van het Faché Instituut voor Orthomoleculaire Wetenschap (FIOW) in België. Met ingang van 2016 is OrthoFyto overgenomen door Uitgeverij Arcturus in Nederland. Wij zochten voor ons eerste nummer Walter Faché op, het boegbeeld van het blad, om van hem te horen hoe hij op het spoor van de orthomoleculaire geneeskunde kwam en wat zijn lessen zijn geweest in de afgelopen 25 jaar.

**Zijn leeftijd vraagt** om het wat rustiger aan te doen, maar als ik Walter Faché ontmoet, zie ik al snel dat hij nog niks aan enthousiasme voor zijn vak heeft ingeboet. Gedreven vertelt hij over zijn achtergrond, hoe de orthomoleculaire geneeskunde op zijn weg kwam en wat hij al die jaren allemaal gedaan en ontwikkeld heeft. Zo schreef hij 90 boekdelen voor zijn vijfjarige opleiding en 121 monografieën van ziektebeelden, van gemiddeld 100 bladzijden. Ook werkte hij jarenlang aan de ontwikkeling van een nieuwe voedingsdriehoek voor België. Die voedingsdriehoek is voor hem de basis van de hele orthomoleculaire geneeskunde.

**Walter Faché is biochemicus en toxicoloog.** Hij doceerde 24 jaar lang biochemie aan studenten aan de universiteit van Gent. Op een congres in de jaren zestig hoorde hij voor het eerst een bioloog over Linus Pauling spreken. Hij verdiepte zich in de literatuur van Linus Pauling en kwam zo ook weer andere mensen tegen die zich bezighielden met de orthomoleculaire wetenschap, zoals de psychiater Hoffer. In 1989 richtte hij samen met dr. Fermon en apotheker Goossens het FIOF op. Na 25 jaar gaf Walter het instituut in 2015 door aan zijn collega, biochemicus Angelique de Beule.

**Walter:** 'In de jaren zestig begon ik boeken van Linus Pauling te lezen. In diezelfde tijd overleed mijn moeder op 57-jarige leeftijd aan alveeskliekkanker. Dat heeft mij heel mijn verdere leven beziggehouden. Vandaar dat de alveeskliekkanker voor mij altijd zeer belangrijk is geweest en blijft. Ik heb chemie gestudeerd, een prachtig vak, maar ook de ondergang van de maatschappij. Want de chemie is zodanig binnengedrongen in onze voeding, dat die niets meer met voeding te maken heeft. Al die kunstmatige, toxische, carcinogene stoffen. Tel daarbij het milieu op plus het feit dat mensen een enorm stressvol leven hebben. Deze drie parameters zorgen voor de vele ziektebeelden van deze

tijd. Als je die drie parameters niet verandert, dan is het dweilen met de kraan open.

**Gezondheid** wordt voor meer dan 90% bepaald door epigenetische factoren. Dat is een gegeven waar wij al sinds de jaren negentig mee werken. Maar het heeft tijd nodig voordat iets nieuws op grote schaal geaccepteerd wordt. Orthomoleculaire geneeskunde bestaat sinds Linus Pauling (1967) en is nog steeds niet volledig ingeburgerd, omdat er te veel weerstand is. Er is een uitspraak die zegt: iets nieuws kan pas van de grond komen en zich vestigen en uitbreiden, als alle mensen die zich daar vanuit klassiek oogpunt mee bezighielden, gestorven zijn. Dan komt er een nieuwe generatie die ermee verder gaat. Maar ook zij worden oud, raken gefixeerd en ook hun denkbeelden raken versleten. Zo gaat de ontwikkeling en zo wordt ons bewustzijn langzaam aan groter en groter. En dat is ook nodig, zeker als tegenwicht tegen de problematiek waar de huidige maatschappij tegenaan loopt.

**Alles is met elkaar verbonden.** Als we ons niet kunnen verbinden met wat er om ons heen is, dan is het niet goed. Je moet je ermee verbinden, ook met problemen of moeilijke zaken. Dat is de enige manier waarop je problemen op kunt lossen. Het gaat om bewustwording, zodat je de goede maatregelen kunt nemen. En dat geldt zowel voor de orthomoleculaire geneeskunde als voor de economie, het is allemaal hetzelfde. Het wordt tijd dat we mensen hebben die alles kunnen verbinden. En ik zie daarin de biochemie als de basis van het leven. Fysiologie is het gevolg ervan. De anatomie, die is er, dat is vaststaand. Men vindt af en toe misschien een nieuw spiertje, maar daar blijft het bij. Juist de combinatie van de verschillende organen, de invloeden op elkaar, de hormonale, de enzymatische en de functionele invloeden, dát is belangrijk. Orthomoleculaire geneeskunde is een bewustzijnswetenschap.'

&gt;

## ‘Het gaat om bewustwording...’

**Met OrthoFyto** wilden Walter Faché en zijn collega's bekendheid geven aan de orthomoleculaire geneeskunde in de ruimste zin van het woord. ‘Orthos betekent juist, dus de juiste, lichaamseigen moleculen in het lichaam brengen. Medicijnen zijn niet lichaamseigen. Dat betekent niet dat wij bepaalde medicijnen niet willen erkennen. Dat ze een bewezen werking hebben en nuttig kunnen zijn, is duidelijk. Maar ik denk dat de meeste medicijnen daar niet aan voldoen, met al hun bijverschijnselen. Met andere woorden: breng de stoffen in het lichaam, die het lichaam in een positieve zin kan gebruiken. En ook omgekeerd: bedenk dat alle schadelijke stoffen of metaboliëten die het lichaam maakt ook geëlimineerd moeten worden. Dit laatste wordt vaak vergeten, ook in de orthomoleculaire sector. Dus detoxificatie is één van de belangrijkste zaken van de orthomoleculaire geneeskunde of zou dat moeten zijn. Velen zien dat als een apart onderdeel, maar het is juist deel van het geheel.’

**Verbreden van die kennis** was de missie van OrthoFyto en Walter Faché is tevreden over hetgeen ze bereikt hebben in al die jaren. ‘Een oplage van 3000 voor een vaktijdschrift voelt wellicht als weinig. Echter de abonnees moet je altijd met drie vermenigvuldigen, dat is de standaard van de journalistenbond. Want het is niet één persoon die het leest, het zijn er minstens drie. De gezinsleden, vrienden, kennissen, enzovoort. Dus met 3000 bladen kun je 9000 mensen bereiken. Dat is niet weinig, want dat zijn mensen die geïnteresseerd zijn, die bezig zijn met de materie. Er zijn niet zoveel mensen bezig met orthomoleculaire geneeskunde.’

**Dus de niche** is niet zo groot, maar we kunnen hem groter maken door ons meer met voeding bezig te houden. Ik wilde dat in het tijdschrift in de eerste plaats informatie over voeding kwam te staan, over orthomoleculaire voeding. En dan als tweede de suppletie uiteraard. Als er tekorten zijn door vaststelling met volbloedanalyses, dan is suppletie nodig. Die suppletie vergt overigens wel kennis. Denk aan de suppletie-onderzoeken, de verbindingen van de suppleties en de relaties tussen de verschillende suppleties. Bijvoorbeeld als je salvestrolen neemt, mag je er geen resveratrol bij nemen en geen amandelolie of andere amandelproducten. Dus de kennis van suppletie is heel belangrijk. Vandaar ook dat wij een vijfjarige opleiding hebben.

**Orthomoleculair omvat ook de voedselbereiding**, de teelt, de kleur, enzovoort. De ‘fyto’ zit daar eigenlijk automatisch in. Waarom het blad OrthoFyto is gaan heten, heeft te maken met het feit dat Linus Pauling aan het fyto-element minder aandacht besteedde. Het zat er in zijn gedachten misschien wel in, maar hij heeft er nooit veel over gezegd. Door de evolutie is het toen gescheiden, orthomoleculaire stoffen en fytotherapie. Ik heb ze weer bij elkaar gebracht, in één woord: OrthoFyto. Om te benadrukken dat fyto er zeker bij hoort en fantastisch kan werken.

**Voor mij is de definitie** van orthomoleculair alles wat het lichaam kan verwerken zonder toxiciteit. Daar horen voor mij ook behandelingen bij als massages, yoga en alle gelijksoortige, natuurlijke behandelingen. Want zo'n behandeling werkt epigenetisch, de invloed van omgevingsfactoren. Als is aangetoond dat een behandeling een meerwaarde kan hebben, dan zit dat ook in het orthomoleculaire pakket bij mij. Ik zie het wat dat betreft ruimer dan Linus Pauling. De inzichten van Linus Pauling zijn van fantastische waarde, maar we zijn toch 40-50 jaar verder nu.’

**25 jaar in het vak** brengt natuurlijk nieuwe inzichten, positieve ervaringen en desillusies met zich mee. Walter noemt er een paar. ‘In tegenstelling tot klassieke medicijnen kunnen orthomoleculaire producten niet geregistreerd of gepatenteerd worden. Dat verschil interpreteert men in het nadeel van de orthomoleculaire geneeskunde. Het is niet gepatenteerd, niet bewezen, dus het werkt niet. Dat is eigenlijk het belangrijkste inzicht waar ik al die jaren mee te maken had. Daarin moest ik steeds weer weerstand overwinnen, steeds weer vechten tegen dat euvel. Want hoe kun je een voedingsstof of voedingsmiddel patenten als het in de natuur voorkomt en niet gemaakt is door de mens? Men kan het registreren, dat wel, maar patenten is niet mogelijk. Je kunt alleen iets patenten als er iets veranderd wordt, er bijvoorbeeld een stof uitgehaald wordt. Echter dan ontstaan er ook bijverschijnselen zoals medicijnen die hebben.’



### Voedingsdriehoek® eFIOW

Walter O.M. Foché

De vijftien voedingsgroepen zijn geïntegreerd in: de opleidingen, monografieën, gezondheidsboekjes, website en kookworkshops

één portie is een halve cup (ong. 125ml)

Alles ongeraffineerd (minimaal bewerkt), organisch, biologisch, seizoensgebonden en vers met respect voor de natuur

Orthomoleculaire groenten- en fruitdriehoek, recepten, voedingstips: [www.efiow.be](http://www.efiow.be)

### De drankendriehoek Faché

Zuiver water: omgekeerde osmose, Spa Reine, Mont Roucoux,...

### De groenten-fruit driehoek Faché

één stuk fruit is gelijk aan één portie  
één half kopje gevuld met fruit (aardbeien, bessen, ...) of met groenten (gekookt of rauw) is gelijk aan één portie.

Totaal 10 à 15 porties groenten en fruit

2 à 3 porties kruiden, gedroogde groenten, fruit, algen

Deze driehoek stelt de dagelijkse optimale behoefte voor van groenten, peulvruchten, fruit, gedroogde tonen, verse kruiden, gedroogd fruit, wieren of algen.

### De voedingssuppletie driehoek Faché

Multi-vitamin-mineraal complex, gebufferd vit C complex, omega-3-vetzuren complex

### NIEUWE VOEDINGSDRIEHOEK® FACHÉ

DEZE DRIEHOEK MAAKT DEEL UIT VAN DE GEZONDHEIDSPIRAMIDE VIOUW

De vijftien voedingsgroepen worden in twee afzonderlijke VIOUW-MONOGRAFIEËN grondig besproken

ÉÉN PORTIE IS EEN HALF KOPJE

ALLES ONGERAFINEERD, ORGANISCH, BIOLOGISCH, VERS EN MINIMAAL BEWERKT

Firma's met kwaliteitsvolle producten, goedgekeurd en gelabeld door het eFIOW - 2015

Aan de positieve kant ben ik me in al die jaren enorm bewust geworden, 100%, 1000%, dat de orthomoleculaire geneeskunde werkt. Maar dan moet het wel toegepast worden door iemand die het grondig bestudeerd heeft en die de verbanden weet. Ook de tijd speelt daar een rol in, want wij willen onmiddellijk ergens van af zijn. De basis is de eet- en leefwijze. Als je daar je voeten aan veegt, dan kun je net zoveel van een stofje nemen als je wilt en dat zal misschien iets doen, maar toch niet 100% werkzaam zijn.

Belangrijke inzichten van de afgelopen jaren zijn daarnaast de grote rol die epigenetische factoren spelen en de holistische samenhang van de orthomoleculaire geneeskunde. Holistisch is een woord dat te pas en te onpas wordt gebruikt. De biochemicus Ken Wilber duidt aan dat holisme met hogere en lagere holons te maken heeft. Een atoom is een holon, een molecuul is het volgende holon, een voedingsstof die uit die moleculen bestaat is het volgende holon, een orgaan, de mens en heel de mensheid samen, de wereld, enzovoort. Dat zijn allemaal holons en zo kun je in alles holons ontdekken, die allemaal van belang zijn. Bij een behandeling moet je in mijn visie altijd op het fysieke, materiële niveau beginnen. Van daaruit ga je naar een hoger niveau, het energetische. Als je een ijzertekort hebt, dan kun je dat niet oplossen met spiritualiteit. Dus het materiële is de basis en van daaruit klim je op. Als je van het spirituele ook weer de stappen terug doet naar het materiële, dan heb je een gesloten cyclus, dat noem ik genezing. Dat is orthomoleculaire, spirituele, energetische geneeskunde; de ware holistische aanpak.



‘... om te benadrukken dat fyto er zeker bij hoort’

Meer informatie: [www.efiow.be](http://www.efiow.be)