

# JAY'S JUICES

**Al een paar jaar fiets ik regelmatig langs Jay's juices op de Haarlemmerstraat. Ik vind sapjes heerlijk maar heb nooit de tijd genomen daar binnen te stappen. Nu ik al een paar keer recensies geschreven heb voor De Betere Wereld, lijkt het me leuk deze editie bij Jay's juices langs te gaan. Wanneer ik binnen kom sta ik oog in oog met Jay, een man vol levensenergie, kracht en liefde. Iemand die open staat voor de medemens, naar ze luistert en ze een goede dag wil bezorgen.**

Jay's juices is ontstaan naar aanleiding van een lange levensweg. Jay is op 21-jarige leeftijd vanuit Aruba naar Nederland gekomen en raakte al gauw verveeld, omdat hij geen bevredigende baan kon vinden. Dit resulteerde in een verslaving aan alcohol en drugs wat gepaard ging met criminaliteit. Op zijn dieptepunt kreeg hij een visioen van zijn oma die hem een witte veer toonde. Na drie dagen zoeken, vond Jay de witte veer in een haan. Deze haan liet hem zijn eigen kracht zien waarna Jay drie jaar lang zichzelf met behulp van een goede vriendin en sappen, compleet reinigde van alcohol, drugs en de criminaliteit. Na het ontdekken en de wederopbouw van zijn innerlijke kracht besloot Jay in 2000 Jay's juices te openen. Wat deze "sappenwinkel" extra bijzonder maakt, is dat hij in zijn kelder het kostbare tarwegras kiemt. Tarwegras is een kleine, groene, snel groeiende plant die uiteindelijk uitgroeit tot tarwe. In de groeifase beschikt de plant over alles wat het lichaam nodig heeft om gezond te blijven functioneren. Eén glaasje van 30 ml vers tarwesap schijnt overeen te komen met twee stuks fruit en twee ons groenten. Dit zou dus betekenen dat je aan één glaasje per dag al je

dagelijkse hoeveelheid vitaminen en mineralen binnen hebt. Juist omdat het tarwegras pas vlak voor bereiding afgeknipt wordt, blijven alle vitaminen, mineralen, aminozuren en enzymen behouden.



Waar het precies naar smaakt vind ik moeilijk te omschrijven. Een ding is zeker, je proeft dat het enorm gezond is. Als het moet, zou ik hier best aan kunnen wennen denk ik.

Vaste tarwegras-klienten krijgen een kaart met aan de voorzijde een afbeelding van een groen hart. Dit groene hart is Jay zijn symbool voor vrede en rust. Het staat naar eigen zeggen voor alles wat hij doet, voelt en ziet in het leven. Het groene hart hangt daarom ook aan het plafond midden in



de winkel. Aan de achterzijde van de kaart staan negen lege vakjes. Elke keer als je een glaasje tarwegras koopt, krijg je een handtekening van Jay. Wanneer de vakjes vol zijn, staat de kaart garant voor een gratis tarwegras sapje. Zijn bedoeling hierachter is, dat je de volle kaart aan iemand geeft, waarvan jij denkt dat hij/zij het nodig heeft. Maar voel je dat je het zelf nog kan gebruiken dan is dat natuurlijk ook goed. Zijn uiteindelijke doel is om dit sapje gratis te gaan verstrekken aan kankerpatiënten. Nu al kunnen ze voor 1 euro, in plaats van 2,5 euro, een glaasje krijgen.

Jay gaat dagelijks naar de markt voor verse ingrediënten waarvan zeker 50 % biologisch is. Om de vitaminen en mineralen van deze verse ingrediënten zoveel mogelijk te behouden, adviseert hij de sappen zo snel mogelijk na bereiding te drinken. Juist dan kan je lichaam er maximaal gebruik van maken.

Tijdens het stellen van mijn vragen aan Jay komen er klanten binnen. Hij ontvangt iedereen met evenveel enthousiasme en bepaalt samen met de klant welke sap voor hem/haar geschikt is. Elk glas gaat tot de rand vol en ik zie elke klant met een glimlach weggaan. Jay is zeer vrijgevig en ik mag dan ook alles proberen. Allereerst krijg ik een enorm glas groentensap (tomaat, wortel, selderijblad, spinazie, broccoli, rode biet, gember) voor mijn neus. Dat smaakt lekker en vers. Daarna krijg ik een fles Kombucha thee. Kombucha thee is gemaakt van de Kombucha-schimmel die groeit in een oplossing van thee en suiker. Deze thee, indien op de juiste manier bereid, schijnt heilzame effecten te hebben op je gezondheid. Zo helpt deze thee niet alleen je energiepeil te verhogen en je immuunsysteem te stimuleren maar ook bij nierproblemen, migraineaanvalen, jicht en artritis. Het is een koolzuurhoudend drankje en ziet er "gewoon" als thee uit. Ik houd zelf niet van koolzuurhoudende dranken maar als ik de drank iets zoeter zou maken, zou ik het best te drinken vinden. Maar ook in dit geval... alleen als het moet, zou ik eraan kunnen wennen. Voordat ik wegga, spreken we af dat ik deze week nog een keer langskom voor een andere bijzondere sap.

Twee dagen later kom ik langs voor de bijzondere açai: een blauwe bes uit de Braziliaanse palmboom welke veel antioxidanten, gezonde omega vetzuren, vitaminen en mineralen bevat. Hij heeft 100 % pure pulp waarmee hij een ware multi-fruit smoothie voor me klaar maakt. Het smaakt verrukkelijk!



Mijn conclusie is dat dit niet zo maar een winkel is met sappen. Buiten het feit dat de sappen vers en heerlijk zijn, hangt er ook een bijzondere sfeer in de winkel en geeft Jay je veel positieve energie mee. Ik heb Jay nu een paar keer gezien en iedere keer ging ik met een glimlach en vol positieve energie weg. Ga en ervaar zelf!

[www.jaysjuices.nl](http://www.jaysjuices.nl)

Haarlemmerstraat 14  
1013 ER Amsterdam  
020 623 12 67

Openingstijden: maandag tot en met vrijdag van 9 tot 17 uur

Door Inèz Sanders  
Foto's Lukas Vlaar