



## HET BELANG VAN EEN GEZOND DIEET

Caroline Markolin, Ph.D.

**Dr. Hamer:** “Iemand die gezond eet heeft minder kans op biologische conflicten. Dat spreekt voor zich. Vergelijk met het feit dat rijke mensen minder vaak kanker krijgen dan arme mensen, omdat de rijken hun conflicten kunnen oplossen door eenvoudigweg een cheque uit te schrijven. **Maar het is onmogelijk om kanker (of welke andere ziekte ook) door een dieet te voorkomen, omdat een gezond dieet er niet voor kan zorgen dat conflicten ontstaan.** In de Natuur zal een sterk, gezond dier natuurlijk minder snel kanker krijgen dan een zwak of oud dier, maar dat betekent niet dat ouderdom kankerverwekkend is.”

Het is vanzelfsprekend dat een gezond dieet essentieel is voor ons welzijn. Gezond eten is helemaal belangrijk als we ons in een “Zinvol Biologisch Speciaalprogramma” bevinden.

Tijdens conflictactiviteit staat de spijsvertering op een laag pitje, waardoor men gewoonlijk weinig trek heeft. (Dr. Hamer: “Een hert kan zijn verloren territorium niet terugveroveren met een volle maag!”). Tijdens deze stressfase kunnen dieetsupplementen zeer waardevol zijn, omdat zij de energie en kracht verhogen die nodig zijn om tegen de stress bestand te zijn en het conflict op te lossen.

Aan het begin van de helingsfase krijgt men weer trek. **Het voedsel wordt nu echt een geneesmiddel.** Wanneer een orgaan of weefsel bezig is met herstel heeft het organisme veel voedingsstoffen nodig, die het genezingsproces ondersteunen. De energie die wij door een gezond dieet verkrijgen maakt genezing zoveel gemakkelijker. Omgekeerd kosten voedingsstoffen die kwalijke bestanddelen bevatten (bestrijdingsmiddelen, onkruidverdelgers, conserveringsmiddelen, toevoegingen aan voedsel e.d.) het lichaam juist energie. Dat kan het genezingsproces verlengen.

Wanneer wij ons realiseren dat **ziekten in de PSYCHE beginnen én eindigen** en dat de hersenen het biologische controlecentrum zijn van alle lichamelijke processen, inclusief “pathogene” veranderingen, begrijpen we ook dat **een gezond dieet of voedingssupplementen ziekte niet per se kunnen voorkomen, laat staan genezen.** Niettemin zal een gezond, liefst organisch dieet het genezingsproces zeker bespoedigen, b.v. bij een reeds genezende kanker.

**OPMERKING:** Ernstige ondervoeding (verhongering, langere tijd niet kunnen eten) kan het dysfunctioneren van een orgaan zonder DHS veroorzaken.

Het eten van grote hoeveelheden **eiwitrijk voedsel** is uitermate belangrijk tijdens de genezing van tumoren die door de oude hersenen worden aangestuurd, zoals bij longkanker, lever-, dikke darm-, alvleesklier- of borstklierkanker. Wanneer TB-bacteriën bezig zijn om een kanker te ontbinden, elimineert het lichaam de restanten van de tumor te samen met een afscheiding die grote hoeveelheden eiwit bevat. Het aanvullen van het verloren eiwit door eiwitrijk voedsel kan hierbij levensreddend zijn. Een sap dieet of raw food dieet gedurende deze periode kan ernstige complicaties veroorzaken. Hetzelfde geldt voor vasten op dat moment.

Uitgaande van de tweefasigheid van elke “ziekte” moet men het belang van voedsel, kruiden en supplementen in een ander licht zien. Zo heeft **Vitamine C** b.v. een “sympaticotone” werking en wordt daarmee een stimulerend middel. Dat verklaart waarom Vitamine C “helpt” bij een verkoudheid of waarom het de pijn helpt verlichten (een vagotoon genezingsymptoom) als het intraveneus wordt toegediend. Als het in de conflictactieve fase in grote hoeveelheden wordt ingenomen, kan Vitamine C de symptomen verergeren, inclusief de groei van tumoren die aangestuurd worden door de oude hersenen. In de helingsfase vermindert Vitamine C echter de helingssymptomen, maar verlengt het genezingsproces. Dat zou een welkome maatregel zijn om hevige genezingsymptomen te “dempen” (zie GNM Therapie – Wat Medicijnen betreft).

**Koffie** werkt, net zoals Vitamine C, stimulerend. Daarom verlicht het drinken van koffie hoofdpijn (een vagotoon symptoom). Teveel koffie tijdens de

conflictactieve fase versterkt echter de daarmee verbonden symptomen, b.v. vochtophoping en gewichtstoename door het vasthouden van vocht (veroorzaakt door “verlatings- en bestaansconflicten”).

Hetzelfde geldt voor frisdranken, “energiedranken” en alle andere stimulerende vloeistoffen.

Met kennis van de GNM kunnen voedingstherapeuten en kruidengeneeskundigen hun supplementen en kruiden efficiënter en beter toepassen.

**Bron: [www.LearningGNM.com](http://www.LearningGNM.com)**

© LearningGNM.com

DISCLAIMER: De informatie in dit document dient niet ter vervanging van professioneel medisch advies.