

Leven in vertrouwen

Denk niet aan vertrouwen als iets dat je *nodig hebt*, of als iets dat je moet *bekomen* vòòr je actie kan *ondernemen*. Zie vertrouwen in plaats daarvan als iets wat je doet, als iets wat je uitdrukt, en ga het dan doen.

Echt vertrouwen komt uit jezelf door er in te investeren. Echt vertrouwen komt door actie, niet vòòr de actie.

Als je luiweg op vertrouwen zit te wachten tot het op een magische manier komt, zal dat nooit gebeuren, omdat het niet nodig is om te wachten. Alles wat je nodig hebt om actie te ondernemen is er, of je nu vertrouwen hebt of niet.

Vertrouwen kan een krachtige positieve dimensie voegen bij alles wat je doet. Om vertrouwen blijvend te maken, bouw je het op met acties.

Laat de mythe varen, dat je altijd *eerst* vertrouwen moet hebben, voor je vooruit kunt gaan. Ga vooruit, doe de inspanning, en het vertrouwen zal komen om nog meer kracht aan je acties toe te voegen. Stop met wachten, stop met vertrouwen te *wensen*. Ga vooruit, onderneem actie, en begin het gevoel ervan te ervaren.

Uiteraard is vertrouwen ook een groeiproses, een interactie. Het heeft te maken met *ervaringen*. Ook het geloofsvertrouwen kan niet groeien als het alleen maar op *wachten* is gebaseerd. Door gebedservaringen, gevoed door het Woord, worden de sporen van angst weggewist, en omgezet in de rotsvast *zekerheid*. Die krijg je niet *éerst*, maar is het *resultaat* van het laten groeien van het geloof.

Vertrouwen betekent ook niet dat je alles voor *waar* aanneemt. Vertrouwen heeft een kleur, het helpt ook te onderscheiden. Of het is, zoals Jezus van zichzelf getuigt als de Goede Herder: “Ik ken mijn schapen en zij kennen Mij, zoals Ik de Vader ken en Hij Mij kent. Zij zullen *mijn stem horen* en dan zal het één kudde zijn met één herder.”

Zoals Jezus ons Zijn kwaliteiten te kennen geeft, zoals God Zich openbaart doorheen het Woord, zijn we gerust, als we bidden “*Uw wil geschiede*”, want God wil alleen het goede. Hij heeft het beste met ons voor. Zo kan ons leven in evenwicht komen, door God aan het stuur te laten... misschien geen zachte reis, maar wel *een behouden thuiskomst*!

***Maar voor u, die mijn naam vreest,
zal de zon der gerechtigheid opgaan,
en er zal genezing zijn onder haar vleugelen;
gij zult uitgaan en springen
als kalveren uit de stal.***

Maleachi 4:2



Wonderen van de Schepping

uit: Goed Nieuws brief 45 / Walter Veith

Dat de hele levende natuur wonderlijk is georganiseerd, dat weten we al. Maar heb je er ook een idee van hoe dit alles ons leert hoe God van bij de Schepping een voedingsplan had voor ieder levend wezen? De studie van dat voedingsplan draagt bij tot het erkennen van de wijsheid waarmee God de schepping vorm gegeven heeft. De studie ervan bevestigt wijsheid die niet het resultaat van toeval kan zijn geweest. Neem bijvoorbeeld de acaciaboom in Afrika. De bladeren van de acaciaboom bevatten tannine. De oude bladeren bevatten relatief weinig tannine, de jonge bladeren bevatten daarentegen zeer hoge niveau's van tannine.

Grazende dieren zoals de eland eten de bladeren van de acaciaboom, maar hebben snel door dat alleen de oudere bladeren te eten zijn. Daarom laten ze de nieuwe scheuten en bladeren met rust.

Er is zo een bescherming tegen overbegrazing. De jonge scheuten kunnen dus rustig verder groeien.

Dieren kunnen dus alleen maar tannine-arme bladeren eten. Wanneer er veel bladeren van een boom gegeten worden, verspreidt de plant een stof die men ferromoon noemt, en die ervoor zorgt dat de plant vanaf nu meer tannine gaat produceren.

Omdat het ferromoon is, houdt het niet op bij de plant zelf, maar verspreidt het zich onder de omringende bomen, die allemaal meer tannine in hun bladeren beginnen aan te maken. Omdat het blad nu afschuwelijk smaakt, verlaat de eland het territorium en gaat een paar honderd meter verder, waar de bomen wel lekkere bladeren hebben. Dit is natuurlijke plantenbescherming. Dit is een prachtige les over de wonderbaarlijke mechanismen die bij de schepping zijn ingebouwd.

Er zijn gespecialiseerde relaties tussen planten, maar ook ingebouwde limieten. Denk bijvoorbeeld aan de koalabeer. Hij is aangetrokken tot planten met eucalyptus, die toxisch zijn voor de meeste dieren, terwijl dit dier ze exclusief gebruikt.

Dit is een prachtig scheppingsmodel.

Al de diersoorten worden door verschillende planten aangetrokken. Dieren hebben een ingebouwd vermogen om het voedsel te vinden dat bij hen past. Dat kan erg verschillend zijn van dier tot dier, maar het is ongeveer zo dat iedere plant wel zijn tegenhanger heeft. Zo wordt voorzien dat niet alle dieren hetzelfde voedsel eten, waardoor er een schaarste zou ontstaan aan één soort voedsel, terwijl de rest vrij kan groeien en de voedselplanten verdringt. Wat toxisch is voor het ene dier, is daarom niet noodzakelijk toxisch voor het andere dier.

Zelfs de voor de mens als meest toxisch gekende planten, hebben hun grazers, die er blijkbaar geen last van hebben en de toxische substantie van de plant zonder meer uitscheiden. Geen enkel dier zal iets eten dat toxisch is voor zijn systeem. Daarbuiten zal een dier enkel uitzonderingen maken als zijn normale voedsel niet langer beschikbaar is. Zodra dit echter weer beschikbaar is, zal hij terug gaan naar zijn normale voeding. Dieren volgen altijd deze wetmatigheid. Mensen niet. Mensen veranderen hun voeding naar willekeur, stellen zelf voedingsmiddelen samen en denken dat ze vrij zijn om toevoegingen en weglatingen te maken, zonder daarvoor gestraft te worden.

In één eeuw zijn we erin geslaagd om duizenden “nieuwe ziekten” te doen ontstaan. Na de chemische vervuiling van het lichaam en het splitsen en toevoegen, komen we terecht in de nachtmerrie van de genetische transformaties, die al even onschuldig worden gepresenteerd. Je kunt de “vooruitgang” niet stoppen, vooral niet als de economische belangen op het spel staan.

Het spel dat is begonnen bij het isoleren van afzonderlijke substanties, kreeg vorm in de suikerraffinage. De technische evolutie heeft mogelijk gemaakt dat dergelijke producten in massa in de voeding werden gebruikt als goedkope vulstoffen, waarbij vooral volume en steeds minder de nadruk op voedingsstoffen werd gelegd. Het resultaat is ons tegenwoordige voedingsaanbod, waarbij nog maar weinig overblijft van de oorspronkelijke bedoelingen met onze voeding.

We zijn ver afgedwaald en we kunnen ons nauwelijks realiseren hoe ver...

Maar dat alles brengt ons bij koffie en (groene) thee...

Ik ontmoet iedere dag mensen die mijn mening vragen over de heilzame eigenschappen van groene thee of thee in het algemeen. Ik lees ook iedere dag nieuwe verhalen over dit product en ik denk soms dat het geschreven is door fantasten, aan wie het ontgaat dat er *een wet is van oorzaak en gevolg*.

Met het vorige voorbeeld in ons achterhoofd gaan we op zoek naar de “heilzaamheid” van dergelijke producten. Dat brengt ons middenin de kwestie van de secundaire plantenstoffen, die we onderverdelen in :

1/ toxische beschermingsstoffen

2/ Verteerbaarheidsreducerende beschermingsstoffen, w.o. alkaloiden, pyrethrum, rotenoiden, isobutylamide, cyanogene glycosiden, phytoecdysonen, tannine, fenolische harsen, cafeolene, cafeïne, theophiline, theobromine, nicotine e.v.a.

Planten produceren deze stoffen *om te voorkomen dat ze gegeten worden* - behalve door de diersoorten die erop ontworpen zijn om deze substanties probleemloos af te breken. Deze stoffen maken het voor het dier oncomfortabel om ze te gebruiken, vooral omdat ze de vertering bemoeilijken. Verschillende dieren hebben verschillende vermogens om met deze stoffen om te gaan.

Nicotine veroorzaakt geen schade aan de tabakshoornworm. Bij deze wordt de nicotine uitgescheiden zonder schade toe te brengen aan het dier zelf.

We verplaatsen ons naar een theeplantage in Ceylon.

Hier verkrijgt de “beste” thee door het plukken van de 2-bladige topjes. De jonge scheuten worden het beste beschermd tegen grazers en worden geselecteerd op het hoogste gehalte aan tannine, cafeolene, cafeïne, theobromine, e.a.

Elk “verstandig dier” zou juist deze toppen vermijden als de pest. Voor de pluk induceren de telers zelfs een verhoging van de productie van deze stoffen door met een hakmes door de rijen te gaan en de toppen af te hakken en de planten te beschadigen (plantenstress te veroorzaken) om het gehalte van de genoemde stoffen te maximaliseren. Dan wachten ze een paar weken op de groei van nieuwe uitlopers. Daardoor stimuleren ze de theeplanten om meer tannine en cafeïne te maken, zoals bij het grazen. Verder maken ze in de omgeving vuren, vernietigen ze de omgeving, waardoor de planten zich in gevaar voelen... “om de beste kwaliteit van thee te verkrijgen”. Ze drogen dit onder een rookgordijn voor de beste “groene thee” met hoog gehalte aan cafeïne en theobromine (lager dan zwarte thee, maar dat is een ander verhaal).

Groene thee kan gezond lijken, als je alleen maar zijn gunstige stoffen bekijkt, maar je moet beide kanten bekijken. Al de “goede eigenschappen” van groene thee kan je verkrijgen uit groenten en fruit, en hierop is geen enkele uitzondering.

Wat doet men nu met deze thee? Er zit niet genoeg cafeïne in. Daarom doen ze deze in grote vaten om te fermenteren. De bacteriën breken nu alles af wat bruikbaar is, ze voegen allerlei zaken toe ((benzopyrine) en het enige wat overblijft is *wat de bacteriën zelf niet konden gebruiken*. Het is puur en onverdund zwart vergif. Dit wordt aan mensen gegeven. Omdat het wrang en afstotelijk smaakt, worden er allerlei stoffen aan toe gevoegd, zoals melk om het zachter te maken, of suiker om de bitterheid te verzoeten, of als je een echte bent, kan je er ook een cultus omheen bouwen, waarbij je je kopje met je twee vingers vasthoudt, terwijl je je andere vingers gestrekt meebeweegt. En in plaats van deze afschuwelijke drank uit te spuwen, geniet je van je gedistingeerde brouwsel, geheel in de overtuiging dat dit “klasse” is.

Geen enkel schepsel op aarde is zo stom als de mens. Want geen enkel ander zou doen wat de mens zou doen om dergelijke stoffen in het lichaam te brengen.

Cafeïne en theobromine verhogen:

- Vetzuurconcentratie
- Maagzuurproductie
- Stress... adrenaline=noradrenaline
- Verterings- en absorbtietijd

Cafeïne is:

- Toxisch (zenuwvergif)
- Interfereert met de spieractiviteit
- Enzymonderdrukker
- Carcinogeen (promotor)

55 gr. thee bevat zoveel cafeïne om 1000 muizen te doden. Cafeïne vernietigt de B-vitamines, is mutageen, en wordt gerelateerd aan vervormingen van handen, gezicht (bv. hazenlip) Houd ook rekening met verborgen bronnen van cafeïne in koffie en thee, cacao en chocolade, medicamenten, vitamines, om je de kick te geven die je het gevoel geeft dat vitamines goed voor je zijn...