

U A I R A

*Realisatie der Malvaleer*

*bezustzijnsontwikkeling voor lichaam, ziel en geest*



# Algemene Basisles

## 2014

# Algemene Basisles

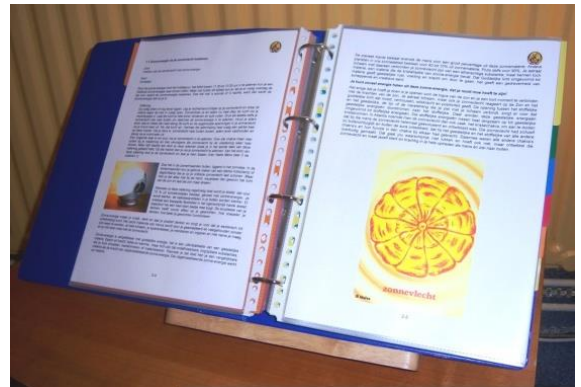
*“Grondbeginselen, die elke cursist zou moeten weten”*

## Inleiding

Op het verzoek van meerdere van mijn eerdere cursisten is deze les tot stand gekomen. Een les waarin alle belangrijke aspecten, die eigenlijk elke cursist bij Vayra behoort te weten, zijn samen gebracht. Bij elk onderwerp is aangegeven bij welke cursus het hoort. Maar dat wil beslist niet zeggen dat het niet ook in een andere cursus terug komt, of sowieso leuk en belangrijk is om te weten!

## Bedoeling van deze basisles

- Cursisten en andere geïnteresseerden op de hoogte brengen van de belangrijkste regels en informatie rondom het behandelen volgens de Malvaleer, maar ook hoe om te gaan met de Ankh en Kosmische Schijven. Daarmee is deze les meteen een klein naslagwerk voor wanneer je zelf op een verantwoorde wijze aan de slag wilt.



met een hartelijke groet,



Hedwig Arkenaar-Poiesz,  
Docent en auteur

Nieuw Guineaplein 21,  
2022 PE Haarlem  
e-mail: info@vayra.nl

# Inhoudsopgave

Inleiding		1
1.	Algemene regels voor het maken van je eigen behandelruimte	3
2.	Algemene regels bij het geven van behandelingen	4
2.1	Démagnetiseren	4
	<i>behandeling A</i>	5
	<i>behandeling B</i>	5
2.2	Démagnetiseren, wanneer wel en wanneer niet?	5
3.	Instralen van meerdere hoofdchakra's tijdens een behandeling	5
	<i>behandeling</i>	5
3.1	Bijzonderheden rond de zonnevlecht	6
3.2	Specifieke regels instralen elleboog- en kniechakra's	7
3.3	Specifieke volgorde instralen elleboog- en kniechakra's	7
3.4	Afsluiten van chakrabehandeling, waarbij de zonnevlecht is ingestraald	7
4.	Op juiste wijze omgaan met een aura	7
5.	Jezelf weer 'heel' maken	8
	<i>oefening</i>	8
6.	Massages	9
7.	Lichtbaden met gekleurd licht	9
	<i>behandeling</i>	9
7.1	Aftoppen van de afzonderlijke kleuren bij lichtbaden	10
8.	Meridiaanbehandelingen	10
9.	Wanneer een behandeling ogenschijnlijk niet werkt	11
	<i>behandeling</i>	11
10.	Duur van instralen per behandeling	11
11.	Hoelang doorgaan met behandelen?	12
12.	Overeenkomsten en verschillen tussen Ankh en Kosmische Schijven	13
12.1	Belangrijk om te weten over de Ankh	13
12.2	Belangrijk om te weten over de Kosmische Schijven	13
13.	Tot slot	14
14.	Wat nog weleens vergeten wordt!	14

# Behandelingen: Je Basisinformatie

## Basismateriaal voor alle Vayra cursisten

“Grondbeginselen, die elke cursist zou moeten weten”

### 1. Algemene regels voor het maken van je eigen behandelruimte

Doel:

Een behandelruimte creëren waar je cliënten en jij zich prettig en op hun gemak kunnen voelen.

Voor:

Cursisten, om op de juiste wijze cliënten te kunnen ontvangen en op hun gemak te stellen.

- Ontvang je cliënt het liefst in je eigen behandelruimte, een ruimte die daar zoveel mogelijk voor bestemd en bedoeld is. Dat is belangrijk omdat je daar een rustige en ontspannen sfeer opbouwt die bij jou als therapeut past. Maak daarom deze behandelruimte niet afstandelijk, zakelijk en koud, maar zorg er liever voor dat bijvoorbeeld het genezende zonnige warme geel in deze ruimte vertegenwoordigd is. Die kleur nodigt de ander uit zich thuis te voelen! Daarnaast kun je naar eigen behoefte andere kleuren in deze ruimte gebruiken.
- Biedt de ander altijd voorafgaand aan elke behandeling eerst de gelegenheid om rustig op een stoel, naast of tegenover je, zijn verhaal te kunnen doen. Zodat hij voor zichzelf duidelijk krijgt wat er in de afgelopen periode veranderd is en zich kan ontspannen voor de behandeling. Bovendien kun jij je daardoor afstemmen op de situatie van de cliënt, zoals die op dat moment is. Daar kun je de behandeling eventueel op aanpassen en toesnijden.
- Zorg dat je behandeltafel voor jou de juiste hoogte heeft en dat je cliënten er goed en gemakkelijk op kunnen gaan liggen. Een te smalle en een te harde behandeltafel is niet prettig. Maar zorg er wel voor dat jij niet onnodig je rug belast door noodgedwongen in een verkeerde houding te gaan staan. Vraag eventueel je cliënt wat meer naar jouw kant te komen liggen.
- Belangrijk voor de cliënt is dat hij het niet koud krijgt. Wanneer de behandelruimte minstens een graad warmer is dan je huiskamer zal je cliënt al bij binnenkomst dat als prettig ervaren en zich makkelijker ontspannen. Tijdens de behandeling is het aan te raden om de temperatuur zelfs nog enkele graden hoger te laten zijn! Een straalkachel boven je behandeltafel is dan ook een uitkomst wanneer je dit goed wilt regelen!
- Prettig en sfeervol licht in de behandelruimte is veel aangenamer dan koude kantooverlichting. Voor de cliënt is het belangrijk dat hij het gevoel heeft van buitenaf niet zichtbaar te zijn, ook al is het je eigen tuin die aan je behandelkamer grenst.
- Een (schone) handdoek op de behandeltafel die de tafel helemaal bedekt ligt een stuk aangenamer dan een koude gladde ondergrond en is uiteraard een must, als het om hygiëne gaat.  
De meeste mensen liggen met hun hoofd op minstens één kussen meer ontspannen dan zonder kussen. Zorg dat er voldoende handdoeken bij de hand zijn om de cliënt na



- de behandeling mee af te kunnen dekken, wanneer hij ligt bij te komen of na te genieten.
- Een geurtje en kaarsje tijdens het gesprek en warme olie en prettige achtergrondmuziek tijdens de behandeling maken het geheel af en geven je cliënt een prettig en vertrouwd gevoel in goede handen te zijn.
- Neem ruim de tijd, zodat je een langdurige behandeling af kunt ronden met een kopje thee of koffie voor de cliënt de deur uit gaat.

## 2. Algemene regels bij het geven van behandelingen

### 2.1 Démagnetiseren

*Doel:*

*Zoveel mogelijk spanningen en negativiteit uit de aura van de ander verwijderen, voor je begint met het instralen en toevoegen van positieve energie. Dit om te voorkomen dat je de spanningen en negativiteit in de aura van de cliënt ongewild versterkt.*

*Voor:*

Elke cliënt die bij je komt.

Behandeling A, liggend:



Laat de cliënt op de buik op de behandelafel gaan liggen. Leg je beide handen over het hoofd op het voorhoofdchakra. Je maakt contact met dit chakra door je handen er even heel rustig op te leggen. Je spant de spieren van je handen en onderarmen licht aan, zodat je handen trekkend worden. Met die trekkende handen ga je rustig over het hoofd. Ga dan met de rechterhand over de rechterschouder en met de linkerhand over de linkerschouder tot aan de beide ellebogen, daar stop je even zonder de cliënt los te laten. Op deze manier démagnetiseer je ook de elleboogchakra's. - Er

kan namelijk, juist in de armen en schouders, heel veel onbewuste spanning zitten, die je op deze manier meeneemt in je behandeling. - Dan ga je terug nog steeds met trekkende handen over de bovenarmen en schouders naar de nek. Vanuit de nek trek je beide handen naast elkaar over het midden van de rug naar beneden. Bij de billen aangekomen gaan je handen iets uit elkaar zodat je over beide billen, bovenbenen, door de knieholtes en de onderbenen tot en met de voetzolen alle negatieve energie uit de aura van de ander weg trekt. Na de voetzolen kun je twee dingen doen: Je brengt je handen naar de grond zodat alle negativiteit door de aarde wordt opgenomen, of je slaat beide handen goed af. Dit is noodzakelijk om er voor te zorgen dat jij als therapeut deze negativiteit niet bij je houdt en vervolgens tijdens de behandeling weer instraalt. Dit démagnetiseren kun je nog 2 maal herhalen, als je het gevoel hebt dat het nodig is, omdat je niet alle negativiteit in één keer hebt weg kunnen halen.

Waarom aan de achterkant en niet aan alle kanten? Je démagnetiseert op die manier de kundalini, de aanhechtingsplaats van alle chakra's.

- De meeste spanning bouwt zich op aan de achterkant van het lichaam en bij het voorhoofdchakra. Je denken (voorhoofdchakra) kleine hersenen, nek, schouders, bovenarmen en schouderkoppen en je gehele rug, benen en knieën en voeten zijn allemaal plekken waar mensen vaak onbewust spanning vasthouden.

- Wanneer je de achterkant van de aura helemaal goed ontlad, trek je daarmee vanzelf ook de spanning die aan de voorkant zit mee.

Behandeling B, zittend:

Zet de cliënt op een kruk met beide benen naast elkaar op de grond en de armen naar beneden hangend langs de zijkant van het lichaam, of laat hem staan. Ook nu begin je aan de achterkant van het lichaam. Je gaat achter de cliënt staan en legt je beide handen op het voorhoofdchakra. Je maakt contact met dit chakra door je handen er even heel rustig op te leggen. Je spant de spieren van je handen en onderarmen licht aan, zodat je handen trekkend worden. Met die trekkende handen ga je rustig over het hoofd, ga dan met de rechterhand over de rechterschouder en met de linkerhand over de linkerschouder tot aan de schouderkoppen, daar stop je even zonder de cliënt los te laten. Op deze manier démagnetiseer je ook de schouders. Er kan namelijk heel veel onbewuste spanning juist de schouders zitten, die je op deze manier meeneemt in je behandeling. Dan ga je terug nog steeds met trekkende handen over de schouders naar de nek. Vanuit de nek trek je beide handen naast elkaar over het midden van de rug naar beneden.

Bij de kruk aangekomen, trek je daar je handen los van het lichaam en slaat ze af, of je maakt contact met de aarde en laat daar de negativiteit in wegvloeien. Vervolgens ga je aan de rechterzijkant staan. Démagnetiseer met je handen vanaf het hoofd langs de zijkant van de hals, de schouder, bovenarm, elleboog, onderarm en hand. Bij de hand gekomen houd je die even tussen je handen en trekt dan het laatste restje negativiteit er uit.

Vervolgens doe je exact hetzelfde aan de linkerkant van je cliënt.

## 2.2 Démagnetiseren, wanneer wel en wanneer niet?

### Wel:

In principe vóór elke behandeling waarbij je de ander op de één of andere manier gaat instralen. Moet dat persé? Nee, maar het is wel vaak aan te raden, zeker bij cliënten die voor het eerst komen, of heel gespannen mensen. Je loopt anders het risico dat je de spanningen en negativiteit bij de ander versterkt door jouw instralen. Merk je tijdens je behandeling dat het laatste het geval is en je hebt de ander per (ongeluk) nog niet gedémagnetiseerd, stop dan de behandeling. Démagnetiseer de ander alsnog en begin dan opnieuw met je behandeling.

### Niet:

Als het eerst onderdeel van de behandeling bestaat uit het instralen met de kleur blauw, dan kun je beter démagnetiseren **nadat** je dit blauw hebt ingestraald, want blauw maakt los. Wanneer je bijvoorbeeld de zonnevlecht instraalt met lichtblauw en tegelijkertijd voorzichtig dit chakra opendraait, haal je op die manier al de spanning en negativiteit uit dit chakra en hoef je niet persé de ander helemaal te démagnetiseren. Er zijn ook behandelingen die op zich al reinigend werken en waarbij vooraf démagnetiseren wel mag, maar vaak niet echt nodig is.



## 3. Instralen van meerdere hoofdchakra's tijdens een behandeling

In één behandeling kun je alle hoofdchakra's met hun eigen kleur instralen. Je begint altijd met het basischakra en eindigt met het kruinchakra. Tenzij de behandeling die je wilt geven het anders voorschrijft! Dan is daar een goede reden voor en hoort dat bij die specifieke behandeling!

### Doel:

*Het gehele energiesysteem, geestelijk zowel als stoffelijk, weer helemaal opladen.*

Voor:

Mensen die helemaal leeg, energieloos en oververmoeid zijn.

Behandeling:

Laat je cliënt in zijn blootje op de behandeltafel gaan liggen. Démagnetiseer eerst de cliënt. Begin dan, zoals altijd, met het instralen van het basischakra. Leg daarvoor beide handen op het basischakra en straal 3 minuten in met rood. Vervolgens beide handen op het miltchakra 3 minuten met oranje, de zonnevlecht 3 minuten met geel, het hartchakra 3 minuten met groen en het keelchakra 3 minuten met blauw, het voorhoofdchakra 5 minuten met indigo en het kruinchakra 3 minuten met violet. Als afsluiting draai je de zonnevlecht dicht (zie 3.1 - 3<sup>de</sup> punt).



Het voorhoofdchakra straal je wat langer in omdat mensen die leeg, energieloos en oververmoeid zijn vaak doemdenken en piekeren.

### 3.1 Bijzonderheden rond de zonnevlecht

- Benader een zonnevlecht nooit abrupt, maar met respect, de ander is daar namelijk héél gevoelig.
- Straal een zonnevlecht altijd met je rechterhand eerst in met zacht blauw en draai hem rustig open. Leg daarvoor je rechterhand op de navel en ga dan over de huid van de buik richting rechter bovenbeen van degene die je instraalt, vervolgens richting linkerbovenbeen en terug omhoog naar het uitgangspunt. Deze draaiende beweging kun je een paar maal herhalen terwijl je lichtblauw instraalt. De zonnevlecht heeft een doorsnede van ongeveer 10 cm en het centrum van dit chakra bevindt zich 2 cm boven je navel. zodat alle spanning in dit chakra kan ontsnappen, gedurende maximaal 3 minuten. Dan mag je dit chakra met geel instralen in de vorm van een laserstraal, dus als een precisie instrument. Jouw zielekracht heeft wanneer je het met je volle hand doet namelijk het effect van 1000 of meer volt en dat is voor de ander lang niet altijd prettig! Die kleine gerichte straal geel licht kan de ziel van de ander dan verder zelf verspreiden en gebruiken naar believen.
- Wanneer je alleen de zonnevlecht instraalt, sluit hem dan altijd ná je behandeling af, zodat je cliënt niet met een wagenwijd geopende zonnevlecht je praktijk verlaat! Afsluiten doe je door de zonnevlecht dicht te draaien. Weer leg je je rechterhand op de navel, maar nu ga je met die hand op de buik eerst richting linker bovenbeen van de degene die je af wilt sluiten. Vervolgens verder in de richting van het rechterbovenbeen en weer omhoog naar het uitgangspunt. Draai zo drie keer op de buik je hand krachtig in dezelfde richting rond en trek dan je hand los van de huid en sla hem af.
- Gebruik **nooit de 4- kleurenschijf op of in de buurt van de zonnevlecht.**
- De zonnevlecht sluiten bij zeer nerveuze en gespannen mensen. Bij de meeste mensen blijft de zonnevlecht als je hem afsluit zo'n 4 à 4 ½ uur gesloten. Maar dit is niet het geval bij zeer nerveuze mensen. Iemand die heel zenuwachtig druk en gespannen is, haalt al zijn oer-energieën uit zijn zonnevlecht. Wanneer je bij hen die zonnevlecht afsluit, dan zul je merken dat na 2 à 2 ½ uur die zonnevlecht al weer open is! Dat is op zich niet zo erg, als je daar maar rekening mee houdt! Zenuwachtige gespannen mensen en mensen die grote spanningen achter de rug hebben, zullen instinctief dat chakra open duwen. Ze kunnen niet anders. Pas na een aantal behandelingen, wanneer ze wat minder gespannen en nerveus worden, neemt de tijdsduur, dat die zonnevlecht na het afsluiten ook gesloten blijft, toe. Hoe lekkerder je in je vel zit

hoe langer de zonnevlecht na het afsluiten ook dicht blijft zitten! Houd rekening met de verschillen!

In de schriftelijke cursussen 'werken met Chakra's, Aura en Kundalini en Werken met Ankh & Kosmische Schijven' kun je hierover meer informatie vinden.



### 3.2 Specifieke regels instralen elleboog- en kniechakra's

Wanneer je één aangedane knie of elleboog moet behandelen, behandel je in principe altijd beide knieën of ellebogen. De gezonde knie of elleboog wordt vaak door de verminderde functie van de aangedane knie of elleboog extra, zo niet over belast.

### 3.3 Specifieke volgorde instralen elleboog- en kniechakra's

Je begint in dat geval met het instralen van de **linkerknie**, dan vervolgens de **rechterknie**, de **rechterelleboog** en dan de **linkerelleboog**. Daarmee vorm je als het ware een vierkant. Deze volgorde is belangrijk in verband met de energiestroom tussen de elleboogchakra's en de kniechakra's.

In de schriftelijke cursus 'Werken met Chakra's, Aura en Kundalini' kun je hierover meer informatie vinden.

### 3.4 Afsluiten van chakrabehandeling, waarbij de zonnevlecht is ingestraald

Sluit zo'n behandeling altijd af met het dichtdraaien van de zonnevlecht. (zie 3.1)

## 4. Op juiste wijze omgaan met een aura

Er zijn drie vormen van aurabehandelingen.

- De aura uitwaaiëren, losmaken of verwijderen, waarna een nieuwe aura wordt opgebouwd. Hierbij werk je met je handen (vaak) van binnen naar buiten in de aura.
- De aura reinigen en voeden. Hierbij werk je met handen van buiten naar binnen in de aura.
- Behandelingen die binnen de aura plaats vinden.



Hierbij dicht je eerst de aura met het aanbrengen van violet aan de buitenkant van de aura! Zo kun je binnen de aura werken, zonder het risico te lopen dat de aura zich uitwaaiert.

Door even aan violet te denken kun je met je handen door deze afgesloten cocoon heen, om vervolgens in de aura te werken.

Wanneer je een aurabehandeling wilt afsluiten kruis je de armen en daarna de benen van je cliënt.

[Alles hierover leer je in de schriftelijke cursus 'Werken met Chakra's, Aura & Kundalini'.](#)

## 5. Jezelf weer 'heel' maken

'Heel' maken is de rechterkant en de linkerkant van het lichaam weer verbinden tot één geheel.

*Doel:*

*Afstand nemen van het voorgaande, voor, tijdens en na een behandeling.*

*Hoe:*

Door je vingers **op de juiste manier** naar elkaar te brengen.

*Voor:*

Therapeuten

Tijdens veel behandelingen wordt er van je gevraagd om de voorgaande handeling af te sluiten door je 'heel' te maken. Wanneer je dat doet voor een behandeling begint, tijdens een behandeling, of om een behandeling af te sluiten, doe het dan heel bewust en op de juiste manier.

*Oefening:*

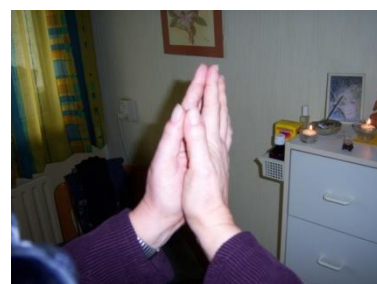
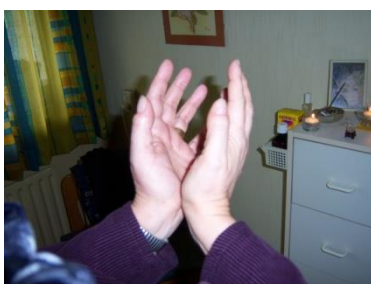
Breng je vingertoppen op de volgende manier naar elkaar toe. Doe dit op een ontspannen manier:

Houdt je handen heel bewust van elkaar af, door ze een eind uit elkaar te doen. Breng ze dan langzaam naar elkaar, de handpalmen een beetje omhoog gekeerd. Je zult merken dat wanneer je handen elkaar aanraken, dat de pinken het eerst bij elkaar komen (zie figuur 1).

Wanneer de pinken elkaar geraakt hebben, draai je de handpalmen rustig naar elkaar toe, waardoor de ringvingers en daarna de middelvingers en vervolgens de wijsvingers en ten slotte de duimen elkaar raken (zie figuur 2).

Je hoeft het niet extreem te doen en er naar te kijken. Je kunt dat rustig ontspannen doen, als je die vloeiende beweging maar maakt. Breng nooit die geestelijk en stoffelijke hand met een klap bij elkaar. Het is alsof je een geliefde tegemoet rent, snelheid maakt, steeds harder gaat lopen, evenals de ander, en dan met een enorme klap tegen elkaar opbotst, zo lief heb jij die ander! Zo werkt het niet, maar dat is wel wat je dan met je handen doet!

Je zoekt met deze houding (van je handen) niet de verstilling, het meditatieve. Het gaat niet om het naar binnen gaan, het in zichzelf gekeerd zijn om 'afstand te nemen van'. Wat dan wel? Het gaat erom, dat je jezelf weer 'heel' maakt, om weer verder te gaan (met bijvoorbeeld de behandeling).



## 6. Massages

Er zijn talloze massagetechnieken en mogelijkheden en cursussen daarin. In de cursussen die er gegeven worden bij Vayra zijn er een aantal massagetechnieken heel belangrijk. In elke cursus van Vayra wordt van je gevraagd om deze technieken toe te kunnen passen omdat ze vaak een essentieel onderdeel vormen van een behandeling. Sommige cursisten zullen die technieken zich al eigen hebben gemaakt.

De belangrijkste massageregels is:

*Een massage moet voor de cliënt prettig en aangenaam zijn en hem **uitnodigen** om zich te ontspannen of energie op te nemen.*

Daartoe moet je de volgende technieken kunnen beheersen:

- Masseren vanuit je gevoel. Zonder gevoel en betrokkenheid bij je cliënt kun je niet goed masseren. Daarvoor is het noodzakelijk dat je gevoel ontwikkeld is.
- Je masseer met je gehele handen (géén vingertoppen werk).
- Je maakt lange, stevig strijkende bewegingen.
- Er wordt uitgegaan van het lichaamstempo dat je cliënt heeft. Dat vraagt om concentratie en oefening van degene die masseert, dat moet je leren, niet alleen door te doen, maar ook door het aan den lijve te ervaren.
- Masseren kan alleen goed gebeuren op de blote huid en niet over de kleding heen.
- Bij de meeste massages wordt gebruik gemaakt van speciale olie (twee soorten, namelijk Sint Jansolie of Lavendelolie).
- Je laat het lichaam tijdens de massage zo min mogelijk los, maar masseert van beneden naar boven, waarna je de handen over de huid laat terugvloeien om vervolgens de volgende massage beweging te maken.
- Het lichaam wordt bij een massage meestal aan de achter- en voorkant gemasseerd.

## 7. Lichtbaden met gekleurd licht

*Doel:*

*Jezelf of een ander helemaal ontspannen en ontladen van negativiteit, om vervolgens jezelf of de ander weer op te laden met de kleur licht van jouw of zijn keuze (degene die opgeladen wil worden kiest zelf de kleur).*

*Voor:*

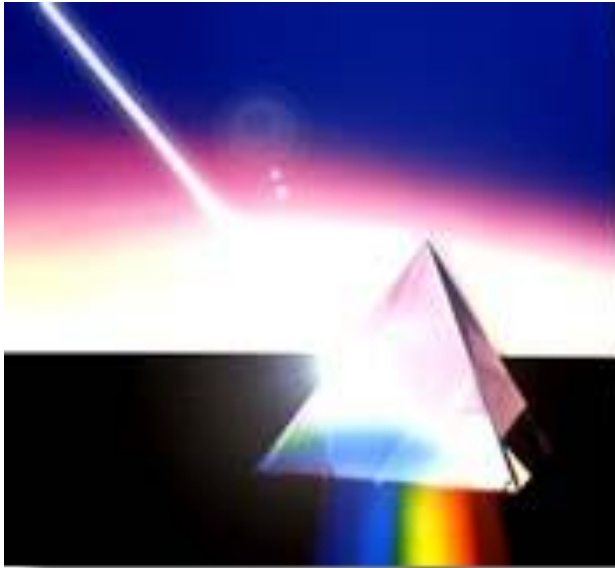
Iedereen, **met kennis van** het werken met gekleurd licht.

De kleur licht kan aan de hand van kleurkaarten blind gekozen worden (zie: 'Werken met Chakra's, Aura en Kundalini'). Bovendien is werken met gekleurd licht heel goed te combineren met een ontspannende of energiegevendende massage en voegt daar een extra dimensie aan toe!

**Behandeling:**

Ga in je blootje op een stoel zitten of liever nog op bed of ga op een behandeltafel liggen. Gekleurde kleding geeft in combinatie met een andere kleur licht een kleurenmenging die vaak niet gewenst is. Bovendien wordt licht door de huid ingeademd, maar ook door je ogen opgenomen en door je ademhaling ingeademd. Dit geldt ook voor licht met een bepaalde

kleur. Zorg er wel voor dat de temperatuur in de ruimte aangenaam is, zodat je het niet koud krijgt! Dat laatste is echt heel belangrijk, want een bibberend lijf neemt géén licht op!



Richt de lamp zoveel mogelijk op het gehele ontblote lichaam. Wanneer je een lichtbad neemt, begin dan altijd met een **paar minuten** onder een blauwe lamp te gaan. Blauw maakt negativiteit los en ontspant je helemaal. Daarna kun je het kleur licht van je voorkeur van dat moment gebruiken. Houd je echter wel aan de tijdsduur zoals hieronder aangegeven!

Bij de kleuren rood, oranje en geel licht, het lichtbad niet langer laten duren dan 30 minuten. Een lichtbad met groen, blauw, indigo en violet niet langer dan 20 minuten. Bij het zeer regelmatig nemen van lichtbaden (bijvoorbeeld elke dag) deze tijden halveren.

Elke gekleurde lamp is in principe geschikt om een lichtbad mee te nemen. Er zijn kogellampen met een kleur, maar door hun lage sterkte geven die vaak weinig licht, maar het kan wel! Er zijn reflectorlampen van 40 Watt en 60 Watt, die hebben een hogere en meer gerichte lichtopbrengst en zijn daardoor meer geschikt. Maar tegenwoordig bestaan er ook speciale lampen die alle kleurenmogelijkheden in zich hebben en op één kleur langdurig kunnen worden afgestemd. Ook die zijn prima geschikt.

### 7.1 Aftoppen van de afzonderlijke kleuren bij lichtbaden

Waarom is dit aftoppen noodzakelijk? Er bestaat het risico dat, zeker bij het heel regelmatig nemen van lichtbaden, de kleur blijft doorwerken, ook al is de lamp inmiddels al lang uit! Om dat te voorkomen moet je de kleur aftoppen.

Dit aftoppen is vooral heel belangrijk bij de kleuren groen, blauw, indigo en violet. Maar is bij de andere kleuren ook aan te raden. Je topt een kleur af door ná het nemen van een lichtbad in een bepaalde kleur, gedurende een paar minuten onder een lamp met een andere kleur licht te gaan liggen of zitten.

Welke kleur lamp komt daarvoor dan in aanmerking? Ga er vanuit bij de onderste 3 kleuren dat de daarboven gelegen kleur, dus oranje bij rood, geel bij oranje en groen bij geel gedurende een paar minuten voldoende is. Top de bovenste vier kleuren, groen, blauw, indigo en violet af met geel gedurende een paar minuten.

[In de schriftelijke cursus 'Werken met Chakra's, Aura & Kundalini' vind je een uitgebreide les over werken met gekleurd licht.](#)

## 8. Meridiaanbehandelingen

Wanneer je een meridiaan wilt **aanzetten**, doe dit dan altijd van **beneden naar boven**, dit geldt voor elke meridiaan! Alle meridianen op één na lopen door beide zijden van het lichaam, alleen de controlemeridiaan niet. Behandel dan ook altijd beide meridianen, dus in beide zijden van het lichaam! Wanneer je een meridiaan die te strak gespannen is juist wilt afnemen i.p.v. aanzetten

dan ga je over de meridiaan van boven naar beneden! Alleen mag je dit **nooit bij de controlemeridiaan** doen!

In de schriftelijke cursussen 'Werken met Chakra's, Aura en Kundalini' en 'Werken met Ankh & Kosmische Schijven' vind je hierover uitgebreide informatie.

## 9. Wanneer een behandeling ogenschijnlijk niet werkt

*Doel:*

*De behandeling zichtbaar, voelbaar succesvol te laten zijn.*

*Voor:*

Iedereen waarbij een behandeling, die normaal gesproken succesvol verloopt, nu ineens niet lijkt te werken. Of bij een behandeling, waarbij de cliënt **dénkt** dat deze niet werkt!

Wanneer je in de linker hersenhelft een blokkade hebt, dan ervaar je de gevolgen aan de rechterkant van je lichaam. Wanneer je een blokkade hebt in de rechter hersenhelft, dan ervaar je de gevolgen aan de linkerkant van het lichaam. Dit komt omdat de grote zenuwbanen zich vlak voor het hoofd in de nek kruisen. Er lopen dus lijnen die niet of nauwelijks zichtbaar zijn, maar die gekruist over je lichaam lopen.

**Behandeling:**

Doe in eerste instantie de behandeling waar het om gaat, exact zoals je hem altijd doet en voeg er dan het volgende aan toe:

Leg na de behandeling de cliënt op zijn buik, of je zet hem op een stoel, met de rug naar je toe. Vouw de vingers van je rechterhand helemaal naar binnen toe, zodat je met de knokkels van je hand vanaf de linkerschouder op een krachtige manier schuin (diagonaal) over de rug gaat en eindigt bij de rechterbil. Vervolgens doe je hetzelfde, maar nu van de rechterschouder naar de linkerbil in een diagonale lijn. Je hebt nu alles omgegooid, je hebt als het ware het hele proces in de hersenen omgegooid.

Dit kan bijvoorbeeld bij linkshandige cliënten noodzakelijk zijn. Hun rechter hersenhelft is sterker ontwikkeld dan hun linker hersenhelft. (Bij rechtshandige mensen is de linker hersenhelft sterker ontwikkeld). Bij linkshandigen moet je de behandeling dus als het ware 'omgooien' om het beoogde succes te bereiken! Maar ook al is iemand linkshandig probeer het altijd eerst op de normale manier en als dat niet werkt, gooi dan pas op bovenstaande manier als het ware de behandeling om.

Mocht je twifelen aan het effect van je behandeling, dan kan het geen kwaad om dit toe te passen als afronding van je behandeling. Op deze manier heb je de linker- en de rechterkant weer met elkaar in evenwicht gebracht en moet de behandeling werken. Bovendien is de cliënt, door deze afronding van je behandeling niet meer in staat de gegeven energie direct weer los te laten!

[Wil je meer weten over het herstellen van het evenwicht in een mens? Er is hierover een heel hoofdstuk in de schriftelijke cursus 'Werken met Chakra's, Aura en Kundalini'!](#)

## 10. Duur van instralen per behandeling

Bijna elke liefdevolle (beginnende) therapeut zal geneigd zijn alles te willen geven om zijn cliënt te helpen. Dat vinden de meesten ook hun taak. Maar ze vergeten daarbij al gauw aan zichzelf te denken. Elke behandeling kost de therapeut energie, ook al heb je de hoogste gaven, je



bent en blijft een mens en dan kost elke (be)handeling energie. Je cliënt komt bij je om geholpen te worden, maar je helpt hem niet door als tankstation te dienen en daarmee jezelf uit te putten. Je cliënt wordt een satelliet van jou en dat mag nooit de bedoeling zijn! Daarom is het van belang dat je weet waar grenzen liggen. Wanneer je een chakra instraalt dan is dat chakra binnen 3 minuten instralen geopend en neemt energie op, zo niet, stop dan want dan heeft behandelen (nog) geen zin. Dit kun je voelen en bij twijfel vraag je het na aan je cliënt. Binnen 5 minuten is dat chakra in de regel gevuld en weer helemaal opgeladen.

Alleen wanneer iemand echt totaal energieloos is en voor apegapen ligt heeft het bij hoge uitzondering zin om het basischakra en of miltchakra 10 minuten maximaal in te stralen, maar langer zeker niet! Wanneer je meerdere chakra's achter elkaar behandelt, doe dit dan 3 tot hooguit 5 minuten per chakra. Wanneer iemand totaal geen energie opneemt, ga dan niet zitten persen van het moet en het zal! Dat heeft geen enkele zin. Praat met je cliënt en probeer te achterhalen waarom hij zich niet openstelt, maar wel hulp zoekt. Probeer in dat geval eerst het vertrouwen te winnen en dan pas te behandelen.

## 11. Hoelang doorgaan met behandelen?

Dat lijkt een simpel te beantwoorden vraag maar is het zeker niet! In verreweg de meeste gevallen heeft het geven van één behandeling niet het gewenste effect op langere termijn. Want je cliënt, hoe dolgelukkig ook met wat je gedaan hebt, is vaak niet in staat om in één keer alle energie die jij gegeven hebt vast te houden en te gebruiken om zichzelf te veranderen. Dat is echt teveel gevraagd in één keer! Maar na 3 behandelingen voelt iemand wel degelijk duidelijk verschil, zo niet dan is het de vraag of de behandeling aansluit op het probleem van de cliënt en of de cliënt wel echt van het probleem af wil! Vaak wil men in dat geval de vervelende gevolgen van het probleem wel kwijt, maar het probleem zelf niet onder ogen zien, laat staan er iets aan doen! Heel menselijk, maar lastig te behandelen!

Waarom 3 behandelingen en niet 2 of 4? De eerste behandeling is nieuw en niet meer dan een kennismaking met hoe het anders zou kunnen zijn. De tweede (zelfde) behandeling wordt onmiddellijk herkend door ziel en lichaam en als het goed is opgepakt. Maar pas bij de derde (zelfde) behandeling worden het lichaam zowel als de ziel zich bewust van de genezende werking en gaan echt meewerken. Daarom is het ook belangrijk om niet voortdurend een andere (mogelijk beter werkende) behandeling te gaan toepassen. Een mens is een gewoontedier en heeft tijd nodig om te reageren! Wanneer je merkt dat je behandelingen aanslaan, ga dan heel geleidelijk de periode tussen de behandelingen in vergroten. Je cliënt leert daardoor om de gegeven energie optimaal te gaan benutten en leert tevens om zelf anders met zijn probleem om te gaan. Daarom kun je niet alleen met een behandeling volstaan, maar hoort daar een inleidend gesprek aan vooraf te gaan. Jou moet namelijk duidelijk worden wat er gebeurd is tussen de behandelingen door. Daar moet jij je therapie namelijk op afstemmen of bijstellen.

Hoe sterker je cliënt bereid is, om zelf mee te werken en zich aan jouw adviezen te houden, des te sneller werkt de therapie en des te korter hoeft die te duren! Vertel je cliënt dat ook, want die zal snel geneigd zijn om **jou** verantwoordelijk te houden voor het voortduren van **zijn** probleem. Alleen wanneer jullie je beiden inzetten kan er iets bereikt worden! Bouw altijd langzaam maar zeker je therapie af en verlaag de frequentie van de behandelingen tot de cliënt het weer op eigen kracht kan. Dit moet in de meeste gevallen in 3 tot 6 maanden het geval zijn, blij je cliënten niet vast houden en laat hen zich niet aan je vast klampen.

Heel veel therapeuten vinden het niet ethisch en verantwoord om zich te laten betalen voor een behandeling, laat staan om daar echt een bedrag voor te vragen. Natuurlijk moet je voor elke cliënt betaalbaar blijven, maar dat kan ook wanneer jouw cliënt gemotiveerd is om echt mee te werken en er voor te gaan. In de regel is iemand dat pas, wanneer hij er iets voor moet doen of laten en dat is nu eenmaal in onze maatschappij meestal met geld gemeoid. Mensen zijn en blijven mensen ook iemand



die vreselijk ziek is en graag van zijn ongemakken af wil! Bovendien moet jij als therapeut ook leven en dat kun je niet van de lucht. Besef dat er een evenwicht moet zijn tussen wat jij te bieden hebt en wat je cliënt er voor over heeft. Alleen dán zal je behandeling een optimale kans van slagen hebben.

## 12. Overeenkomsten en verschillen tussen Ankh en Kosmische Schijven

De overeenkomsten tussen de Ankh en de Kosmische Schijven zijn:

- Het zijn kosmische instrumenten.
- Ze zijn broer en zus van elkaar.
- Ze zijn afkomstig van de planeet Geza 4.
- Ze versterken alle drie (er zijn namelijk twee Kosmische Schijven, een 2- en een 4-kleurenschijf) op hun eigen wijze je genezende krachten.
- Ze vragen alle drie om bepaalde specifieke behandelmethode, die strikt volgens de aangegeven regels toegepast moeten worden.
- Alle drie instrumenten zijn vlak voor de periode van Atlantis naar de Aarde gekomen en hebben een hele duidelijke rol in Atlantis gespeeld.
- Het zijn alle drie instrumenten die een verbinding aangaan met degene die er mee werkt. Zij horen bij de therapeut die ze gebruikt.



De verschillen tussen de Ankh en de Kosmische schijf zijn:

- De Ankh en de Schijven zijn van verschillende materialen gemaakt.
- De Ankh heeft in de periode van het oude Egypte een belangrijke rol gespeeld, terwijl de Kosmische Schijven in die periode een andere minder opvallende weg gevolgd hebben.
- De Ankh gaat een zieleverbinding aan met degene die met hem werkt en neemt langzaam maar zeker zijn zieletrilling over. De Kosmische Schijven doen dat niet, maar gaan wel een collectieve verbinding met iedereen die er mee werkt aan. De schijf waarmee je werkt wordt op den duur als het ware een 'maatje'.
- De drie instrumenten hebben eigen specifieke behandelmethodes, waar ze bij gebruikt worden.

### 12.1 Belangrijk om te weten over de Ankh

- Een therapeutische Ankh heeft twee benen, maar geen stenen of andere toevoegingen.
- Een Ankh gaat een zielebinding met de gebruiker aan en kan dus niet door meerdere mensen gebruikt worden.
- **Poets een vuil geworden Ankh niet!** Je neemt een deel van de werking van de Ankh weg.
- Berg de Ankh als je hem niet gebruikt op in een donkere doek of zakje, dat geen licht doorlaat.
- Was een Ankh altijd onder **koud** water af.

### 12.2 Belangrijk om te weten over de Kosmische Schijven

- Er zijn twee Kosmische Schijven: een 2- en een 4-kleurenschijf.
- De 2-kleurenschijf mag je bij alle chakra's gebruiken
- De **4-kleurenschijf** mag je **nooit op of in de buurt van de zonnevlecht** gebruiken!
- Leg de schijf tijdens de behandeling altijd met het geel gericht naar de zonnevlecht.

- Wanneer je de 2-kleurenschijf op of in de buurt van de zonnevlucht gebruikt leg hem dan met het geel naar de linkerkant van de cliënt gericht op de huid
- Berg beide schijven **los** van elkaar op in een donkere doek of in een zakje.
- Was een schijf altijd onder **koud** water af!

[Meer hierover uitgebreid in de schriftelijke cursus 'Werken met Ankh & Kosmische Schijven'.](#)

### 13. Tot slot

Was na elke behandeling je handen tot en met je polsen onder koud water om de verbinding met je cliënt te verbreken, voor je met de volgende cliënt begint of met andere activiteiten!

### 14. Wat nog wel eens vergeten wordt!

Denk als (aankomend) therapeut **eerst** aan jezelf en wanneer het met jou goed gaat dan pas aan een ander! Wanneer het namelijk met jou goed gaat, heb jij de ander wat te bieden, anders niet!

