

## VOORBERICHT

Ik hoorde de sirene op de achtergrond toen ik het radiobericht van een van onze ambulances aannam. "We hebben een 49-jarige man die bewusteloos ter plaatse is. Hij heeft geen pols. We hebben hem drie keer gereanimeerd met een defibrillator en zijn bezig met beademing en hartmassage. We zijn er over 2 minuten."

'Oké. We maken het team klaar. Jij komt in traumakamer 1 terecht,' antwoordde ik. Als arts op de spoedeisende hulp was dit scenario me maar al te bekend. Ik wist wat de waarschijnlijke uitkomst zou zijn, maar ik hoopte altijd op het beste.

Toen de ambulancebroeders onze spoedeisende hulp binnenstormden, verwezen we hen naar traumakamer 1 en namen we de zorg voor de patiënt over. We plaatsten een beademingsbuis in zijn keel en bleven hem beademen. We bleven borstcompressies uitvoeren. We legden een nieuw infuus aan en gaven medicijnen om zijn hart weer op gang te brengen. We hebben hem meerdere keren gereanimeerd met een elektrische schok. Maar uiteindelijk klopte zijn hart niet meer. En opnieuw moest ik een familie vertellen dat hun dierbare was overleden. We hadden alles gedaan wat we konden, maar we konden niet in een paar minuten ongedaan maken wat hij de afgelopen 47 jaar zichzelf had aangedaan.

Het ging niet alleen om hartaanvallen, die bijna uitsluitend het gevolg zijn van iemands levensstijl. Het ging ook om diabetespatiënten met voetinfecties die een amputatie noodzakelijk maakten. Om kankerpatiënten met ondraaglijke pijn. Om patiënten met auto-immuunziekten die te kampen hadden met pijnlijke en slopende opflakkingen. Om patiënten met congestief hartfalen die moeite hadden met ademen, met vocht in hun

longen. De overgrote meerderheid van hen had hun gezondheidsproblemen kunnen voorkomen door eenvoudige leefstijlprincipes toe te passen.

Uiteindelijk heb ik de spoedeisende hulp voorgoed verlaten. In plaats daarvan ben ik overgestapt naar een praktijk die zich uitsluitend richt op leefstijlinterventies en natuurlijke geneeswijzen. In plaats van mensen medicijnen voor te schrijven, hielp ik ze ermee te stoppen. Ik leerde hoe ik die eenvoudige leefstijlprincipes kon gebruiken om mensen te helpen hun leven voorgoed te veranderen.

Tijdens mijn overstap van spoedeisende geneeskunde naar leefstijlgeneeskunde kwam ik in aanraking met het werk van Dr. John Clark. Hij had de overstap van een conventionele praktijk naar een leefstijlpraktijk al enkele jaren eerder gemaakt en had een aantal uitstekende artikelen gepubliceerd over diverse ziekten en de leefstijlfactoren en natuurlijke remedies die deze zouden kunnen helpen omkeren. Ik was onder de indruk van de grondigheid en de wetenschappelijke diepgang van zijn artikelen (sommige bevatten wel meer dan 250 wetenschappelijke referenties). Ik bestudeerde deze artikelen terwijl ik leerde hoe ik mijn eigen patiënten moest behandelen en zag de positieve resultaten met eigen ogen.

Natuurlijk heeft Dr. Clark de kracht van deze principes in zijn eigen praktijk ervaren, aangezien hij door de jaren heen talloze patiënten heeft begeleid en hen heeft geholpen hun ziekten te genezen. Die artikelen zijn gebundeld in dit boek, Blauwdruk voor gezondheid en genezing. Deze artikelen liggen nu binnen uw handbereik. En u kunt de diepgaande resultaten in uw eigen leven ervaren door deze principes te leren en toe te

passen. Dus bestudeer, onderstreep, markeer, maak aantekeningen en, het allerbelangrijkste, breng in de praktijk wat u in dit boek leest. Het zal een enorm verschil maken in uw leven en uw gezondheid.

Mark Sandoval, MD, President: New Paradigm Ministries, voormalig President & Medisch Directeur: Uchee Pines Institute

## **WAAROM DIT BOEK?**

“Naarmate religieuze agressie de vrijheden van onze natie ondermijnt, zullen zij die opkomen voor gewetensvrijheid in een ongunstige positie terechtkomen. In hun eigen belang zouden zij, zolang zij de kans hebben, zich moeten verdiepen in ziekten, hun oorzaken, preventie en genezing. En zij die dit doen, zullen overal werk vinden.” <sup>1</sup>

## **DE OORZAAK KENNEN HELPT BIJ HET RICHTEN VAN DE THERAPIE**

“Ziekte is een poging van de natuur om het systeem te bevrijden van omstandigheden die het gevolg zijn van een schending van de gezondheidswetten. Bij ziekte moet de oorzaak worden vastgesteld. Ongezonde omstandigheden moeten worden veranderd, verkeerde gewoonten moeten worden gecorrigeerd. Vervolgens moet de natuur worden geholpen bij haar poging om onzuiverheden te verdrijven en de juiste omstandigheden in het systeem te herstellen.” <sup>2</sup>

## **VOORKOMEN IS BETER DAN GENEZEN...**

“Leer de mensen dat het beter is om te weten hoe ze gezond moeten blijven dan om te weten hoe ze ziekten moeten genezen.” <sup>3</sup>

## **GENEZING KOMT DOOR SAMENWERKING**

“Natuurlijke middelen, gebruikt in overeenstemming met Gods wil, brengen bovennatuurlijke resultaten teweeg. We vragen

om een wonder, en de Heer leidt onze gedachten naar een eenvoudige remedie. We vragen om beschermd te worden tegen de pest die in de duisternis rondwaart, die met zo'n kracht door de wereld raast; dan moeten we met God samenwerken en de wetten van gezondheid en leven in acht nemen. Nadat we alles hebben gedaan wat we kunnen, moeten we in geloof blijven bidden om gezondheid en kracht. We moeten voedsel eten dat de gezondheid van ons lichaam bevordert. God geeft ons geen aanmoediging dat Hij voor ons zal doen wat we zelf kunnen doen. Natuurwetten moeten worden gehoorzaamd. We mogen ons deel niet verzuimen. God zegt tegen ons: ‘Werk uw eigen redding uit met vrees en beven. Want het is God die in u werkt, zowel het willen als het doen, naar zijn welbehagen’ (Fil. 2:12, 13).” <sup>4</sup>

Dit boek geeft je achtergrondinformatie over de oorzaken van veelvoorkomende ziekten, plus eenvoudige natuurlijke remedies en leefstijlveranderingen die nodig zijn voor preventie en herstel.

<sup>1</sup> White, E. G. (1923). *Counsels on Health*. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association. p. 506.

<sup>2</sup> White, E. G. (1905). *The Ministry of Healing*. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association. p. 127.

<sup>3</sup> White, E. G. (1912, June 6). “Home Preparation for Camp-Meeting.” *The Review and Herald*. Art. B, par. 8.

<sup>4</sup> White, E. G. (1958). *Selected Messages Book 2*. Washington, D.C.: Review and Herald Publishing Association. p. 346.