

REGENERATIE: Kies voor 'Top' gezondheid Door: dr. Douglas

Waarom kiezen mensen voor **SUNRIDER** producten? Iedereen heeft natuurlijk zijn eigen redenen, maar wanneer je het onderzoekt, dan kom je er achter dat alle redenen in drie niveaus onder te verdelen zijn.

Niveau 1 – ZIEKTE & IMBALANCE: Veel mensen in onze moderne maatschappij zijn er slecht aan toe. In de meeste westerse maatschappijen is er een overvloed aan voedsel wat geen voedende waarde heeft. Daardoor ontstaan overgewicht en vele ziektes. Het beroep op de gezondheidszorg wordt daardoor alsnog groter. Inmiddels is de grens van de betaalbaarheid van de gezondheidszorg bereikt. De meest voorkomende doodsoorzaken zijn meer of minder gerelateerd aan de levensstijl. Dat wil zeggen dat (het ontstaan van) ziektes beïnvloed worden door ons eet- en drinkgedrag en de mate van beweging. De meeste van ons weten wel wat goed en slecht voor onze gezondheid is en waardoor ons lichaam degenereert. Producten zoals suiker, zout(teveel), verschillende vetten, koffie, roken, conserveringsmiddelen en kleurstoffen, ingeblikte en te zeer verwerkt voedsel, chemicaliën in het eten, slecht water, kunstmest, slechte lucht en stress, zijn allemaal zaken die ons lichaam doen aftakelen. Het is echter lastig om al deze dingen te vermijden.

Niveau 2 - ONDERHOUD: Wanneer mensen besluiten dat ze gezonder willen worden, dan is één van de eerste veranderingen vaak dat ze meer groente en fruit gaan eten. Ze starten dan ook vaak met sport. Ze proberen vitamines en kruiden. Ze ervaren de voordelen hiervan, maar ze zullen gemakkelijk terugvallen in ziekte of fases van minder energie omdat de veranderingen die ze aangebracht hebben op het niveau van 'onderhoud' liggen. Ze zijn niet begonnen aan het 'vernieuwen' van het lichaam, ze onderhouden het alleen beter dan voor die tijd. Groente en fruit zorgen dus voor een beter onderhoud van het lichaam. Maar ook de kwaliteit van de planten speelt een belangrijke rol. De toestand van de grond waarop de planten verbouwd worden is vaak slecht en sommige essentiële bouwstoffen ontbreken (voorbeeld selenium, komt in de Nederlandse bodem niet meer voor). Uit een groot vergelijkend onderzoek bleek dat sommige groentes nog maar 10% van de bouwstoffen bevatten die er 50 jaar geleden in zaten. Toch treedt er altijd een verbetering op van de lichamelijke conditie wanneer men meer groente en fruit gaat eten. Maar ook met dit gezondere eten, krijgt het lichaam niet alle voedingsstoffen die het nodig heeft om echt te vernieuwen en om zo naar een veel hoger energie niveau te groeien. De kwaliteit van de gewone voeding is daarvoor niet voldoende en ook bevat gewone voeding geen specifieke bouwstoffen voor elk onderdeel van het lichaam.

Niveau 3- REGENERATIE & TOP GEZONDHEID: We creëren een omgeving waarin het lichaam zichzelf kan vernieuwen en opbouwen tot een optimaal functioneren. Dit 'programma' zit reeds in onze genen. Dit 'programma' kan echter pas optimaal uitgevoerd worden wanneer we er voor zorgen dat het lichaam de basis materialen krijgt die het nodig heeft. De basis materialen zijn bouwstoffen voor nieuwe cellen, 'brandstof' voor de cellen, voeding voor de onderdelen die zorgen voor afvoer van afvalstoffen en stoffen voor zorgen voor een goede onderlinge afstemming van alle organen. Wanneer aan die voorwaarden is voldaan, dan begint het lichaam zichzelf te vernieuwen en te regenereren, het wordt daadwerkelijk jonger! Hierdoor kan het de onbalans die leidt tot ziekte, oplossen en kan het lichaam er voor zorgen dat een aantal gevallen ook de ziektes genezen. (Het kan ook zijn dat een ziekte te lang bestaat waarbij iets in het lichaam kapot is dat niet meer te helen is. Maar ook dan kan de vernieuwing van het lichaam er voor zorgen dat de zo optimaal mogelijke staat van functioneren, met de beperking, bereikt kan worden.) Om deze regeneratieve omgeving te creëren moeten we ons lichaam de allerbeste kwaliteit voeding geven die er is, in de juiste samenstelling en hoeveelheid.

Wanneer deze mogelijkheden er zijn, wie kiest er dan nog voor alleen 'onderhoud'?

De enige firma in de wereld die dit soort voedsel en deze kwaliteit maakt, is **SUNRIDER**. De firma maakt alleen maar voeding dat regeneratie van het lichaam bevordert. Andere firma's maken goede producten maar geen enkele is zo toegewijd aan het exclusief maken van regeneratief voedsel. Regeneratie is het doel wat dr. Chen voor ogen heeft bij het maken van de producten. Dat wordt mogelijk wanneer het lichaam wordt voorzien van de juiste combinaties van kruiden. Om deze

combinaties te maken, is een verregaande kennis van het lichaam en van kruiden noodzakelijk. Het lichaam is ongelooflijk gecompliceerd, geen enkele plant of voedsel is perfect in zichzelf. Het moet in evenwicht gebracht worden met andere kruiden om optimaal te kunnen werken in het lichaam.

In China bestudeert men al duizenden jaren welk voedsel het lichaam nodig heeft om optimaal te functioneren. Men heeft een manier van denken ontwikkeld waarmee men kan zien welke kruiden goed bij elkaar passen, dat wil zeggen dat ze elkaar aanvullen in werking en dat ze evenwicht brengen tussen belangrijke orgaansystemen en niveaus van functioneren. Dr. Chen is een wereldberoemde kruidendeskundige, hij weet als geen ander hoe kruiden verwerkt moeten worden en hoe ze op het lichaam werken

Deze principes komen voort uit een systeem en manier van denken wat gezonde mensen voortbracht, duizenden jaren voordat men in het westen ook maar begon om voeding en gezondheid te bestuderen. Je kunt de werking van deze principes zelf ondervinden door Sunrider voeding een onderdeel te maken van je eigen levensstijl.

REGENERATIE, HOE WERKT DAT?

Dr. James R. Douglas, sprak over het Regeneratie proces op "tape of the month" van September 1996". Wanneer we in de spiegel kijken, lijkt ons lichaam hetzelfde er uit te zien van dag tot dag. Echter in werkelijkheid heeft ons lichaam meer overeenkomsten met een rivier dan met een statische rots. Ons lichaam wordt voortdurend herbouwd en gerepareerd. Dit proces vindt plaats onder de leiding van onze ingebouwde intelligentie, gestuurd van uit de hersenen en de genen.

Het opnieuw opbouwen van het lichaam is waarlijk verbazingwekkend. 89% van alle atomen in onze cellen, waren een jaar geleden niet aanwezig. De werk- of 'eerste contact cellen' aan de oppervlakte van ons spijsverteringssysteem van de maag en de dikke darm, worden elke 5 minuten vervangen. Dat betekent dat honderden miljoenen cellen ongemerkt gemaakt worden, rustig ouder worden en net zo ongemerkt weer vervangen worden door nieuwe cellen elk uur van ons leven. De spieren in de maagwand en onze darmen worden elke 3 tot 4 dagen vervangen door nieuwe spieren. Ons tandvlees wordt elke twee weken vernieuwd. Deze vervanging vindt plaats cel voor cel. Oude cellen verslijten, nieuwe worden gemaakt.

De enzymen en de chemische stoffen die door en in onze lever stromen zorgen ervoor dat de lever elke vijf maanden vernieuwd wordt. Onze smaakpapillen leven 10 dagen, daarna worden ze vervangen. We worden elke vier weken bedekt met een nieuwe huid. De chemische samenstelling van onze genen wordt voortdurend vervangen Niets in onze chemische genetische omgeving was er een jaar geleden. Het patroon van onze genen is heel constant, maar de moleculen waaruit de genen bestaan worden voortdurend vernieuwd.

De kwaliteit van de nieuwe bouwstoffen bepaalt de kwaliteit van onze cellen, die tot uitdrukking komt in hoe we ons voelen. Volgens dr. Douglas bepaalt de kwaliteit van de enzymen die we binnen krijgen, voor een groot deel de kwaliteit van de nieuwe cellen. Deze cellen bepalen op hun beurt weer de kwaliteit van de chemische stoffen die daar gemaakt worden. Je kunt je een gen voorstellen als een dirigent van een orkest. De enzymen produceren tonen onder leiding van de dirigent. De kwaliteit van het geluid, fysiek of emotioneel, is afhankelijk van de kwaliteit van de beschikbare enzymen.

Ons lichaam doet zijn best zichzelf opnieuw op te bouwen met de bouwstoffen die we het geven. Wanneer we deze bouwstoffen verbeteren, verbetert de regeneratie. Wanneer in de loop der tijd bepaalde bouwstoffen ontbreken dan leidt dat tot disharmonie of ziekte. Dat is de reden dat men in China zegt dat honger en ziekte het zelfde zijn. Gedurende zijn vele jaren van onderzoek vond Dr. Douglas geen betere een kwalitatief hoogwaardiger bron van bouwstoffen en plantaardige enzymen als in Sunrider voeding.

De grote verscheidenheid aan planten in de SUNRIDER producten en het feit dat alle SUNRIDER producten worden samengesteld volgens de filosofie van regeneratie, is de reden dat Dr. Douglas Sunrider producten aanbeveelt aan een ieder die de duur en of de kwaliteit van zijn leven wil verbeteren.