# 'Leef op God se manier'

Die dag toe hy 'n natuurliker leefstyl gekies het, was ook die draaipunt in Johan Jacobs van Somerset-Wes se stryd teen 'n jare lange siekte.

*deur JACQUELINE LEUVENNINK foto DOOK*

In 2000 gly die sleutel een dag kletterend op die vloer toe Johan (30), 'n ingenieur, 'n deur probeer oopsluit. Hy laat sy kop teen die deur sak. Dit gebeur ál meer dat sy regterhand nie wil doen wat sy brein vir hom sê om te doen nie.

Hy verstaan nie wat met hom aan die gang is nie. Hy hardloop halfmarathons, ry bergfiets, doen snorkelduik en kunsvlieghengel, speel gereeld gholf en het Kilimandjaro al uitgeklim. Iemand wat hierdie dinge kan doen, kan mos nie in die fleur van sy lewe siek wees nie?

En tog voel hy baie moeg, sy brein soms net "té deur die mis" om eenvoudige berekenings te doen en sy regterbeen voel halfpad dood. Later sleep die been én sy tong. Hy gaan sien 'n dokter.

Dis meervoudige sklerose (MS), iets wat as 'n ongeneeslike siekte beskou word. Spesialiste en statistiek voorspel iemand by wie MS gediagnoseer word, het ongeveer 20 jaar oor om te leef… nie 'n baie gerusstellende gedagte nie.

As iemand wat homself as "*go big or go home*" beskryf, doen Johan egter self navorsing oor die siekte en hy en sy vrou, Alicia, begin ná baie gebed drie maande later toegewyd die Halleluja-dieet volg. "Die leefstylveranderinge – onder meer minstens 80% rou, plantaardige kos met die minimum gekookte kos en geen vleis, melk, witmeel, witsuiker en sout nie – het ná ses weke reeds 'n merkbare verskil gemaak," vertel hy vandag.

"Ná 'n jaar was dit duidelik dat my immuunstelsel aan die herstel was en ek en Alicia, wat my reddingspoging ten volle ondersteun het, het besluit om met 'n gesin te begin. Sy het gou swanger geword en ek het 'n goeie aanbod van 'n bekende motorvoertuigverskaffer gekry om 'n nuwe produkontwikkelingsafdeling vir hulle te begin.

"Aangespoor deur die voordele van die nuwe leefstyl bestudeer ek 'n rits literatuur oor 'n ewe gesonde leefwyse en lees dat amalgaam-tandstopsels baie gevaarlik kan wees vir mense met MS.

"In 'n poging om van die laaste 10% van die MS-simptome ontslae te raak, laat ek oorhaastig met 'n verkeerde prosedure en sonder die nodige beskerming die stopsels verwyder. Die tandarts verwyder ook 'n seer tand se senuwee gedurende 'n wortelkanaalprosedure. Ek besef nie dit kan die giftige kwik die hoogte laat inskiet nie. Dit kos byna my lewe."

## Uithou en aanhou

Die MS slaan met mening toe. "Binne twee jaar kan ek mank-mank slegs ongeveer 300 m op 'n keer loop. Om nie te praat van die agteruitgang van my kognitiewe vermoëns nie. Ek voel hoe die lewe uit my dreineer, iets wat my emosioneel maak met sporadiese selfdoodgedagtes. Vroeg in 2004 word ek medies ongeskik verklaar om as ingenieur te werk.

"Ek is so swak en moeg (of vergiftig!) dat ek party dae tot middagete slaap, nou 'n jong man in 'n siek ou man se liggaam. Party maande is my uitgawes op aanvullings tot 'n derde van my inkomste.

Vandag kan ek eerlik sê slegs God se genade en beloftes in sy Woord en my vrou en kind het my in hierdie verskriklike tyd troos en hoop gebied.

" 'n Mens wat so siek is, raak wanhopig en sal na enige strooihalm gryp. Selfs al is dit met goeie bedoelings het almal 'n ander oplossing om aan te bied. Maar waar jy met 'n toksiese toestand te doen het, moet die bron van die gifstowwe eers verwyder word."

Dit het begin lyk of Johan die einde van die pad bereik het. Vriende nooi hom na 'n gebedseminaar waar baie mense vir hom die hande oplê en bid. "Ek is nie onmiddellik genees nie, maar het tog vrede in my binneste ervaar. Die Here kan mos 'n plan maak waar dit lyk of daar geen uitweg is nie.

"Ek het toe reeds alles in my vermoë probeer om 'n verantwoordelike, getroue bestuurder te wees van die liggaam wat Hy my gegee het. Al wat ek nog kon doen, was om volhardend op Hom te wag en te bly vertrou, selfs al was dit in my aard om self dinge te laat gebeur. God is 200% in staat om enigiemand onmiddellik te genees, maar in my geval was Sy plan anders."

Tydens 'n familievakansie op Kleinmond in Desember 2003 het Johan hulpeloos in die bed gelê terwyl ander pret op die strand gehad het. "Dit het my en Alicia weer op ons knieë gedwing. Hierdie keer het ons net gevra vir wysheid en die moed om aan te gaan."

**'Dis vandag vir ons 'n lewenstaak om dít wat ek tydens my beproewing geleer het, te gebruik om ander te bemoedig en te help'**

Omtrent 'n week later het " 'n dierbare broer in Christus, John Living, by 'n gesondheidswinkel in Somerset-Wes vir my artikels gegee oor vergiftiging weens kwik-amalgaamstopsels en mense wat wortelkanaalprosedures ondergaan het.

"Binne drie weke nadat ek dit gelees het en 'n enkele e-pos aan familie, vriende en ons kerk gestuur het om ons situasie uiteen te sit, het God wonderbaarlik finansieel voorsien dat ek twee genesingsentrums in Australië vir 'n reeks behandelings kon besoek.

"Die verwydering van die bron van die toksiene op sellulêre vlak het feitlik dadelik die progressiewe simptome van die siekte beëindig. Ek kon stadig maar seker my gesondheid begin herwin."

Ná nog verdere persoonlike navorsing het die Here ook vir Johan die pad gelyk gemaak om na die Huggins Diagnostiese Sentrum in Colorado Springs, VSA, te gaan waar drie kavitasies, ▶

Foto Babylonstoren (www.babylonstoren.com) deur dookphoto.com

◄ asook gifstowwe wat daardeur in die liggaam versprei is, kon verwyder. Kavitasies is plekke in die kakebeen waar tande getrek is sonder dat die periondontale ligament verwyder is. "Volgens dr. Hal Huggins, en uit my eie ervaring, is die anaërobiese bakteriële gifstowwe in 'n kavitasie of wortelkanaal baie meer neurotoksies as selfs amalgaamstopsels."

Dis elf jaar sedert Johan laas by 'n neuroloog was en sy gesondheid en krag verbeter steeds. Die man wat ek by hulle winkel/leefstylsentrum, Go Natural, in Somerset-Wes ontmoet, is trouens 'n prentjie van blakende gesondheid. Sy en Alicia (41) se drie kinders, Carli (12), Ruan (7) en Lindi (5), het ook danksy hulle "leef op God se manier", nog nooit antibiotika gebruik nie.

Dis 'n baie dankbare man wat sê: "Die liggaam se sentrale senustelsel kán genees, al neem dit stadiger as die res van die liggaam. Maar dit kan nie sonder noodsaaklike voedingstowwe geskied nie en preserveermiddels en chemikalieë vererger net die toestand. Dis vandag vir ons 'n lewenstaak om wat ek tydens my beproewing geleer het, te gebruik om ander te bemoedig en te help."

'Die liggaam se sentrale senustelsel kán genees, al neem dit stadiger'

In 'n stadium toe hy baie siek was, het Alicia vir hom Jesaja 55:13 gegee: "Vir 'n doringboom sal 'n sipres opgaan; vir 'n distel sal 'n mirteboom opgaan; en dit sal vir die Here wees tot 'n naam, tot 'n ewige teken wat nie uitgeroei sal word nie."

"Ek het met alle mag aan dié belofte vasgehou. Dit was 'n anker vir my siel. Die distel het my siekte voorgestel en die sipres en die mirteboom was simbolies van gesondheid." Vandag leef Johan weer soos die groen sipres (God) waarvan Hosea 14 praat as hy sê: "Uit My word jou vrug gevind." Hieroor sê sy vrou, wat deur alles kinderlik gelowig bly glo en van dag tot dag met haar man se siekte probeer saamleef het, in verwondering: "Ek voel steeds oorweldig deur die wete dat ons anderkant uitgekom het."

## Terug na natuurlik

Hulle Go Natural-boodskap is 'n direkte uitvloeisel van die genesingspad wat Johan geloop het. " 'n Moderne leefstyl met kitskos gelaai met groot hoeveelhede suiker, verfynde graanprodukte en chemiese middels, verskaf nie genoeg boustene vir die liggaam om homself te genees en gesond te hou nie."

Mense het vroeër groente gekoop wat dieselfde dag gepluk is en het dikwels ook 'n groentetuin in die agterplaas gehad. Kinders kon vrugte van die boom af eet en vars, ongepasteuriseerde melk drink. Die ma van die huis het haar eie brood gebak en die hoender vir Sondag-middagete moes eers gevang word. Munisipale water het lekker gesmaak en daar was nie iets soos margarien nie. Eiergele was 'n donker oranje en die naaste ding aan kitskos was die vis-en-tjips-winkel tussen die groentewinkel en die slaghuis.

Johan het 'n pad geloop wat hom vandag sy lewe en dié van sy gesin volgens die volgende beginsels laat inrig: ◆ **Hou op om jou liggaam te irriteer of te beskadig** met gifstowwe in jou omgewing, soos dié in kos of water, in die lug en in persoonlike versorgingsprodukte soos kosmetiese produkte, seep, haarsjampoe en reukweerders. Raak ook ontslae van emosionele en geestelike gifstowwe. ◆ **Voed die liggaam** met God se natuurlike, heilsame kosse sodat dit die beste kans het om self te herstel en genees.

Die Jacobse is vandag self die beste advertensie vir die leefstyl wat hulle ook onder ander wil bevorder.

'n Mens glo Johan as hy sê: "Ek weet ek was nie alleen in die soms negatiewe ervarings wat ek as kind gehad het nie. Baie mense kry geestelik en emosioneel seer, of word getraumatiseer as hulle op 'n soortgelyke reis as myne is. Ek hoop en vertrou dat my verhaal jou sal help en bemoedig om die regte besluite te neem en wyse keuses te maak."

## Kies só gesond

◆ Drink verkieslik **gedistilleerde water** wat skoon, natuurlik en gesond is. ◆ Vermy **verwerkte** en gepreserveerde voedsel. ◆ Moenie jouself só oorwerk dat jy nie tyd het vir jou **gesin** en gesonde **ontspanning**, oefening en die natuur nie. ◆ **Kou** jou kos deeglik en eet slegs as jy werklik honger is. ◆ Eet **vrugte** altyd eerste, alleen en op 'n leë maag. ◆ Drink **vloeistowwe** verkieslik slegs voor 'n maaltyd. Saam met 'n maaltyd moet dit slegs in klein hoeveelhede wees. ◆ Eet wanneer jy **ontspanne** is en eet gereelder en kleiner etes. ◆ Vermy aluminiumkastrolle en -panne en gebruik **kastrolle** en bakke van glas, erdewerk, gietyster of vlekvrye staal van goeie gehalte. ◆ Loop 'n wye draai om **sojaprodukte** en trouens enige plaasvervangers vir melk. ◆ Vermy **vitamien B12** as jy 'n neurologiese siektetoestand en kwikamalgaamstopsels in jou tande het. Dit skakel die anorganiese kwik om in meer neurotoksiese metielkwik. ◆ Gebruik **rou heuning** as alternatief vir aspartaam en suiker.

Daar is nog 'n magdom voorstelle in Johan se boek wat ook in Engels beskikbaar is as *Go Natural – Wisdom for Healthy Living*. Die boek, 'n soort "padkaart" tot gesondheid, bemagtig jou met praktiese, bekostigbare maniere om jou liggaam in moderne tye steeds optimaal te voed en onsigbare landmyne op jou gesondheidspad te pypkan.

■ Gaan na www.gonatural.co.za vir meer inligting.