

EETGEWOONTEN KINDEREN:

Sommige ouders willen dat hun kinderen net zoveel eten als zij doen, terwijl anderen hun kinderen de hele dag snoep, koekjes en ijs laten eten en als het dan etenstijd is, hebben ze geen ruimte meer voor gezond eten. Geen enkel kind zal omkomen van de honger. Hun lichamen hebben een ingebouwde intelligentie. Als het etenstijd is, geef hem dan zijn maaltijd. Als hij echter melk, fruit of salade verkiest boven een gekookte maaltijd, geef hem dat dan. Drinken kan thee, vruchtensap of “Bournvita” zijn. Als hij helemaal weigert, laat hem dan vasten; hij zal eten wanneer hij honger heeft. Wij eten omdat het tijd is om te eten – een kind zal eten als hij daartoe de behoefte voelt.

De kinderen die van snoep en taart leven zijn toekomstige potentiële diabetici. Moeilijke kinderen en probleemkinderen –gebrandmerkt als “hyperactief” zijn aanzienlijk veranderd doordat hun het “perfecte dieet” is gegeven, waarbij alle voedsel met kleurstof (wat een heel slecht effect op de geest heeft), fabrieksvoedsel, werd weggelaten en slechts heel weinig zetmeel werd gegeven.

(Bron: Handbook on Healing I)