

RAYID – STUDIEHANDBOEK

Een schriftelijke cursus

8. Rayid-therapieën

Rayid Nederland

Oorspronkelijke titel: *Rayid Study Manual and Correspondence Course*, uitgegeven door Rayid International, Boulder, Colorado, Verenigde Staten.

Vertaling: Rob van der Burg

(c) Oorspronkelijke uitgave 1993-1995 Rayid International
(c) Nederlandse vertaling 1996 Rayid Nederland^(r)

De hele tekst van dit boek valt onder het auteursrecht. Uit deze uitgave mag uitsluitend iets verveelvoudigd worden na voorafgaande toestemming van de auteur. Neem voor meer exemplaren of verdere informatie contact op met:
Rayid Nederland^(r), Amsteldijk 138, 1079 LE Amsterdam. Tel.: 020-6611599.

8. RAYID-THERAPIEËN

Basisinformatie

Lees het hoofdstuk *Introduction to Rayid Therapies* uit *What the Eye Reveals*, of 7. *Inleiding tot de Rayid-therapieën* uit *Wat het oog onthult*.

| | |
|--|----|
| Tekst studiehandoek | 77 |
| Inleiding | 78 |
| Belangrijke lessen | 79 |
| Algemene voedingsprincipes | 80 |
| Homeopathische remedies | 81 |
| Vingertopcontrole | 83 |
| Alpha-meditatie | 83 |
| Herprogrammering van de biologische computer | 84 |
| Rituelen | 86 |
| Engelenvleugels | 89 |
| Constitutionele therapieën | 89 |
| Begripstest | 96 |

Rayid-Produkten

Kaart nr. 3: *The Harmony of Health*
Geluidsband: *Releasing Self-Sabotage*
Boekje: *Bloesemremedies*

Het boekje *Bloesemremedies* is een op zichzelf staande aanvulling op deze les.

INLEIDING

De traditionele wijsheid (...) beschouwt ziekte als een stoornis van de gehele mens, niet alleen van het lichaam van de patiënt, maar ook van zijn denkvermogen, zijn zelfbeeld, zijn afhankelijkheid van de fysieke en sociale omgeving, en zijn relatie met de kosmos.

- Fritjof Capra in *The Turning Point*

Deze les geeft een uitgebreider overzicht van Rayid-therapieën dan in *What the Eye Reveals* wordt gegeven. Zij gaat ook dieper in op sommige therapieën die in het boek worden aanbevolen. Dit betekent echter niet dat erkenning als bevoegd Rayid-beoefenaar u het recht zou geven u als psychotherapeut te vestigen of medisch advies te geven. In diverse landen moet u een door de staat erkende opleiding hebben gevolgd voordat u legaal therapeutische aanbevelingen kunt verstrekken, d.w.z. voordat u advies mag geven met de aanspraak dat het iemands fysieke, emotionele of geestelijke gezondheid zal verbeteren. Veel Rayid-beoefenaars zijn ook bevoegd verklaard als natuurgenezer, kruidengenezer, voedingsdeskundige, homeopaat, geestelijk raadsman, etc. Veel Rayid-therapieën zijn ook door deze beoefenaars persoonlijk ontwikkeld en empirisch getest, voordat deze via Rayid International met andere Rayid-beoefenaars over de hele wereld werden gedeeld. Zorg ervoor dat u bevoegd bent om therapeutisch advies te geven voor u hiermee begint. Dit is zowel in uw belang als van degenen die uw hulp komen inroepen.

Mensen kunnen om talloze redenen ziek worden. Blokkades in de energiestroom via de meridianen van het lichaam zijn vaak een belangrijke factor die hieraan bijdraagt. Er lopen twaalf meridianen over het lichaam en er zijn twaalf constitutietypen. Mensen verplaatsen zich doorgaans van de ene naar de andere meridiaan, waarbij elke meridiaan gedurende twee uur wordt geactiveerd. Zo wordt elke vierentwintig uur een volledige cyclus door alle twaalf meridianen voltooid. Bij een geïntegreerde persoonlijkheid, d.w.z. iemand die "ontwaakt" is, kunnen alle meridianen gelijktijdig worden geactiveerd, waardoor iemand voortdurend vanuit zijn volledige lichaamsbewustzijn in plaats van een twaalfde deel hiervan kan handelen.

Onlangs is vastgesteld dat elk van de twaalf constitutietypen verschillende meridianen doorgaans te weinig of te veel gebruikt. Dit leidt er vervolgens toe dat bepaalde organen, klieren en andere lichaamsdelen te weinig of te veel worden geprikkeld, wat kenmerkende en voorspelbare fysiologische problemen of symptomen veroorzaakt. Dit verduidelijkt waarom met elke irisstructuur andere syndromen zijn verbonden. Door een juiste toepassing van Rayid-therapieën kunnen deze symptomen worden weggenomen, maar de patiënt is hier niet altijd bij gebaat!

Een goede gezondheid is meer dan een afwezigheid van ziekte. Veel artsen beseffen dit nog niet. Door een juiste toepassing van het Rayid-model kunt u iemands symptomen behandelen zonder het onderliggende mechanisme te genezen dat de symptomen *veroorzaakte*. Dat kan een gevaarlijke en verleidelijke valstrik zijn. Als u bijvoorbeeld inzicht heeft in de voedselbehoeften van elk type en de meridianen die hij gebruikt, kunt u therapieën voorschrijven waardoor een patiënt zich weer goed zal voelen. Als u dit doet zonder hem te leren hoe hij andere hulpmiddelen moet gebruiken om het onderliggende mechanisme in evenwicht te brengen, belemmert u in wezen zijn uiteindelijke groei. Houd dit altijd in gedachten.

Men dient ook de beperkingen van zulke therapieën te beseffen als zij afzonderlijk worden

toegepast. Tenzij iemand een geïntegreerde persoonlijkheid heeft, zullen veel therapieën niet werken. Iemand zal zo'n therapie gewoonweg "ondergaan" en uiteindelijk in zijn normale gedragspatroon en het daarmee samenhangende syndroom terugvallen. Met andere woorden, "ziekte" heeft gewoonlijk een *oorzaak*. Daarom is een geïntegreerde behandelingsmethode vereist. Dat betekent niet dat therapeutische "lapmiddelen" overbodig zijn. Op de korte termijn kan het zeer waardevol zijn om middelen voor te schrijven waardoor mensen het leven beter aankunnen, maar men dient onderscheid te maken tussen tijdelijke noodoplossingen en een geneeskundige strategie.

Wilt u werkelijk nuttig voor uw cliënten kunnen zijn, dan moet u hen helpen hun algehele trillingsniveau zodanig te verhogen dat zij in elk opzicht hun volledige potentieel kunnen verwerkelijken. Een blakende fysieke gezondheid is één uitvloeisel van deze methode. U begint bij iemands basisniveau en verheft hem naar steeds hogere niveaus in een onstuitbare vooruitgang, waardoor zijn trilling geleidelijk wordt verhoogd tot hij de toestand van spirituele, emotionele, mentale en fysieke integratie bereikt die ieders geboorterecht is.

BELANGRIJKE LESSEN

De lessen die veel mensen moeten leren, kunnen in drie hoofdgroepen worden ondergebracht. Elk hoort bij een structuurtype.

1. Wil

De wil is verbonden met het mentale gebied, de noodzaak zich te richten en te concentreren, het ontwikkelen en in stand houden van de individualiteit, het leren van zelfcontrole en zelfexpressie, en het ego te leren uiten en uiteindelijk te kunnen loslaten. Mentale zelfcontrole is de belangrijkste les voor een uitgesproken Bloemstructuur. Geestelijke ontwikkeling maakt alles duidelijker.

2. Emotie

Deze les gaat over het toevoegen van leven, vitaliteit en passie aan wat door concentratie op het mentale gebied is gerealiseerd. Het gaat over emotionele bevrijding, de individualiteit te overstijgen en aan de op het gevoel gerichte groepsdynamiek deel te nemen die met de Bloemstructuur is verbonden. Dit is de belangrijkste les voor een buitengewoon eenzelvige mentale structuur, zoals een introverte Juweel.

3. Beweging

Deze les gaat over de noodzaak met de eigen fysieke veranderlijkheid te kunnen omgaan, controle met passie te kunnen afwisselen, leren met anderen in contact te komen en zich te verbinden, en leren de eigen fysieke verantwoordelijkheden te erkennen en te accepteren - ongeacht of dat nu de keuze van voedsel of activiteiten betreft. Dit is een combinatie van de eerste twee lessen, controle en passie. Men moet met deze voortdurende beweging in het eigen fysieke voertuig leren omgaan. Dit zijn de belangrijkste lessen voor een besluiteloze

Stroomstructuur.

ALGEMENE VOEDINGSPRINCIPES

De arts van de toekomst zal geen medicijnen geven, maar zal bij zijn patiënt interesse kweken voor een goede lichaamsverzorging, een goed dieet, en hoe ziekte wordt veroorzaakt en kan worden vermeden.

- Thomas Edison

Mensen eten vaak niet het voedsel dat de natuur voor hen bestemd had. Zij eten veel dingen die op voedsel *lijken*, maar weinig voedingswaarde hebben. De meeste mensen doen zichzelf met hun voeding tekort, net zoals zij op andere levensgebieden zelfdestructieve neigingen vertonen. Het vraagstuk van andere voedingsgewoonten wekt weerstand op van mensen die niet voor hun eigen voedsel willen zorgen. Dit is een algemeen probleem.

Een van de problemen met andere voedingsgewoonten die eerder goed dan slecht voor ons zijn, is dat het niet bij onze cultuur past. Wij leven in een cultuur die zich inzet om informatie over de schadelijke effecten van het gewone voedsel tegen te houden en daarvan te profiteren.

Maar gewoonlijk is niet de *voedingsbron* de schuld. De aarde heeft al voor volmaakt voedsel gezorgd. Het kan alleen misgaan tussen het moment dat wij het van de boom plukken of uit de grond halen, en het in onze mond stoppen. Daarom is het zo belangrijk dat iedereen de verantwoordelijkheid neemt om zijn eigen voedsel te bereiden en voor wat hij eet.

De meeste mensen:

1. zijn enigszins vergiftigd, doorgaans het gevolg van langdurige opname van verzurende stoffen als koffie en te veel eiwitten, en langdurige blootstelling aan allergenen die gemakkelijk uit het voedsel zouden kunnen worden verwijderd;
2. eten te veel gebakken vet, te veel zout en (ongewild) te veel chemicaliën;
3. consumeren te veel *nonfoods* als koolzuurhoudende frisdranken, geraffineerde suiker en borrelhapjes.

Om deze zelfdestructieve gewoonten te verhelpen, zouden de meeste mensen meer voedsel moeten eten dat alkalische as vormt, eenvoudige tests naar voedsel moeten uitvoeren waar zij allergisch voor zijn (vraag uw voedingsdeskundige eens naar de "polstest"), minder vooraf klaargemaakt voedsel en tussendoortjes moeten eten. Omdat de meeste mensen helaas onbewust zijn in hoeverre zij zichzelf benadelen, en niet werkelijk weten wat wel en niet goed voor hen is, is het verstandig om een voedingsdeskundige of natuurgenezer te raadplegen voordat men aan een stelselmatige reinigingskuur begint of zijn voedingsgewoonten ingrijpend gaat veranderen. Een handig hulpmiddel dat door veel voedingsdeskundigen wordt aanbevolen, is zeven dagen lang te noteren wat iemand eet. Zo kan hij precies zien wat hij heeft gegeten. Hierdoor zullen de meesten ontdekken dat zij andere dingen hebben gegeten dan zij dachten. Zij bedriegen doorgaans zichzelf.

Behalve deze algemene voedingsprincipes zijn er specifieke voedingsadviezen voor Juweelen Bloemstructuren, en in mindere mate voor Shakers en Stromen. Zij worden later in deze les behandeld onder de titel *Constitutionele therapieën*.

HOMEOPATHISCHE REMEDIES

Elk Rayid-constitutietype heeft een andere trillingsfrequentie en is gevoelig voor andere mineralen en vitaminen. Om de trilling van de algehele persoonlijkheid te verhogen, moet u er zeker van zijn dat de moleculaire structuur van uw lichaam in balans is.

Dit gedeelte is een aanvulling op de opmerkingen op bladzij 116-117 van *What the Eye Reveals*, of bladzij 156-158 van *Wat het oog onthult*.

Homeopathie beschikt over de mogelijkheid om de effecten van transgeneratieve patronen te beïnvloeden. Dit komt doordat de basisstructuren van de persoonlijkheid diepgaand door het mineralen- en celzoutenevenwicht in het lichaam worden beïnvloed. Als dit wat te vergezocht lijkt, denk dan aan een eenvoudige analogie: als u een kop koffie drinkt, wordt uw inwendige biochemie en daardoor uw gedrag veranderd. De meeste mensen worden slapeloz, vervolgens opgewonden en zelfs hypernervus naarmate zij meer cafeïne innemen. Suiker heeft een soortgelijk ingrijpend effect op iemands humeur en gedrag. Elke stof die uw inwendige biochemie tijdelijk of blijvend verandert, kan de manier veranderen waarop uw persoonlijkheid wordt uitgedrukt en u het leven ervaart. Zodra u uw zelfdestructieve voedingsgewoonten opgeeft en uw fysieke mineralen en celzouten in evenwicht brengt, kunt u een buitengewone doorbraak van uw zelfbewustzijnsniveau verwachten.

Chemisch gezien is elk mineraal een kristal, ook die in uw lichaam, ook de fosfaten in uw DNA. Elk van deze minerale kristallen heeft toegang tot een andere trillingsfrequentie en zendt een voortdurende geluidstoon uit (op onhoorbare frequenties). Hij is een ontvanger, versterker en zender op een bepaalde frequentie.

Organische stoornissen lijken door gemoedstoestanden (bijv. onderdrukte woede) te kunnen worden veroorzaakt, maar zij worden vaak *ook* door een verstoring van het mineralen- en celzoutenevenwicht veroorzaakt. Als het mineralenevenwicht in het lichaam is verstoord, moet dat door iets zijn veroorzaakt. De aanleg tot een bepaald mineralentekort is vaak genetisch bepaald, d.w.z. in het DNA gecodeerd, dat als een kristalzender kan worden opgevat die berichten naar alle andere kristallen in het lichaam uitzendt, waardoor hun expressie wordt gewijzigd. DNA-patronen zijn in vroegere generaties ontstaan. Zo hebben wij een logisch verband tussen onze huidige emoties en onze voorouders gelegd, waarmee wij bij het inzicht terugkomen dat huidige gedragspatronen voornamelijk door vroegere generaties worden bepaald. Als wij aannemen dat onze relaties eveneens door patronen in onze stamboom worden beheerst, is het een betrekkelijk kleine stap naar de gedachte dat het mislukken van relaties een biochemische oorzaak *kan* hebben, en wij onze relaties kunnen verbeteren door ons hele wezen op een moleculair niveau daarvoor gereed te maken.

De homeopatische remedieskaart uit *De harmonie van gezondheid*, die deze les aanvult, werd door Margaret Summerville ontwikkeld, een Rayid-beoefenaar en natuurgenezer uit Australië. De kaart geeft zeer nauwkeurige remedies voor elk van de twaalf Rayid-irisstructuren. De begeleidende opmerkingen geven een zeer gedetailleerde uitleg over de toepassing van deze remedies, waaronder de belangrijke vitaminenbehoeften van de vier irisstructuren die niet in de lijst op bladzij 117 van *What the Eye Reveals* of op bladzij 158 van *Wat het oog onthult* zijn opgenomen. In de pocketversie van de *Harmonie van gezondheid*-kaart (kaart nr. 4 op de lijst van Rayid-produkten) staan de mineralen- en vitaminenbehoeften van elke irisstructuur, evenals de 1M- en 10M-weefselzouten. Als u een praktizerend homeopaat bent,

zou deze kleinere naslagkaart wel eens zeer nuttig voor u kunnen blijken.

De homeopathisch gepotentieerde *Formule 12*-mineralenremedie kan in de beginfasen van de fysieke genezing worden gebruikt. Haar uitwerking kan echter worden versterkt als eerst uw lichaam door geschikt voedsel en vasten is gezuiverd en ontgift. *Formule 12* voorziet in alle minerale behoeften uit de eerste kolom van de *Harmonie van gezondheid*-kaart voor alle irisstructuren, en bevordert het vermogen van het lichaam om de werkelijke mineralen uit gezond voedsel te kunnen opnemen. Zij kan daarom aan het einde van fase een of aan het begin van fase twee worden gebruikt (zie kaart en uitleg op bladzij 109-111 uit *What the Eye Reveals* of op bladzij 156-158 van *Wat het oog onthult*), de fase waarin het lichaam door constitutionele voedingsvernieuwing wordt versterkt. Na een volledige *Formule 12*-kuur is het lichaam gereed om de constitutionele weefsel-/celzouten te gebruiken.

Homeopathie is veel subtieler dan voedingswerk, daarom zijn de effecten minder ingrijpend. Toch zult u veranderingen waarnemen als:

1. huid - vaak ontwikkelt zich een gezonde glans, branderige plekken beginnen te verdwijnen;
2. iris - gaat glanzen, de vorm van de pupil wordt symmetrischer;
3. een algeheel gevoel van welzijn.

Formule 12 moet drie weken lang met zes druppels per keer worden ingenomen, tenminste vijftien minuten voor het ontbijt 's ochtends en opnieuw even voor het slapen gaan 's avonds. Weefselzouten moeten drie weken lang eens per week worden ingenomen, één pilletje per keer, d.w.z. in totaal maar drie pilletjes.

Het liefst moet u zich in de periode waarin u deze remedies gebruikt, aan een homeopathisch heilzaam dieet houden - geen alcohol, geen koffie, geen munt (in voedsel of tandpasta), geen varkensvlees, geen vis met een gladde huid, etc. Neem elke dag voldoende rust en lichaamsbeweging.

Mensen die een homeopathische behandeling ondergaan, kunnen symptomatische reacties vermijden door twee maal daags twintig minuten verplichte rust te nemen. Spirituele oefening wordt ook aanbevolen - geheel naar eigen voorkeur. Als u zich niet aan een zeer strikt homeopathisch regiem blijkt te kunnen houden, wees dan niet bezorgd. Deze remedies zijn zo krachtig dat u bijna altijd hun uitwerking zult merken.

Als u niet helemaal zeker van uw structuur bent, neem dan eerst de remedie voor de dichtere structuur die bij u lijkt te passen. Als u bijvoorbeeld twijfelt of u een Stroom-Juweel of een Stroom bent, gebruik dan eerst de aanbevolen remedie voor een Stroom-Juweel, en gebruik vervolgens in de vierde week de Stroomremedie als dat volgens uw gevoel nog nodig is. U hoeft niet bang te zijn voor de gevolgen van een verkeerde remedie. Bij deze potenties lijken ongeschikte remedies op water dat van een eendenrug afglijdt - zij schaden iemand niet, maar brengen alleen weinig veranderingen teweeg.

Voor veel mensen zullen de homeopathische constitutionele remedies (het derde onderdeel van het *Harmonie van gezondheid*-programma) overbodig blijken, vooral als eerst het lichaam is gezuiverd en het mineralen- en celzoutenprogramma met een ander dieet worden gecombineerd dat in de begeleidende tekst bij de kaart wordt aanbevolen.

VINGERTOPCONTROLE

Als u één vingertop iets nieuws kunt leren, zal het hele lichaam volgen.
- Milton Erickson

Les: doe het wat kalmer aan en verspil geen energie meer.

Een van de belangrijkste therapieën voor alle constitutietypen begint bij de vingertoppen. Zij zijn de inlaatpunten van de meridianen en vertegenwoordigen de hoogste trilling van het lichaam. Milton Erickson had gelijk. Als u zich aan uw hand ergert, hak hem dan *niet* af; bied hem liever de helpende hand. Door bij uw vingertoppen te blijven stilstaan kunt u uw gedachten vertragen. Beweeg uw vingertoppen minder en na verloop van tijd zal de energiestroom door de meridianen dieper in de celstructuur van het lichaam doordringen en in celgeheugen worden omgezet. Hoe langzamer u uw vingertoppen beweegt en hoe gevoeliger u bent terwijl u deze les leert, hoe meer het elementaire geheugen in uw lichaam wordt versterkt. Door uw bewustzijn op deze manier op uw vingertoppen te richten, leren uw handen feitelijk hoe zij een aantal lessen op het emotionele, fysieke en mentale niveau aan uw lichaam kunnen leren.

Blijf geconcentreerd. Het zal moeite kosten. Begin het proces met uw handen stil te houden terwijl een ander praat. Als u iets wilt zeggen, mag u volop expressieve handbewegingen maken, maar als een ander praat, moet u uw handen stil en van elkaar houden (d.w.z., ze mogen elkaar niet raken) met diep respect voor de mededeling die u ontvangt. Dit is een belangrijke kinesthetische les.

Zie *Constitutionele therapieën*, later, waarin een uitgebreid voorbeeld wordt gegeven hoe vingertopcontrole bij een Juweel wordt toegepast, de structuur die er misschien het meeste baat bij heeft als het mentale lawaai verstomt.

ALPHA-MEDITATIE

De oceanische getijden op aarde hebben een natuurlijk ritme waarbij eb en vloed elkaar ongeveer twee keer per etmaal afwisselen. De mineralen in de innerlijke oceaan van het lichaam volgen de beweging van deze getijden. Wij moeten ons door regelmatige ontspanningsoefeningen bewust bij de dagelijkse ritmes van de aarde aansluiten.

Les: Alpha-meditatie leert Juwelen om meer toe te laten, en Bloemen om zich meer te concentreren.

Dit gedeelte is een aanvulling op de tekst op bladzij 113 van *What the Eye Reveals*, en op bladzij 151-152 van *Wat het oog onthult*.

Als u geen ervaring heeft, kunt u het beste een meditatieperiode van ongeveer 20-22 minuten aanhouden. Dit is een vierde deel van de cyclus van de hersenen die voor een volledige sinusgolfbeweging doorgaans ongeveer 90 minuten nodig hebben, en met deze periode zult u de beste resultaten bereiken. Later, als u zeer ervaren bent, kunt u uw meditatieperiode tot maximaal 40-45 minuten uitbreiden. Het heeft geen zin om langer te mediteren, aangezien het uiterst onwaarschijnlijk is dat u langer dan een halve hersencyclus in een alpha-toestand

kunt blijven. U kunt uw tijd op andere manieren nuttiger besteden. Twee periodes per dag is het aanbevolen minimum, drie periodes per dag is gewoonlijk het beste, en vier periodes kan in uitzonderlijke gevallen gewenst zijn.

Hoewel alpha-meditatie een algemeen toepasbare therapie is, kan iemand het beste een systeem van alpha-meditatie kiezen waarbij hij zich prettig voelt. Een ontspanningsoefening zal niet echt ontspannend zijn als iemand het gevoel heeft dat zijn lichaam door een ander aan een systeem van fysieke controle wordt onderworpen. Er bestaan veel verschillende lichamelijke ontspanningstechnieken. Kleine wijzigingen in de basisprocedure, op grond van iemands constitutietype, kunnen de meditatie bovendien effectiever maken. Voor Bloemtypen is rechtopzittend mediteren beter, terwijl Juweeltypen beter kunnen gaan liggen. Een liggende houding geeft Juwelen de kinesthetische ervaring van overgave; zij kunnen zich daardoor gemakkelijker ontspannen. Bloemen daarentegen zullen vaak in slaap vallen als zij liggend proberen te mediteren. Als dat gebeurt, raken zij onwillekeurig uit een verjongende alpha-toestand. De geringe fysieke inspanning om rechtop te blijven zitten geeft hun de ervaring van innerlijke controle en helpt hen om meer in het hier en nu te blijven. In het begin kan het voor Bloemen een hulpmiddel zijn zich op een extern lichtje of een kaarsvlam te concentreren in plaats van hun ogen te sluiten, maar daar moeten zij slechts tijdelijk gebruik van maken. Uiteindelijk moet iedereen zich op zijn *innerlijke* licht concentreren - dat is de beste manier om nieuwe gedragspatronen te scheppen en het mentale lichaam te ontwikkelen.

Het trainen van het mentale lichaam heeft als doel dat iemand hierdoor duidelijk geconcentreerd en toch open kan blijven. Daarom is het zo belangrijk om tijdens het mediteren waakzaam te blijven. Juwelen hebben echter de neiging zich te veel te concentreren, wat men enigszins kan vergelijken met het verkleinen van het gezichtsveld door de gordijnen voor een raam gedeeltelijk dicht te trekken. Juwelen kunnen de gordijnen leren open te trekken door dingen te leren toelaten. Het verstand is net zo min de bron van inspiratie als het raam de bron van het licht is. Als u echter de bron wilt zien, moet het raam van de waarneming schoon en helder zijn om het licht te kunnen toelaten. Terwijl Juwelen vaak een helder, maar beperkt gezichtsveld hebben, kunnen Bloemen doorgaans het hele schouwspel zien, maar is het beeld onscherp, mistig, alsof het raam beslagen is. Dit kan hun werkelijkheidsbeleving een droomachtig karakter geven, met de daarmee verbonden gevoelens van verlorenheid, geen contact hebben, uitzichtloosheid of verlatenheid. Bloemen zouden moeten mediteren om concreter en helderder te worden, terwijl Juwelen ontvankelijker moeten worden.

HERPROGRAMMERING VAN DE BIOLOGISCHE COMPUTER

Beschouw uw lichaam als een biologische computer die wordt bestuurd door een combinatie van genetische programmering (opgeslagen in het DNA) en gedragsconditionering (opgesloten in het onderbewuste en bewuste denkvermogen, door levenservaring ontstaan). U moet eerst aan het integreren van uw lichaam, gevoel en verstand werken, voordat u daadwerkelijk toegang kunt krijgen tot de verschillende programmeringsniveaus, waardoor u de instructies kunt veranderen die uw leven besturen.

Dit gedeelte is een korte uiteenzetting van sommige principes die aan het *Spectra Dynamics*-programma ten grondslag liggen (zie bladzij 112 van *What the Eye Reveals*; bladzij 150-151 van *Wat het oog onthult*). Dit programma en de twee ontspanningsbanden van Dorothy Gates

(*Releasing Self-Sabotage*, die bij deze les is inbegrepen, en *Building Body Harmony*) bevatten de beste technieken die tegenwoordig beschikbaar zijn, om uw algehele trillingsfrequentie te verhogen. Neem voor meer informatie over het *Spectra Dynamics*-programma contact op met Rayid Nederland.

Premissen over u als een programmeerbare biocomputer

1. Uw sociale en fysieke ervaringen worden in hoge mate door een innerlijk mechanisme gereguleerd.
2. Uw biocomputer moet een bepaalde trilling hebben die door genetische boodschappen is voorgeprogrammeerd die mogelijk tot hoogstens 10% door uitwendige invloeden worden veranderd. (Maar de meeste van deze uitwendige ervaringen worden waarschijnlijk op de een of andere manier door uw innerlijk mechanisme veroorzaakt.)
3. De programmering kan worden veranderd, waardoor uw levenservaring overeenkomstig zal veranderen.

Als u in een auto 1000 kilometer aflegt, komt u door veel verschillende landschappen. Als u uw bestemming bereikt, is het echter nog steeds dezelfde auto, alleen wat meer versleten. Dat geldt ook voor uw persoonlijkheid met haar levenservaringen. Mensen denken dat zij veranderen, maar de meeste ervaringen die schijnbaar tot iemands ontwikkeling bijdragen, zijn voorspelbare, chronologische uitingen van iemands grondtrilling - zij *veranderen* iemand niet, zij weerspiegelen slechts de ontplooiing van het persoonlijkheidstype tijdens het leven.

Als u uw levenservaringen wilt veranderen, moet u de kaart wijzigen die de bestuurder aanhoudt. Dit betekent dat u objectief leert kijken naar uw computer, het gekrenkte ego dat probeert u te manipuleren. Als de diepste boodschap van het ego '*Ik ben een stuk vuil*' is, zal het dit zelfbeeld op de buitenwereld projecteren en ervaringen aantrekken die dit zelfbeeld bevestigen.

Als u uw beperkende patronen wilt overwinnen, zult u uw waarneming enigszins moeten wijzigen. Probeer bijvoorbeeld van uw hele lichaam bewust te blijven, terwijl u een bepaalde gebeurtenis in uw leven meemaakt. Hierdoor zult u een ruimer waarnemingsgebied ontwikkelen en u niet van uw fysieke wezen afsluiten als u mentaal of emotioneel bent ingesteld. Door de zintuiglijke waarneming te ontwikkelen leert het analytische verstand tevens om juist datgene dat het onderzoekt, niet af te schrikken. Vergeet niet dat elke vraag een scheiding bevestigt. Als u volkomen zeker van uw filosofie of manier van handelen bent, verkeert u in ernstige moeilijkheden. Openheid is zeer belangrijk.

Hoe u de biocomputer kunt programmeren

1. *Herken de natuurwetten die uw leven beheersen.*
2. *Schep een trillingsopening* - door een alpha-toestand in de hersenen te leren scheppen. Alleen in een alpha-toestand kunt u toegang krijgen tot de onbewuste programmeringsniveaus in het lichaam. Elke lichaamsbeweging (praten inbegrepen) wekt beta-golven op. Daarom is

het uitspreken van gewone verbale affirmaties eigenlijk tijdverspilling aangezien het geen duurzame veranderingen zal voortbrengen. Zodra u in een alpha-toestand een affirmatie doet, wordt zij echter een zelfstandig staand golfpatroon.

3. *Laat oude programmeringen los.* Dit vereist 21 yin-deblokkeringen (gedurende 21 nachten).

4. *Installeer een nieuw programma.* Dit vereist 21 yang-invoeren, in de tegenwoordige tijd gesteld. U kunt een blijvende verbinding tussen een positieve affirmatie en een element uit uw omgeving (zoals zonlicht) scheppen om telkens als u dat uitwendige element tegenkomt, een negatief zelfbeeld te vervangen.

5. *Speel het nieuwe patroon in een rollenspel.* Dit versnelt het veranderingsproces. Affirmaties alleen zijn niet voldoende. Leer van kussens te houden en u zult gemakkelijker van mensen kunnen houden. Speel in een rollenspel de kenmerken van iemand die u bewondert, zodat die trekken in uzelf worden versterkt.

6. *Breng de hieruit voortvloeiende lichamelijke veranderingen in balans.*

7. *Pas nieuwe processen toe.*

Anders gesteld, de natuurwetten verlangen van u dat u:

1. het belang van het lichaam erkent;
2. dat u zowel de bedrieglijke als genezende functie van het denkvermogen herkent;
3. zich ontspant om een trillingsopening te scheppen;
4. de kracht van woorden gebruikt om een nieuw imago te scheppen;
5. zintuiglijke sleutels in het onderbewuste gebruikt om uw nieuwe zelfbeeld honderden keren per dag op te roepen;
6. het belang van herhaling en volharding herkent; en
7. uw verbeeldingskracht en activiteit (zoals rollenspel) gebruikt om duurzame veranderingen tot stand te brengen.

RITUELEN

Een zuiveringsritueel is een ceremonie waarbij een hogere aanwezigheid wordt aangeropen om een problematische situatie te veranderen. Door uzelf aan een hogere macht over te geven (die ook als de essentie van uw eigen wezen kan worden opgevat), brengt u uw problemen op een hoger plan waar zij door de geest van genade kunnen worden opgelost/geheeld.

Deze informatie is een aanvulling op de opmerkingen op bladzij 113-114 van *What the Eye Reveals* en bladzij 152-153 van *Wat het oog onthult*.

Om vooruit te komen is het belangrijk uw verleden achter u te laten. Hoed u voor die vormen van psychotherapie die uw bewustzijn van uw *vroegere* persoonlijkheid in stand houden, waardoor uw ontwikkeling wordt belemmerd. Evenzo is het belangrijk u niet door de toekomst te laten leiden. Blijf in het hier en nu. Dicht de energielekken in uw aura door de hulp van uw hogere machten in te roepen. Rituelen hebben deze functie. Probeer niet te begrijpen *waarom* zij werken, want uw verstand probeert u slechts van uw huiswerk af te

houden.

Onderschat de subtiele kracht van rituelen niet. Wees u ervan bewust dat, als u met zuiveringsrituelen begint, uw familieleden u als een toilet voor hun emoties zullen gaan gebruiken. Zelfs als zij ver weg zijn, moet u niet verbaasd staan om onderzoekende telefoontjes te krijgen waarin zij naar uw bezigheden zullen informeren. Nogal logisch, want door de kracht van zulke rituelen zult u de onbewuste afspraken verbreken die u vroeger met hen heeft gemaakt om met hen verbonden te blijven.

Zoals in het boek werd benadrukt, dient u uw rituelen zo duidelijk mogelijk te formuleren. Vergeet niet het beperkende patroon tot vier generaties terug en vier generaties in de toekomst te zuiveren. Identificeer de tak van de stamboom waarvan de negatieve controle afstamt, benoem het thema en, indien mogelijk, de meridiaan in uw lichaam die is aangetast. Ongeveer 85% van alle Juwelen hebben een transgeneratieve angst voor kritiek. Bloemen hebben een soortgelijke angst voor scheiding, die doorgaans als een gevoel van verlatenheid of eenzaamheid wordt ervaren, en met veel verdriet gepaard gaat. Dit zijn de twee voornaamste oerangsten die men moet kwijtraken.

Het ritueel voor Juwelen op bladzij 114; bladzij 153 van het boek is eenvoudig en doeltreffend. Dit voorbeeld laat zien hoe door een weloverwogen ritueel een bepaalde lijn die door de stamboom loopt, kan worden hersteld en gezuiverd. Elke lijn van negatieve transgeneratieve invloed veroorzaakt vervormde denk-, gevoels- of fysieke gewoonten waardoor men wordt beperkt. Het denkvermogen is gekwetst en verwrongen, het lichaam is stilgelegd, de meridianen zijn geblokkeerd. Onze defensieve reactie op deze pijn is hetzij agressiever te worden, hetzij onze reacties te verzwakken telkens als wij met dat specifieke thema worden geconfronteerd. Door rituelen, juiste voeding, lichaamswerk, beweging en andere therapieën kunnen wij het lichaam omscholen om anders te reageren. Rituelen kunnen het beste worden uitgevoerd nadat men de juiste constitutionele mineralenremedies en weefselzouten heeft gebruikt (fase een op de kaart op bladzij 111 van *What the Eye Reveals* of op bladzij 149 van *Wat het oog onthult*).

Probeer de *positieve* bestaansredenen van deze patronen in uw leven te begrijpen. Het kan zinvol zijn om aan het einde van uw ritueel de specifieke onbewuste reden aan te geven waarom u vanuit het gezichtspunt van uw structuur deze invloed moest ondergaan. Als u bijvoorbeeld een Bloem bent, vervang dan de zin in het Juweel-ritueel die begint met "Nu kan ik vrij en open zijn...", door de zin "Nu kan ik overtuigd en zeker van mijn ware zelf zijn. Ik weet wie ik ben." Veel transgeneratieve lessen voor Bloemen hebben als doel hen eerst met eenzaamheid en vervolgens met klaarheid te confronteren. Als u een Juweel bent, zal de "negativiteit" hoogstwaarschijnlijk nodig zijn geweest om u naar de rechter hersenhelft te duwen, om u de ervaring van onbeheersbaarheid te geven. Het Juweel-ritueel op bladzij 114 van het boek erkent de waarde hiervan. Dezelfde gedachte zou misschien wat sterker aldus kunnen worden geformuleerd: "Nu kan ik een waarachtig gevoel van overgave ervaren, voelen, mij openstellen, mijn ware zelf toestaan zich aan mij bekend te maken."

Ziekten kunnen ook een richtsnoer zijn welk soort ritueel men het beste kan gebruiken. Bij Stromen (met een sterk kritiekpatroon) of Juwelen (met een mentaal controlepatroon) die aan multipale sclerose lijden, was de onbewuste neiging om hun zelfcontrole te verliezen, zo sterk dat zij een fysiologisch mechanisme voortbracht dat hen dwong om los te laten, door letterlijk het zenuwstelsel af te breken.

Vergeet niet: waaraan u ook lijdt, God heeft het niet veroorzaakt. Niets goddelijks heeft dit lijden ooit bij u teweeggebracht. Het ontstond door het onbewuste mechanisme van het ego dat toegang tot het Oneindige probeert te krijgen door sociale of fysiologische ervaringen te creëren die u kunnen helpen om de noodzakelijke lessen te leren. Deze manier van leren wordt overbodig als u via andere middelen leert inzien wie u bent.

Na uitvoering van een zuiveringsritueel zult u zich enkele dagen misschien wat minder prettig voelen. Ga in dat geval elke dag een tijd lang rustig liggen tot het gevoel overgaat. Als u een krachtig ritueel heeft uitgevoerd, moet u zo mogelijk de *hele* volgende dag zo rustig mogelijk blijven liggen. Door u te ontspannen zal de energie zich gemakkelijker kunnen verplaatsen en zult u het energetische geruis in uw binnenwereld kunnen horen. Na enkele dagen zult u tot bedaren komen. Als uw fysieke wezen eerst wordt gezuiverd en aangepast, kunnen de pijnlijke emoties die vaak tijdens zulke psycho-emotionele zuiveringen worden ervaren, tot een minimum worden teruggebracht.

Ga niet meer naar uw verleden terug als u een aantal rituelen heeft uitgevoerd om u van negatieve transgeneratieve invloeden te zuiveren. Als u "vibratielifters" tegenkomt die u in uw verleden willen terugtrekken of uw toekomst proberen te voorspellen, verzoek hen dan om weg te gaan. Denk vooral niet uw bestemming te kennen. Laat gewoon uw nieuwe richting, uw nieuwe persoonlijkheid te voorschijn komen.

Nu volgen enkele aanwijzingen om uw eigen rituelen te kunnen samenstellen.

Ritueel om de energie van een ongeboren kind te bevrijden. Als u een man of vrouw bent en een abortus of miskraam heeft gehad, is de spirituele entiteit van het kind nog steeds aanwezig en moet deze worden verwijderd. Vergeet uw schuld- of verantwoordelijkheidsgevoel in deze situatie. Voor uw vooruitgang zijn morele vraagstukken onbelangrijk.

Tijdens de conceptie hecht het energiepatroon van een kind zich aan de energiematrix van zijn ouders en wacht het op zijn indaling. Als het embryo al dan niet opzettelijk wordt afgedreven, kan de energie/entiteit geen uitweg vinden en wacht zij op een gelegenheid om zich in uw energieveld te kunnen manifesteren. Geef dat ongeboren kind een concrete naam (bv. Harrie of Saartje) en laat hem opnieuw in de ether los door hem aan uw eventuele spirituele gids toe te vertrouwen of hem door tussenkomst van de Liefde te bevrijden (zoals in de voorbeelden op bladzij 114 van *What the Eye Reveals* of bladzij 152-153 van *Wat het oog onthult*). U hoeft niet in de werkzaamheid hiervan te geloven, doe het gewoon. Voor dit ritueel hoeft u niets te verbranden of op te schrijven. Zeg het gewoon en het is voorbij.

Rituelen om het onbewuste hechtweefsel te ontbinden waarmee u aan het verleden van uw stamboom zit vastgeklonken. Het Juweel-ritueel in het boek is een voorbeeld van dit soort zuiveringsrituelen. Indien u een ritueel voor beide takken van de stamboom wilt uitvoeren, neem dan minstens drie dagen pauze tussen beide rituelen, maar wacht niet langer dan drie weken. Deze rituelen behoren niet aan mensen te worden gegeven die de reikwijdte van uw advies niet kunnen overzien. Zij hoeven echter niet in de werkzaamheid van het ritueel te geloven, zij hoeven het alleen maar uit te voeren.

Als u zich bewust bent van een vorm van negatieve controle door een van uw ouders, bv. uw moeder, besef dan dat niet alleen zij hiervoor verantwoordelijk is, maar dat haar hele tak van

de familie u probeert te controleren. Daarom is het zo belangrijk de vier generaties te omvatten die bij haar eindigen, en zo mogelijk tijdens het ritueel uw familieleden op te noemen. De reden om het voorbehoud "mij al dan niet bekend" altijd toe te voegen, is om er zeker van te zijn dat u de bevrijding niet tot vormen van controle beperkt die u bewust heeft opgemerkt.

ENGELENVLEUGELS

Deze opmerkingen zijn een aanvulling op de beschrijving op bladzij 115 van *What the Eye Reveals* en bladzij 153-155 van *Wat het oog onthult*.

De sequentie begint met een fysieke ervaring van het verstandstype (Juweel), omdat elke handeling, elke verandering in het denkvermogen moet ontstaan, als iemand op zijn doel gericht blijft terwijl hij door de uitdagingen van het leven wordt getroffen. Het gevoel dat met de Juweelbeweging (foto's 1 en 2 in het boek) is verbonden, is een gevoel van erkenning, klaarheid en alertheid, een gevoel van weten, en het bewustzijn dat het eigen ware zelf *in* het lichaam aanwezig is. Overgave aan dit weten is het gevoel dat met de Bloembeweging (foto's 3 en 4) is verbonden: een woordeloze stilte die volledig ontvankelijk voor al het erkende is. De ervaring van bewuste overgave begint het lichaam met trillingen te vullen waardoor het energieniveau wordt verhoogd. Dit leidt automatisch tot de ervaring van opwinding, vreugde, viering en enthousiaste dankbaarheid die met de dynamische Shakerstructuur (foto's 5 en 6) is verbonden. Terwijl de trilling van die energie steeds sterker wordt, doordringt de trillende bezieling die met de Shaker is verbonden, geleidelijk uw hele lichaam, uw botten, elke cel. Feitelijk gaat zij van binnen naar buiten, vult u op en zal tenslotte de integrerende energie van de Stroom over uw aura verspreiden. Als u met de Stroombeweging (foto's 7 en 8) begint, kan het nuttig zijn u voor te stellen dat het water van de waterval niet alleen in uw nabijheid naar beneden stroomt; voel het via de bovenkant van uw hoofd en door uw lichaam naar beneden stromen, terwijl het de energie van elk basistype in uw celstructuur integreert.

De Engelenvleugels-sequentie is ontworpen om u uw eigen lichtlichaam te laten ervaren, uw energiepatroon dat geleidelijk uw fysieke lichaam, uw lichamelijke universum opvult. Aan het einde van de sequentie heeft u het gevoel thuis te zijn. U hoeft nu nergens heen te gaan omdat u overal bent, vandaar het gevoel van volkomen rust waarvan mensen doorgaans melding maken nadat zij de Engelenvleugels hebben gedaan.

Zo nodig kan Engelenvleugels in een horizontale houding met opgeheven knieën of met gekruiste benen in de Indiase meditatiehouding worden uitgevoerd. Deze horizontale variant is vooral voor mensen die vanwege ziekte niet al te lang kunnen staan. Tijdens de hele sequentie of tijdens afzonderlijke constitutionele bewegingen kan men ook verschillende mantra's reciteren.

CONSTITUTIONELE THERAPIEën

Alle persoonlijkheidstypen zijn op hetzelfde doel gericht: de innerlijke aanwezigheid te leren kennen en zich ermee te verenigen. Elk voelt hetzelfde verlangen naar welzijn, geluk, vreugde en liefde. Vanwege hun fysiologische, psychologische en gedragsverschillen heeft elk van de vier constitutionele basistypen verschillende therapieën nodig, maar elk doorloopt

dezelfde sequentie naar hetzelfde doel (zoals op de *Genezingsfases*-kaart wordt aangegeven).

De voedingsrichtlijnen en -adviezen in deze paragraaf zijn voor Rayid-beoefenaars bestemd die ook praktizerend voedingsdeskundige zijn. Als u niet zeker van uw structuur bent, roep dan deskundige hulp in. Het kan schadelijk zijn een ander dieet voor te schrijven dat de bestaande spijsverteringsproblemen zou kunnen verergeren.

Juwelen

Een therapeutisch basisprincipe dat voor alle structuren geldt, is een oude, ongezonde gewoonte door een nieuwe, gezondere gewoonte te vervangen. Juwelen moeten hun aandacht van hun verstand naar hun lichaam verplaatsen. De volgende instructies kunt u geven om hen daarbij te helpen.

1. *Houd uw handen stil.*

Zit met uw handen uit elkaar, ze mogen elkaar niet aanraken, zit er niet op, houd geen pen vast, maak geen aantekeningen. Ontspan uw handen; de rest van uw lichaam volgt later.

2. *Houd uw hoofd stil als iemand iets zegt of is uitgesproken.*

Beweeg uw hoofd niet meer op en neer als schijnbare bevestiging van wat een ander zegt. Met elk knikje stoort u hem feitelijk. Hetzelfde geldt als u uw benen over elkaar slaat en naast elkaar plaatst. (Hetzelfde geldt ook voor elke beweging van de oogleden en lippen, maar u moet in de beginfase Juwelen niet *te* veel stof tot nadenken willen geven, want dat zou contraproductief zijn; bewaar dat dus voor een later consult.)

3. *Geen gebrom of auditieve uitingen terwijl een ander aan het woord is.*

Maak geen geluid als een ander is uitgesproken, tenzij u hem een vraag wilt stellen. Stop met dat ge-èhè! Als u tijdens een gesprek het laatste woord heeft of aan een neurologische impuls toegeeft, wordt hierdoor uw ontvankelijkheid voor een gevoel van intimiteit geblokkeerd.

Als u met deze neurologische onderbrekingen ophoudt, zullen de Bloemen in uw leven misschien kwaad worden, omdat zij waarschijnlijk een verlatings-thema hebben en op uw schijnbare vervreemding kunnen reageren. Dat is hun eigen boosheid; daarvoor bent u niet verantwoordelijk. Een Bloempartner die gewend is om deze onderbrekingen als een teken van aandacht op te vatten, zou zich zeer onzeker kunnen voelen als u plotseling daarmee ophoudt. Laat uw partner daarom weten dat u nog steeds geïnteresseerd bent; maak duidelijk dat u alleen maar wilt proberen om anderen niet langer neurologisch te storen als zij met u praten. Uw partner zou zelfs onder de indruk kunnen raken van uw nieuwe niveau van ontvankelijkheid.

4. *Lees drie maanden niets.*

Juwelen nemen altijd visuele informatie in zich op. Zij zullen dit waarschijnlijk zelfs moeilijker vinden dan hun handen te beheersen.

5. *Zes maanden lang zult u niets begrijpen of ergens een mening over hebben.*

Nergens weet u de naam van, evenmin weet u wat het betekent of begrijpt u er iets van. U heeft geen verstandelijke meningen. Doe afstand van de behoefte aan een *ja*- of *nee*-ervaring als u op mededelingen van anderen reageert.

Tijdens een consult zou de dialoog ongeveer als volgt kunnen gaan:

"Doe afstand van uw begrip van het woord of concept 'begrijpen'. Begrijpt u dat?"

"Ja", zullen zij onvermijdelijk antwoorden.

"Nee, u begrijpt het niet! Als u denkt dat u iets begrijpt, heeft u zijn vibratie vastgelegd en uw ervaring ervan beperkt."

Zodra Juwelen in een kamer komen, zullen zij altijd alles en hun relatieve positie ten opzichte van alle andere dingen in de kamer classificeren. Hierdoor scheppen zij een mentale matrix die de *beleving* van de trilling van het voorwerp blokkeert, d.w.z. zij blokkeren het *voelen*. Hou een pen omhoog en vraag hen: "Weet u wat dit is?"

"Ja, een pen."

"Nee, het is *geen* pen. Het heeft geen naam meer, het is een *gevoel*. Als u dit voorwerp werkelijk zou kennen, zou u precies weten hoeveel elektronen het bevat, de bindingskracht van zijn ionen kennen, hoe de moleculen zijn gecombineerd, hoe het van materie in lichtenergie en omgekeerd kan worden omgezet. Als u dit werkelijk zou begrijpen, zou u zijn trilling ogenblikkelijk voelen. U zou niet alleen zijn functie kennen, maar weten dat het een weg naar God is. Begrijpt u dit?"

"Nee. Maar..."

"*Nee* is het verkeerde antwoord. *Nee* is een mening. U moet zes maanden lang afstand doen van alle meningen over begrijpen of niet begrijpen. Begrijpt u?"

Als zij ontkennend antwoorden, heeft dat nog steeds met begrijpen te maken. Hetzelfde geldt voor een bevestigend antwoord. In beide gevallen onderwerpen zij zich aan een bepaalde definitie van iets, waardoor zij zichzelf beperken.

"Maak er een gewoonte van op beelden en gevoelens in plaats van op gedachten te letten. Maak er een gewoonte van het voorwerp dat u waarneemt, te *voelen* in plaats van te *benoemen*. In plaats van aan bijvoorbeeld een 'boom' te denken, moet u zich in het bestaan ervan inleven - neem het in uw lichaam op. Probeer u bewust te zijn van uw ademhalingsstelsel, bloedsomloop en andere lichamelijke organen en functies terwijl anderen met u praten en u naar hen luistert."

Al deze regels zijn bedoeld om de Juweel in een yin-toestand te brengen, iets wat velen van hen nooit eerder hebben ervaren.

Alle neurologische impulsen verhinderen dat trillingen in het lichaam worden vastgehouden (wat wij gevoel noemen). Als u Juwelen zover kunt krijgen om tien minuten volledig rustig te blijven zitten, beginnen zij soms te huilen, en weten zij niet waarom. De reden is simpel: de emotie die door hun onbewuste neurologische onderbrekingen wordt geblokkeerd, begint door te breken.

Vraag hen: "Stel u voor dat u nog alle energie zou hebben die u de afgelopen vijftien jaar met hoofdknikjes, hand- en lichaamsbewegingen heeft verspild. Hoe zou dat voelen?" Zelfs bij een consult van een uur kan men een Juweelcliënt in een toestand brengen waarin hij zich volgens eigen zeggen nooit eerder zo ontspannen heeft gevoeld.

Nadat u dit alles aan een Juweel heeft uitgelegd, moet u hem tenslotte opnieuw vragen of hij het heeft begrepen. Als zij bevestigend antwoorden, hebben zij een mening. Met dit soort dialogen kunt u hen werkelijk provoceren, want zij willen zo vreselijk graag begrijpen, zij denken het te begrijpen en antwoorden daarom bevestigend. Herinner hen eraan dat zij een

mening hebben, zelfs als zij ontkennend hebben geantwoord.

Als een Juweel dit programma van leren toelaten uitvoert, zal zijn denkvermogen hierdoor vlijmscherp worden en de dingen willen *ervaren* die hij vroeger door uitleg heeft *begrepen*. Het denkvermogen van de Juweel zal uiteindelijk even scherp en geconcentreerd als een geslepen diamant worden.

Door dit hele proces worden hun Juweleigenschappen vollediger ontwikkeld, waardoor zij in hun kerntrilling worden opgenomen. Dit wordt bereikt door hen via ervaren, niet via denken de kinesthetische ervaring van het Bloemtype bij te brengen. "Wordt zo door ontspanning, niet door inspanning", kunt u tegen hen zeggen.

De tegenpolen verstand en gevoel sluiten elkaar wederzijds uit zolang iemand nog onbewust is. Door uw hele lichaam te laten ontwaken, staat u uw lichaam toe om gevoelig voor trillingen te worden. Hierdoor kunt u vibraties oftewel gevoelens ervaren. Als het verstand zich met analyseren bezighoudt, neutraliseert hij gevoelens door ze zodanig te benoemen en te classificeren dat zij niet meer bij hem terugkomen - ze zijn verdwenen.

Schakel hun vermogen in om alert te zijn. Leer hen dat hun beste vriend uit het verleden (het verstand) in werkelijkheid een jaloerse minnaar is.

Mensen beseffen niet hoe onbewust ze zijn. Als u een Juweel met zijn dwangmatige gedrag confronteert, zal hij gaan inzien hoeveel van zijn gedrag hij niet bewust in de hand heeft.

Juwelen moeten tegen het verstand zeggen: "Bedankt dat je me in het verleden zullen goede diensten hebt bewezen. Ik ga nu verder om een nieuwe levenswijze te ervaren. Jouw taak is om op al mijn kleine bewegingen te letten en ze te verminderen, zodat ik mij niet onbewust voor sensitieve signalen afsluit." Door het verstand deze nieuwe taken te geven (op alle kleine bewegingen van iemand te letten) wordt het zodanig beziggehouden dat het zich niet afgedankt voelt.

Een andere nuttige instructie: "Word bewust van uw borstklier." De borstklier (thymus) bevindt zich net boven het hart - zij vormt de ingang naar het hart. Zij wordt vaak als een gevleugeld hart afgebeeld. Het is de plaats waar men toegang tot het hartbewustzijn kan krijgen, het beginpunt om toegang tot alle andere meridianen te kunnen krijgen. Juwelen zouden dit met hun voorstellingsvermogen moeten doen.

"Zet uw mentale toestand in een toestand van voortdurende verbeelding om. De verbeelding geeft toegang tot een bewustzijnsniveau dat niet met het verstand is verbonden. Blijf elk moment van de dag in uw borstklier, ongeacht wat u verder doet, tot uw denkvermogen het vermogen heeft ontwikkeld om dit beeld op een onderbewust niveau te scheppen."

Juwelen met een Harmoniepatroon hebben kinesthetische stimulatie nodig; hier is een krachtige massageteknik met wrijven, kneden, etc. gewenst die ook de onderliggende weefsels bereikt.

Juwelen en voeding

Door slechte voeding en slechte voedselopneming hebben Juwelen vaak spijsverteringsproblemen.

Zij stappen gemakkelijk op een nieuw dieet over als u hun de fysiologische redenen daarvoor uitlegt. Breng het spijsverteringsproces dat helemaal over afbreken en verwerken gaat, onder hun mentale aandacht, iets wat Juwelen toch graag willen. Vooral als zij vroeger pijn hadden, zullen zij na deze uitleg meestal voldoende gemotiveerd zijn.

Juwelen zijn meestal bereid om langer op resultaten te wachten. Doorgaans bereiken zij ook minder snel resultaten dan Bloemen.

Zij hebben meer rauw voedsel nodig, vooral rauwe groenten voor de reiniging en voor sommige mineralen die als spoorelementen in deze groenten voorkomen. Zij hebben doorgaans twee of drie keer per dag groenten, vooral zetmelen nodig. De juiste verhouding tussen de opgenomen hoeveelheid groenten en vruchten is bij hen gewoonlijk 6 : 1 (groente : fruit). Juwelen kunnen eiwitten doorgaans tamelijk goed verwerken, daarom hebben zij slechts één keer per dag een gezond soort eiwit nodig.

Als een Juweel te veel yang eet, betrekkelijk ongekookte levensmiddelen met vlees, raakt het lichaam verstopt.

Juwelen moeten beslist worden gereinigd en kunnen vaak direct met vasten beginnen. Bij een Juweel met een erg gevoelig darmkanaal moet men echter niet onmiddellijk een reinigingsprogramma van rauwe voedingsmiddelen voorschrijven; in dergelijke gevallen is een overgangsdieet van gestoomde groenten gewoonlijk vereist. Juwelen hebben geen ingewikkeld dieet nodig en, als hun ingewanden in goede conditie zijn, zou een goed reinigingsdieet 's ochtends uit fruit en 's middags uit groentesappen bestaan.

Het is uitstekend hen aan te moedigen zo nu en dan iets volslagen gekst te eten dat absoluut niet op hun dieet staat, bv. roomijs. Daardoor komen zij gemakkelijker los. Anders bestendigt u hun constrictiviteit door hen aan een rigide dieet te houden.

Bloemen

Bloemen onderbreken door afwezig te raken. Dit is eerst in hun ogen zichtbaar, daarna zakken hun monden open. Als dit gebeurt, heeft u hun Bloemheid (dat is om niets bepaalds te zijn) opgewekt. Bloemen kunnen deze onbewuste onderbrekingen tegengaan, maar de stappen zijn subtieler en innerlijker - het heeft eerder met *laten* dan *doen* te maken.

Observeren en analyseren zijn geen gebruikelijke bezigheden voor Bloemen, en door auditieve en mentale prikkeling worden zij in een yin-toestand gebracht. Het is daarom weinig zinvol hun bepaalde opdrachten te geven, zoals u bij een Juweel zou doen. U kunt beter naar middelen zoeken waardoor zij zelf het vuur van hun passies kunnen ontsteken en door hun *emoties* in een aanwezige, alerte toestand kunnen komen. Een Juweel zou willen weten hoe hij dat kan doen, maar een Bloem is daarbij niet gebaat. Dat kan het moeilijk maken om nuttige remedies of handelingen voor te schrijven. Het is niet gemakkelijk een Bloem wakker

te schudden. Zij moeten zelf al zeer gemotiveerd zijn om te kunnen veranderen.

Bloemen met een Harmoniepatroon kunnen eveneens baat vinden bij kinesthetische stimulatie. Gebruik bij hen een zachte massagetechniek met zachte strelingen, die alleen de buitenkant stimuleert.

Over voedingsprogramma's hebben Bloemen minder uitleg nodig dan Juwelen. Zij zijn snel verveeld en willen doorgaans na enkele weken een ander programma. Zij hebben veel aanmoediging en steun nodig om hun voedingsgewoonten te kunnen veranderen. Binnen een bepaalde samenhang hebben zij ook variatie nodig. Als het dieet te beperkend is, zullen zij het opgeven. Vanuit het standpunt van een voedingsdeskundige zijn het goede cliënten, omdat zij steeds terugkomen!

Bloemen kunnen u vragen: "Hoe weet ik of ik mij door het dieet beter voel?" Laat hen er dan een week mee stoppen om te zien hoe zij zich dan voelen. Dit is voor hen een bewijs, waarna zij zich er gemakkelijker aan kunnen houden. Zij hebben echt behoefte aan gekke dingen in hun dieet om zich eraan te kunnen houden, "traktaties" om de sleur te doorbreken.

Bloemen hebben diëten nodig die hun essentie versterken. Zij moeten niet direct gaan vasten om zich te ontgiften. Als zij daaraan toe zijn, moet hun dieet veel chroom, calcium, magnesium en fosfor bevatten. Althans in het begin moeten zij weinig fruit eten, want dat kan bij hen tot een onevenwichtige bloedsuikerspiegel leiden.

Bloemen hebben doorgaans twee of drie keer per dag gezonde eiwitten nodig, bv. tahoe, tempeh, vis, lams- of rundvlees. Dit is nodig om hun bloedsuikerspiegel stabiel te houden. (Hypoglycaemie komt bij Bloemen, vooral Shaker-Bloemen, vaker voor dan bij andere typen.) Over de hele dag verspreid hebben zij per keer slechts kleine hoeveelheden eiwit nodig.

Bloemen kunnen plantaardige eiwitten minder gemakkelijk afbreken dan dierlijke eiwitten. De meeste Bloemen moeten op zijn minst kleine hoeveelheden dierlijke voedingsmiddelen eten. Zij moeten ook weer aangroeien voordat zij hun natuurlijke openheid kunnen onderzoeken. Als zij veel reinigingskuren volgen, kunnen zij instorten.

Bloemen zijn ook vatbaar voor hormonale schommelingen, zoals PMS bij vrouwen. Een ander dieet zal hun gemoedstoestanden beïnvloeden en hen stabiliseren.

Shakers

Shakers moeten vaak weer gezond worden door het aankweken van betere voedingsgewoonten. Zij zijn doorgaans minder voorspelbaar dan andere structuren, krijgen vaak nieuwe diëten voorgeschreven, en gebruiken soms vreemde voedselcombinaties bij door henzelf samengestelde maaltijden. Als u twijfelt, behandel Shakers dan volgens hun bijkomende Juweel- of Bloemoriëntatie.

Op relatieniveau moeten Shakers het belang van hun betrekkingen met hun familie en vrienden erkennen, en meer met hen omgaan om hen beter te leren kennen. Dit netwerk

vertegenwoordigt de Stroomeigenschappen van ergens bij te horen. Shakers hebben behoefte aan de ervaring van verbondenheid - niet alleen uitwendig, maar ook inwendig met de familie van klieren, organen en andere lichaamsdelen. Door zich bewuster te zijn van hun lichaamsfuncties kunnen zij minder zweverig worden.

Zoals hierboven werd vermeld, zijn Shaker-Bloemen bijzonder vatbaar voor een onevenwichtige bloedsuikerspiegel. Vooral Shaker-Bloemen moeten eerst een gezonde voedingsbodem aankweken voordat zij met een reinigingskuur beginnen. Mannelijke Shakers hebben ook vaak een onevenwichtige stofwisseling, terwijl vrouwelijke Shakers vaak menstruatieproblemen hebben.

Shaker-Juweelmannen zult u zelden met kwalen bij een therapeut aantreffen. Zij zullen zich eerder opranden dan bepaalde kwalen ontwikkelen.

Stromen

Ook Stromen kunt u doorgaans volgens de Juweel- of Bloemstructuur behandelen die bijna altijd naast hun Stroomgerichtheid aanwezig is.

Met betrekking tot hun voeding eten Stromen gewoonlijk snel, kauwen zij niet genoeg en voelen zij zich vaak onder tijdsdruk staan, waardoor hun maagzuur verandert en de opneming wordt belemmerd. Doorgaans gaan zij, vooral Stroommannen, niet rustig zitten eten. Het is belangrijk voor hen om meer tijd voor hun maaltijden te nemen. U kunt hen hiervan onder meer doordringen door hen te vertellen dat de voorgeschreven verandering van dieet de uiterlijke verschijningsvorm van hun lichaam ten goede zal komen.

Stromen zullen vaak hun kwalen negeren en niet snel deskundig advies inwinnen. Zij moeten leren inzien dat zij beter nu kunnen beginnen zichzelf te helpen, omdat dat later veel moeilijker zal zijn.

Stromen hebben ook vaak last van ontstekingen, moeten meer water drinken en zout vermijden. Geef hun zuivere vruchtensappen als zij naar zout verlangen. Hun lichaam heeft feitelijk behoefte aan alkalisatie door de inname van organisch gebonden elementen, zoals natrium in groenten. Silicium, dat in groentestengels voorkomt, is ook een zeer belangrijk mineraal voor dit type.

Kleine hoeveelheden dierlijk eiwit (50%) en plantaardig eiwit (50%) zijn voor Stromen de beste eiwitten. Vroeger of later worden zij gewoonlijk vegetariër.

Stromen hunkeren naar opwekkende middelen, gebruiken daarom doorgaans koffie, thee of nicotine, en worden tot dingen aangetrokken die een neurologische prikkeling bestendigen. Het is belangrijk hen van voedingsmiddelen en gewoonten af te helpen die tot innerlijke nervositeit leiden.

Naam leerling:

BEGRIPSTEST 8

Omcirkel bij elke vraag één keuze (Juist of Onjuist). Als u de hele begripstest heeft ingevuld, stuur dan s.v.p. uw antwoorden naar Rayid Nederland.

1. Verwezenlijking van uw potentieel leidt tot gezondheid en harmonie. Juist Onjuist
2. Rayids therapiestelsel zal andere geneesmethoden overbodig maken. Juist Onjuist
3. Door elk zichtbaar symptoom met succes te behandelen, kan iemand uiteindelijk werkelijk worden genezen. Juist Onjuist
4. Een hoofddoel van Rayid is alles te voelen. Juist Onjuist
5. Zelfs ontwaakte Juwelen zullen zich veel dingen afvragen. Juist Onjuist
6. U moet eerst uw problemen herkennen voordat u ze kunt genezen. Juist Onjuist
7. Fase Een-therapieën hebben vooral met onbewuste, verborgen thema's en reiniging van doen. Juist Onjuist
8. "Laat een Juweel verhongeren, voedt een Bloem" is de algemene regel. Juist Onjuist
9. Ziekte is onmogelijk als de twaalf meridianen harmonisch en evenwichtig functioneren. Juist Onjuist
10. Het is belangrijk om zowel symptomen te behandelen als om de kernstructuur met therapieën in evenwicht te brengen. Juist Onjuist
11. De meeste Bloemen zijn bang voor kritiek. Juist Onjuist
12. Het ego kan ons de weg naar heelheid wijzen als wij zijn kracht erkennen. Juist Onjuist
13. Rituelen zijn de beste manier om toegang tot transgeneratieve persoonlijkheidstrekken te krijgen en die te veranderen. Juist Onjuist
14. Elk van de vier persoonlijkheidstypen leidt uiteindelijk naar dezelfde ervaring. Juist Onjuist
15. Een Juweel moet de behoefte aan begrijpen opgeven om zijn verstand te kunnen overstijgen. Juist Onjuist

- | | | |
|--|-------|---------|
| 16. Shakers moeten het belang van hun verbindingen met de stamboom erkennen. | Juist | Onjuist |
| 17. Bloemen zijn op hun best als ze veel steun en aanmoediging krijgen. | Juist | Onjuist |
| 18. Zelfs therapieën die niet tot resultaten leiden, zijn zinvol, omdat zij leren verantwoordelijkheid voor uzelf te aanvaarden. | Juist | Onjuist |
| 19. Vanuit therapeutisch gezichtpunt moeten Bloemen als Juwelen kunnen handelen en moeten Juwelen als Bloemen kunnen handelen. | Juist | Onjuist |
| 20. Rust versterkt de grondslag van het lichaam. | Juist | Onjuist |