



Voeding

Hoe meer mensen zich met onze voeding gaan bezighouden, hoe meer onzin de wereld wordt ingeschopt. De laatste hilariteit is wel dat iedereen vegetarisch of veganistisch zou moeten gaan leven. Man, wat een FLAUWEKUL! Iedere (top)sporter en mensen die veel buiten leven of zware arbeid verrichten zullen u het tegendeel bewijzen. Geen enkele lichamelijke prestatie op (top)niveau kan worden geleverd zonder VLEES OF VIS!

In geen enkele overlevingssituatie zult u de noodzakelijke kracht uit alle groen in uw directe omgeving kunnen putten. Het kost altijd (dieren)levens om in leven te blijven. Hiermee wil ik zeggen dat, indien u voor meer dan 5 dagen wilt overleven in de natuur, u zult moeten jagen of vissen om op kracht te blijven. U MOET DODEN OM IN LEVEN TE BLIJVEN! En, gebruik geen konijnenvlees om op kracht te komen of te blijven want de vertering van konijnenvlees kost u extra vitamines en mineralen die aan uw lichaam worden onttrokken. Indien u in leven wilt blijven na deze cruciale 5 dagen zult u de nodige PLANTENETERS moeten verschalken om die te consumeren. Indien u dit niet doet zult u zich binnen de kortste tijd zo slap als een vaatdoek voelen, vermoeid zijn en ziek worden. Kijk in uw directe omgeving om u heen. Hoeveel mensen zijn optimaal gezond? Hoeveel mensen blijven er meer dan één keer per jaar ziek thuis? DE MEERDERHEID! Wel het is alle FABRIEKSZOOI die u voeding noemt dat het veroorzaakt. En, indien u vers eet geef ik u de raad om veel meer vet vlees en vette vis te eten, aardappelen en fruit te schrappen en niet meer dan een klein handje vol groenten te nuttigen. Bak alles in ECHTE BOTER, goede olijfolie of kokosolie. Ja, alles wat u denkt dat 'slecht' is voor uw gezondheid is feitelijk de meest gezonde voeding die er bestaat voor de mens. De rest, vooral koolhydraten en andere suikers, is bagger!

Een antropologisch onderzoek

Vilhjalmur Stefansson (1879-1962)

In 1906 trekt Vilhjalmur Stefansson naar het noorden van Canada om daar vele jaren te gaan leven onder de Eskimo's. Zijn hoofd zit vol met academische opgebouwde wetenschappen over voeding en weet exact hoe de Amerikaanse voeding smaakt en wat hij hoort te eten om gezond te moeten blijven. Echter, wat hij daar heeft geleerd, gezien en meegemaakt is een aanfluiting over alles wat we nu pretenderen te weten over voeding. In november 1935 publiceert hij zijn uitgebreide bevindingen in 'Harpers Monthly Magazine' nadat de nodige bewijzen zijn gestaafd door vele collegae van het Bellevue hospitaal in New York.



Afrekenen met dogma's

Zelfs nu wordt er klakkeloos vanuit gegaan dat we om gezond te leven een volledige variatie van voedingsmiddelen nodig hebben. Fruit, groenten, noten en granen. Hoe minder vlees, hoe beter. Indien men zich aan deze methode van eten zou houden zouden er geen ziekten ontstaan zoals reuma, verharding van bloedvaten, hoge bloeddruk of andere onaangenaamheden. Vis komt in die tijd niet eens op het Amerikaanse menu voor. Op die manier is ook Stefansson zijn geest gevormd, die gedurende de eerste dagen niets anders doet dan mee gaan vissen maar daarna alle dagen op jacht gaat om vlees op zijn bord te krijgen, in plaats van de speciaal voor hem geroosterde zalm te eten omdat elke Eskimo gekookte vis eet. Binnen een week eet hij geroosterde zalm en nog geen week later schuift hij aan bij de rest van de Eskimo's om gekookte zalm te proeven die nog beter van smaak is dan de speciaal voor hem geroosterde vis.

De winter is koud en alle vers gevangen vis wordt niet schoongemaakt maar buiten in de vrieskou diepgevroren. Elke morgen wordt er vis opgehaald en op de vloer van de tent, waarin een kachel brandt gestookt op walvisvet, gelegd om een beetje te ontdooien. Eén van de vrouwen kijkt dan regelmatig of de vis al aan het ontdooien is en wanneer haar vinger uiteindelijk een putje kan duwen in de vis worden de koppen eraf gesneden en in koken water gesmeten voor de kinderen. De staarten volgen dezelfde weg. Daarna wordt de buik opengesneden en het vel naar achter getrokken. Nu wordt de vis uitgedeeld aan de mannen die straks allen zullen vertrekken om nieuwe voorraad bij elkaar te vissen voor de volgende dag, samen met de helft van de vrouwen die hen helpen. Alle achterblijvende vrouwen zorgen voor de kinderen en zorgen er idem voor dat alles schoon blijft. Tegen de middag komen alle vissers terug en nemen een nieuwe maaltijd van rauwe vis. 's Avonds wordt de vis gekookt. Vlak voor het slapen gaan worden de overblijfsels van de warme vismaaltijd, nu koud, verdeeld onder de mannen. Binnen enkele maanden heeft Stefansson zich de manier van eten eigengemaakt. Hij denkt niet meer na over groenten, melk of andere zaken om te eten. Hij dendert mee in het voedingspatroon van de Eskimo's en bemerkt dat hij zelfs vitaler is dan door zijn opgedrongen Westerse dieet dat voor een veel te groot gedeelte bestaat uit koolhydraten.

Uitdaging der ongelovigen

Stefansson blijft zijn ganse verdere leven geïnteresseerd in voeding. Vooral mensen met belangstelling voor diëten die weinig of geen koolhydraten bevatten genieten de voorkeur omdat hij aan de lijve heeft ondervonden dat het één van de meest gezonde levenswijzen vertegenwoordigd. Rondom 1930 wordt hij uitgedaagd voor een onderzoek, gesponsord door het 'Journal of the American Medical Association' omdat hij blijft publiceren over het Eskimo 'dieet' dat in een periode van zes tot negen maanden per jaar **GEEN koolhydraten bevat**, waarbij er niets aan ziekten of veranderingen bij de plaatselijke bevolkingen is op te merken. Medische autoriteiten beginnen hem te ondervragen en uiteindelijk is hij bereid om **een jaar lang alleen te leven op 100% vlees**. De eerste paar weken overleeft hij in een laboratorium. Voor de rest van de tijd zijn er door het tijdschrift betaalde onderzoekers aangesteld die hem op de voet volgen om te zien wat hij eet en alles hierover opschrijven.



De resultaten zijn gepubliceerd in het tijdschrift van 13 februari 1930 waarbij opgemerkt dient te worden dat, na een zorgvuldig medisch onderzoek, niets anders kan worden geconcludeerd: een perfecte gezondheid na een jaar geen koolhydraten en andere vitamine rijke voedingsstoffen te hebben gegeten.

Benadrukking

We willen benadrukken dat vele gepubliceerde 'wetenschappelijke etnologische dieetonderzoeken' zuiver statistische onderzoeken zijn die wel laten zien bij welke bevolkingen bepaalde kankers minder voorkomen maar waarbij een werkelijke oorzaak voor het ontstaan van kanker nog steeds niet wordt blootgelegd. Alle onderzoeken zijn gedaan met een gemiddelde als uitkomst, waarbij mensen niet dagelijks zijn gevolgd zoals in het [AMA onderzoek van Stefansson](#). Er bestaat geen gemiddelde Belg of kankerpatiënt. Er moet een keer komaf worden gemaakt met 'het gemiddelde.' Het gemiddelde gespaarde bedrag in 2010 per Belg was 10.600 € wat helemaal niet hetzelfde is als: iedere Belg heeft een dergelijk bedrag op zijn of haar spaarrekening bij kunnen sparen in 2010. Alle studies lijken te moeten vertellen dat vlees slecht is! Wat ze wel gemeenschappelijk hebben is het feit dat alle niet-natuurvolkeren kanker ontwikkelen. Wat is er dan loos in onze 'ontwikkelde' van voedingsfabrieken doorspekte samenleving waar alles beter geweten wordt over voeding dan bij 'ontwikkelde' natuurvolken? Niets dus! Of het moet wetenschappelijke pretentie zijn. En volgens ons blijkt dat die pretentie dodelijk is!

De studies van *R.L. Phillips, "Role of Lifestyle and Dietary Habits in Risk of Cancer Among Seventh-day Adventists,; Cancer Research, 35(supp.):3513-22, 1975, P. Millet, American Journal of Clinical Nutrition, 50:718-27, 1989; J. Chen, T.C. Campbell, et. al., Diet, Lifestyle and Mortality in China: A Study of the Characteristics of 65 Countries," 1990*; kunnen hierdoor gevoegelijk naar ONZE alternatieve vuilnisbak worden verwezen. Ze voldoen niet aan onze maatstaf. Er zijn zes wetenschappelijke vragen; wie, wat, waar, wanneer, waarom en hoe.

Waarom is dat (nog) niet in huidig bestaande studies over voeding en kanker terug te vinden? Waarom hanteert de hedendaagse oncoloog, nadat zulks al 35 jaar bekend is, deze wetenschap nog niet in zijn behandelwijze? Waarom wordt een huisarts nu nog steeds wijsgemaakt in zijn, door farmaceuten ingerichte nascholingsbijeenkomsten waar echte studiepunten worden verdiend om het beroep te mogen blijven uitoefenen, dat voeding niet cruciaal is in ziekte of genezing terwijl vele correcte en zuiver uitgevoerde studies anderzijds aantonen? Zulke overpeinzingen brengen ons tot ideeën waarbij in vele 'ontwikkelde' landen bepaalde ministeries, universiteiten, academische ziekenhuizen en een orde der 'geneesheren' in opspraak zouden kunnen komen.

Deze manier van eten is aan het heropleven door de inspanningen van Dr. Eric Westman, die het 'dieet' uit de kast haalde om bij Navy Seals hun kikvorsmannen epileptische aanvallen te genezen!

Tegenwoordig heet het **KETODIEET**. Maar, hoedt u ook hier voor de betweters!

Zie ook: Journal of American Medical Association, 74(6):381, 1920 en A. Strom and R. A. Jensen, Lancet 260:126-29, 1951