

Gezondheid: Van Leek naar Ervaringsdeskundige

Weston A Price deed in de late twintiger jaren onderzoek naar de leefgewoontes van geïsoleerde bevolkingsgroepen over de gehele wereld. Een goede gezondheid tot op hoge leeftijd was daar altijd de norm. Hoe komt het dat wij nu, negentig jaar later, meer dokters hebben en steeds zieker worden?

Mijn zoektocht naar gezondheid begon net als bij vrijwel iedereen toen ik niet meer gezond was. Carpal Tunnel Syndroom was de naam van mijn eerste gebrek. Mijn zoektocht naar gezondheid startte bij de dokter, maar door een enkele opmerking van een arts besloot ik eerst eens mijn licht eens op te gaan steken in het 'alternatieve' circuit, aangemoedigd door positieve mond tot mond reclame. Deze voortdurende zoektocht brengt mij nu meer als 1.000 bezoekers per dag op mijn website, een wekelijks gezondheid programma op de radio en een persoonlijke gezondheid die mij alle vertrouwen geeft voor de toekomst!

Tijdens die zoektocht ontdekte ik dat het gezegde; "gebreken komen met de jaren", uitsluitend van toepassing is op de groep die niet bewust leeft of een gebrek aan kennis heeft over gezondheid. Ik ontdekte ook dat vele ziektes en gebreken voor een groot deel of helemaal omkeerbaar zijn omdat elke lichaamcel in drie jaar vernieuwd is. Uit de China Study bleek ook dat erfelijkheid in 97% van de gevallen niet meer is als het overnemen van de verkeerde leefgewoontes. Het overbelichte gebrek aan beweging is niet de hoofdreden van een gebrekkige gezondheid maar onze moderne onnatuurlijke geproduceerde voeding die maar al te vaak niet verder komt dan de ere titel; "plastic maagvulling".



Neem nooit advies aan van iemand die er zelf niet super gezond uit ziet!

Alle dieet goeroes, de vele kookboeken en lifestyle magazines ten spijt zijn er nog nooit zoveel mensen geweest die totaal geen weet hebben van wat er nu nog gezonde voeding is. Vele mensen die er ten volle van overtuigd zijn dat ze een goede gezondheid genieten hollen in feite al hun eerste ziekte achterna. Wat wij leren in de media over onze voeding is slechts bedoeld om er voor te zorgen dat wij niet met een grote boog om 90% van de producten in de supermarkt heen lopen.

Gezond leven is echter zo simpel als 1-2-3!

Wist u dat het belangrijkste voedingssupplement slechts 1 cent per dag kost? Wist u dat er zoveel soorten fruit en groenten op de wereld groeien dat u tekort leeft om ze allemaal te ontdekken? Wist u dat er mensen leven die gemiddeld 110 jaar oud worden in goede gezondheid? Wist u dat je eenvoudig de gezondheid preventief kan laten testen? Wist u dat het gebrek aan kennis over gezondheid de grootste winst machine is ter wereld voor de voeding, chemische en farmaceutische industrie is? Wist u dat iemand die deze kennis bezit alleen al vanwege de bedreiging van die geld machine tot kwakzalver verklaard kan worden. Wist u dat ik u deelgenoot kan maken in slechts één uur van mijn vijftienjarige reis van Leek naar Ervaringsdeskundige?

- Henk Mutsaers