

De enige doeltreffende manier om gezond te worden is elke gekende oorzaak van ziekte - elk risico - te elimineren. Een opmerkelijke oude filosoof verklaart: "De mens sterft niet, hij doodt zichzelf." Een andere meer recente waarnemer voegt daaraan toe: "Er zijn twee redenen waardoor de mens deze prestatie volbrengt: "hij hongert zichzelf uit (verkeerde voeding) of hij vergiftigt zichzelf door het eten van bereid en geraffineerd voedsel". Denk hierover na !

Neem verantwoordelijkheid voor je gezondheid

Het is in de meeste gevallen overbodig om te lijden. Het moet niet gebeuren. Er zijn mensen die een betere levenswijze **willen** en alles **doen** om hun gezondheid te verbeteren, en elke prijs willen betalen om hun levensduur te verlengen, en te genieten van een levenskwaliteit die ze daarvoor nooit gekend hebben. Ongelukkig voor sommigen onder hen zoeken ze het op de verkeerde plaats, terwijl anderen niet de minste noties hebben van wat tot gezondheid leidt. Ze hebben nog niet één parallel getrokken tussen voeding, levensstijl en lichaamsconditie... Sommigen zijn in het ergste stadium van gezondheids- en voedingsanalfabetisme. En anderen zijn te erg verkleefd aan hun voeding en gewoonten. Deze mensen zouden liever sterven dan iets veranderen aan de manier waarop ze leven. Dus is lijden, pijn, en mogelijk een vroegtijdige dood meestal hun lot in het leven.

"Gezondheid is een schat."

Van alle tijdelijke bezittingen is het de meest kostbare.

Welvaart, studeren en eer zijn achterna gejaagd

ten koste van kracht en gezondheid.

Geen enkele hiervan kan geluk verzekeren, als gezondheid ontbreekt.

Counsels on Diet and Foods - p. 20

Zijn wij de "gezondste mensen ter wereld"?
Wie heeft er meer, dan om het even welke natie, meer dokters dan ons? **Wij.**

Wie heeft er meer, dan om het even welke natie, meer ziekenhuizen dan wij? **Wij.**

Wie heeft er meer, dan om het even welke natie, meer herstellingsoorden en klinieken dan wij?

Wie geeft er meer, dan om het even welke natie, meer geld uit aan het zoeken naar gezondheid?

Wij.

Welke natie steekt steeds meer energie in het onderzoeken van degeneratieve ziekten? **Wij.**

Kan iemand zeggen dat we de "besten zijn, met het meeste" in het zoeken naar gezondheid?

In zo een machtige omgeving, met zo een welvarendheid en instellingen, zou het antwoord, wanneer we de volgende vraag stellen, onmiddellijk moeten volgen. "Welke natie is de gezondste ter wereld?" Wij ? Neen, dat is niet zo !

meer info ?

Lees de infobrochures :

- *God Geneest nog steeds, ook U ?*
- *Waarom Christenen Ziek Worden*
- ER IS IETS BETER
- tijdschrift *Goed Nieuws*-brief

De Levensark

Christelijke Vereniging voor Natuurlijke Hygiëne
Hurdumont 9 - 7880 Vloesberg

bezoek de website :
[www. goednieuws.org](http://www.goednieuws.org)

info C9

infolder

GEZONDHEID is een SCHAT



"Kan jij oprecht bevestigen:

"Ik heb een fantastische gezondheid!?" of
Ben je de kostbaarste schat op aarde - je gezondheid - verloren? Een goede gezondheid (de afwezigheid van ziekte en een gevoel van welbehagen), is het zeldzaamste juweel. Het is het meest misbruikte maar nochtans meest gewenste ding op aarde. Zonder gezondheid kan je van niets anders ten volle genieten.."

De Levensark

Christelijke Vereniging voor Natuurlijke Hygiëne

Een goede gezondheid krijg je niet toevallig!

Bij een bevolking van 285 miljoen mensen, verklaart de publieke gezondheidsdienst van de Verenigde Staten, maar 1 1/2 % gezond! Dit is een tragedie! We leven in een tijdperk waarin mensen die kunnen beweren "ik heb een goede gezondheid!" maar een klein percentage van de bevolking vormen. Hoevelen onder ons, die leven in een wereld, vol van chronische ziekten, kunnen zeggen, "ik heb een fantastische gezondheid!"

Een goede gezondheid is niet het resultaat van toeval. Wist je dat de meeste voedingsmiddelen in de gemiddelde westerse voedingswijze een goede gezondheid verhinderen? En dat voedsel zoals geraffineerde suiker en geraffineerde granen het delicate menselijke systeem verstoppen? Wist je dat melk niet zo volwaardig is als men ons ooit liet geloven? Er werden veel ziekten toegeschreven aan melk- en zuivelconsumptie. Niet alleen werden rondsproteïnen met allergieën in verband gebracht, maar ze worden aangeduid als de oorzaak van ernstige ziekten zoals kanker, hartziekten en osteoporose.

Wist je dat het eten van vlees, vooral op frequente basis, voor een groot percentage, één van de belangrijkste oorzaken is van degeneratieve ziekten, onder de bevolking?

Gezondheid en ziekte zijn beiden afhankelijk van de manier waarop we eten en leven. Kijk maar eens om je heen! Hoeveel mensen zie je die moe zijn, die weinig of geen energie hebben, die vroegtijdig verouderen, aan overgewicht lijden, ongemakken en pijn hebben, allergieën, astma en verkoudheden? Ziekte is geen toeval en gezondheid evenmin.

De acht dokters van de natuur

De acht wetten van gezondheid zijn de acht dokters van de Schepper, die heeft voorzien in de eenvoudige dingen van de natuur, veel versterkende en genezende middelen.

De acht dokters van de natuur, of de acht wetten van de gezondheid, zijn middelen die voor elk van ons beschikbaar zijn. Met deze acht hulpmiddelen is ongeveer iedere ziekte te genezen !

Zuivere lucht

Eerlijke en Ongeschonden Voeding

Geloof - Zekerheid - Vertrouwen

Eenvoudige Dagelijkse Lichaamsbeweging

Natuurlijk licht en zonschijn

In alles matigheid

Natuurlijke reiniging door Zuiver Water

Goede (nacht)rust

Wanneer we deze acht gezondheidsprincipes in de praktijk brengen, brengen we Gods plan voor onze gezondheid in werking. Ieder ander plan is niet van God, en niet in harmonie met Zijn levenswetten.

Het is niet natuurlijk om ziek te zijn!

Waarom zijn er zo veel zieke mensen? Hebt u zich deze vraag al eens gesteld. De eerste tien jaar toen ik de gezondheidsmogelijkheden exploreerde, stelde ik mezelf aanhoudend deze vraag : waarom ben ik zo ziek, waarom zijn zoveel anderen ziek... is dit Gods wil ? Vandaag stel ik me deze vraag niet meer. Ik kan alleen maar stil zijn en in bewondering toekijken "hoe wonderlijk ik ben gemaakt", en ik kan het met de Psalmddichter uitzingen : "Ik loof U, Here..." Vandaag ben ik niet langer in onzekerheid omtrent het waarom. In plaats daarvan verwonder ik me erover dat God in zijn wijsheid zoveel mechanismen heeft inge-

bouwd om te verhinderen dat we zouden kunnen bezwijken aan onze eigen levensstijl. Het verschil tussen onze levensstijl van vandaag en Gods plan is zo groot, dat je alleen verbaasd kunt zijn dat het menselijk lichaam en de natuur dit zo lang uithouden.

De snelweg van het leven is bedekt met menselijke wrakken die leven, lijden en sterven, en zich nooit realiseren dat het grootste deel van hun lijden komt door een vrijwillige of onwetende schending van de acht wetten van de natuur. God is niet de schepper van ziekte. God wil dat de mens gezond is en een leven zonder pijn kan leiden.

Als we één van de fysieke wetten, die warmte reguleren, licht, geluid, elektriciteit of zwaartekracht breken, dan dragen we daarvan de gevolgen. Eén van deze wetten vrijwillig breken of onwetend zijn over hun bestaan is een overtreding van de wet, en we moeten daar dan de prijs voor betalen. Hetzelfde geldt als we de wetten van de gezondheid overtreden, de prijs is pijn, ziekte of zelfs een vroegtijdige dood.

Het kan zijn dat je dit alles niet erg sympathiek vindt van God, dat Hij moest toelaten dat we onze krachten uitputten, dat Hij ons de gelegenheid moest geven om met ons voedsel te prutsen zonder daarvoor gestraft te worden... De wetten die God in de natuur heeft gelegd gelden voor iedereen. Ze kennen geen onderscheid des persoons, ze gelden voor gezonden en zieken, voor sterken en zwakken. Hoe verder je lichaam afgedaald is op de ladder van de aftakeling en de degeneratie, hoe belangrijker het is deze principes te kennen en geen verdere roofofbouw te plegen op je krachten. Wanneer je ziek bent door de overtreding van deze wetten en je zenuwenergie is uitgeput, dan blijven deze wetten er toch voor iedereen !

Het is niet natuurlijk om ziek te zijn. Ziekte ontstaat door het schenden van de natuurlijke wetten van het lichaam en de geest – de fysieke wetten van de gezondheid.