



# Sungazen

Ron van Dijen

Ron van Dijen schreef een boek over 'Sungazen'. Zijn zoektocht naar een oplossing voor zijn reumatische en psychische klachten eindigde bij de ontdekking wat zonlicht voor hem deed. Hij heeft er zijn levenstaak mee gevonden; de genezingskracht van zonlicht delen met andere mensen en gebruiken voor een gezond lichaam en leven. Ron vertelt over zijn visie omtrent sungazen en de opvolgende ontwikkelingen die hij daarbij ontdekte en nu vormgeeft.

Nadat de diagnose reuma en depressie bij hem door artsen was vastgesteld boden zij als oplossing medicatie aan. Meer kon er voor hem niet worden gedaan. Daar medicatie geen optie

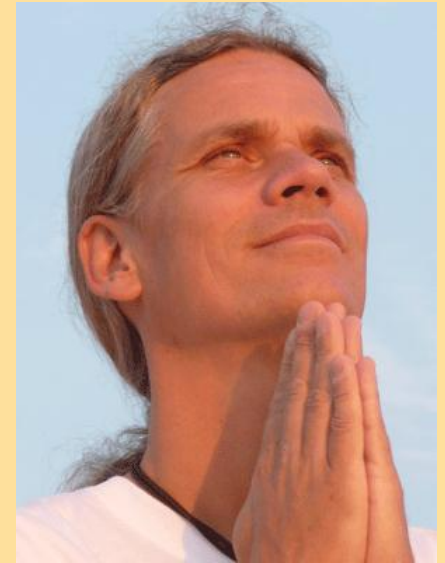
was voor Ron betekende dit dat hij aangewezen was op natuurgeneeswijzen. Hij richtte zich tot een homeopaat. Deze startte een onderzoek en verrichtte metingen om zijn lichamelijke en geestelijke gesteldheid vast te leggen. Daarnaast onderzocht en onderging Ron verschillende facetten van natuurlijke geneeswijzen, waaronder rituelen in het Braziliaanse oerwoud. Daar werd hij zich bewust dat alles in het leven om licht draait. Zonlicht. Hij startte een onderzoek naar informatie over zonlicht, hij heeft inmiddels vele harde schijven vol met wetenschappelijke onderzoeken en rapporten. In 2006 stuitte hij op de techniek sungazen. Hij bestudeerde alles wat er over te vinden was, ontdekte dat vele oude culturen hier al gebruik van maakten en voelde dat hij zijn manier moest volgen. Voor hem stond vast dat het zonlicht zijn lichamelijke klachten kon genezen. Zijn eerste boek Sungazen is daar het resultaat van omdat het de basis tot gezondheid biedt. 'Ik begreep dat de reuma het gevolg was van minderwaardigheid en de depressie zijn oorzaak vond in een traumatische jeugd. Vanuit de reuma wist ik dat mijn lichaam heel erg geblokkeerd was, bevroren was, mijn handen en voeten waren altijd koud. Nadat ik met sungazen begon, kwamen er snel veranderingen in mijn lichaam. De reumatische en depressieve klachten werden minder. Mijn therapeut stelde de vooruitgang van mijn gezondheid met metingen vast.'



*Zonlicht is puur liefde.*

De zon schijnt dagelijks en is dus voor iedereen toegankelijk. Gratis. Vanuit zijn onderzoeken merkte Ron dat licht een transformator van ziektebeelden is, het maakt bewustzijn zichtbaar, voelbaar, waarneembaar. 'Licht kan het ziekteproces afremmen, vertragen, en zelfs keren. Belangrijk bij het sungazen is, is dat je gefaseerd en opbouwend in het eerste uur na zonsopgang of het laatste uur voor zonsondergang in de zon kijkt. Daarna wordt het licht te fel en is het zelfs gevaarlijk voor je ogen en lichaam. Het licht dringt via de ogen het lichaam binnen en volgt de zenuwbanen van het lichaam, waar de blokkades zitten die tot ziektes leiden. De epifyse en andere hormoonklieren worden geactiveerd. Fotonen (lichaamseigen energiepakketjes) worden geactiveerd op celniveau die verantwoordelijk zijn voor de celwerking en celdeling. Als die fotonen voldoende licht geactiveerd zijn zullen zij bijdragen aan een goede celwerking. Doordat cellen beter gaan werken komen veel afvalstoffen vrij, die door veel water drinken afgevoerd worden. Daardoor is sungazen een van de meest krachtigste reinigingsmethoden voor het lichaam. Ik viel heel natuurlijk en blijvend een aantal kilo's af. De methode staat in het boek Sungazen uitgebreid beschreven.' Het is raadzaam om niet zomaar te beginnen met sungazen maar ter voorbereiding het boek te lezen.

Sungazen heeft Rons leven volledig veranderd. De donkere jeugd, zijn opvoeding kan hij in een ander licht zien, in een leerweg die hem heeft gebracht naar waar hij nu staat. Nadat hij was afgestudeerd kwam hij in het bedrijfsleven terecht, in verschillende management functies in binnen- en buitenland. Tot zijn ziektebeelden hem dwongen naar zichzelf te kijken. Door het sungazen is er inzicht, vergeving en begrip gekomen. 'Ik ben dankbaar dat ik van mijn ouders dit lichaam en dit leven heb gekregen om via hen op deze aarde te kunnen rondlopen. Ik heb mijn lessen te doen, en iedereen, ook mijn ouders hebben hun lessen te doen. Ik beseft dat ik tussentijds veranderd ben. De afgelopen jaren heb ik met sungazen gewerkt aan het woord 'eenzaamheid'. Ik heb jaren van eenzaamheid ervaren, heel diep. Dat is dankzij mijn gekozen weg met sungazen voorbij. Nadat deze techniek in een boek gepubliceerd werd heb ik veel lezingen gegeven, en dat zal ik ook blijven doen. Dat brengt verantwoordelijkheid met zich mee. Er komen vervolglezingen en workshops om mensen de mogelijkheid te geven meer comfort en veiligheid te laten ervaren met zonlicht. Om duidelijk te maken wat zonlicht eigenlijk kan doen bij ziektebeelden, en onrust te bespreken die mensen ervaren in zichzelf en hun omgeving.'



## *Feitelijk de innerlijke zon laten zien en schijnen.*



Er is een driedeling te maken van geïnteresseerden in sungazen. 'De eerste groep betreft mensen met ziektebeelden, mensen die zich herkennen in mijn ziektebeelden, reuma en depressiviteit. Door te werken met het zonlicht zouden zij het prettiger met zichzelf kunnen krijgen. Er is een trend waarneembaar van een groep mensen die het sungazen aangrijpen om actief de techniek toe te passen en daarmee jonger en tevens ook ouder te worden, door de regeneratie van het lichaam. Preventie dus en in gezondheid leven. De derde groep is de groep die het pad van verlichting wil lopen, die zeggen: ik wil lichter worden. Zelf vertaal ik het woord verlichting het liefst in eenvoud, duurzaamheid, een innerlijk pad. Een

innerlijk leven waarin het licht dat je ervaart, je meer inspiratie geeft, dat je meer bewust wordt waar het hier op aarde werkelijk om gaat en dat je uiterlijk en innerlijk in balans brengt. Feitelijk de innerlijke zon laten zien en laten schijnen. Daar zijn al allerlei technieken voor zoals visualisaties, ademhalingstechnieken, fotontherapie. Maar niets gaat boven natuurlijk licht. Zodra de zon schijnt worden we vrolijk. Zonlicht is puur liefde. Door het sungazen krijg je een natuurlijk gevoel, de eigen waarneming, het weten komt terug. Daardoor gaan we bewuster om met de dagelijkse middelen van bestaan, voeding, verwarming, elektriciteit, computergebruik. We zitten in een extreme tijd van materialisering. Maar de aarde is een paradijs en er is genoeg voor iedereen.' Sungazen is een methode die is opgetekend vanuit een ziektebeeld. Voor de toekomst hoopt Ron steeds meer mensen te bereiken om met licht het leven gemakkelijker en lichter te maken.

### Themadag Licht

Op 25 augustus 2012 organiseren sungazer Ron van Dijen en auteur Marjo Gijsbers een themadag over LICHT. Wat betekent (zon)licht vroeger en nu? Wat doet licht met de mens, wat is haar geheim? Welk effect heeft licht op onze gezondheid? Hoe is het met je innerlijke zon gesteld? Op deze thema's krijg je antwoord en handvaten om mee te werken. Daarbij geeft Ron een inleiding in de techniek 'sungazen'.

Datum: 25 augustus 2012 Locatie: Sprang-Capelle

Kosten: € 30 p.p. Vooraf inschrijven door een e-mail te sturen naar [info@puurzijnnu.nl](mailto:info@puurzijnnu.nl) en storting van € 30 op rekeningnummer 1413.56.413 van Puur Zijn Nu met vermelding van 'Themadag Licht'.