

Lichttherapie

„Am Anfang schuf Gott Himmel und Erde. Die Erde aber hatte noch keine Form und kein Leben. Dunkel lagerte über der Urflut. Aber der Geist Gottes schwebte über dem Wasser. Dann sprach Gott: „Es werde Licht“. Da ward Licht.“ (1. Buch Mose 1-5) Licht als Heilquelle – bereits in der Antike genutzt – führt heute ein Schattendasein. Zu Recht schreibt Dr. Bodo Köhler in seinem Buch „Licht schenkt Leben“ ein neues Lichtbewusstsein. Wir Menschen sind von richtigem Licht genauso abhängig wie die Pflanzen und unnatürliches Licht kann genauso ein Krankheitsfaktor sein, wie unnatürliche Nahrung, Bewegungsmangel und Genussgifte.

Wir umgeben uns vor allem in der dunklen Jahreszeit – nicht wissend um mögliche Alternativen – mit Halogenlampen, Glühbirnen und Leuchtstoffröhren. Dieses Licht stellt zwar eine Quelle für Helligkeit dar, hat aber ungünstige Eigenschaften für unseren Organismus. Dieser ist an das Lichtspektrum des Sonnenlichts gewohnt.

Das richtige Licht hat großen Einfluss auf die körperliche und geistige Verfassung. Mit anderen Worten: Viele Erkrankungen haben im Lichtmangel ihre Ursache.

Daher habe ich nicht nur meine Praxis weitestgehend mit Vollspektrumlicht ausgestattet, sondern setze auch in der Therapie verschiedener Erkrankungen auf die Heilkraft des Lichts, insbesondere bei

- Schlafstörungen
 - Depressionen
 - Angsterkrankungen
 - Immunschwächen
 - Erschöpfungszustände
 - Streß
- Bitte informieren Sie sich über die Heilkraft des Lichts in den folgenden Büchern:
- Joachim Mutter, Gesund statt chronisch krank
 - Bodo Köhler/Elke Brandmeyer: Licht schenkt Leben
- Informieren Sie sich über Vollspektrumlampen direkt bei dem Hersteller Bernd Saul:

<http://www.sauldesign.de/>