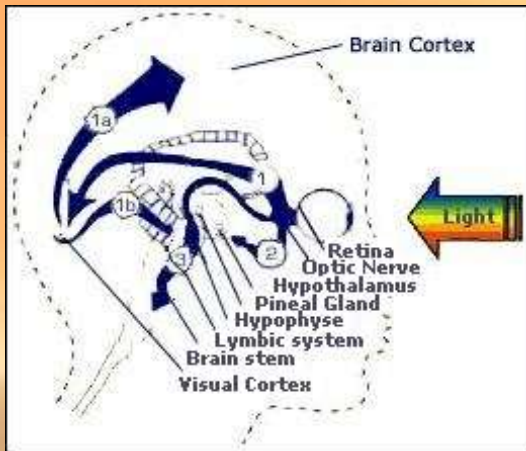


## Lichtstimulation Wie funktioniert Licht- Stimulation?

« *Farbiges Licht beeinflusst sowohl physische als auch psychologische Aspekte eines jeden Menschen* »



Heutzutage sind Licht und Farbe allgemein als Heilmittel bei Depressionen und Hauterkrankungen bekannt. Man hat die Kraft des **elektromagnetischen Spektrums** wiederentdeckt. Hauptsächlich der Teil, den wir als SICHTBARES LICHT wahrnehmen, ist unentbehrlich auch für unsere Gehirnfunktion.

**Wenn das autonome Nervensystem nicht im Gleichgewicht ist, bekommen wir physische und emotionale Defizite. Licht stimuliert über die Retina und den Nervus opticus:**

1. den visuellen Cortex
2. den HYPOTHALAMUS, das „Hauptkontrollzentrum des Gehirns“

Der Hypothalamus beeinflusst das autonome Nervensystem, die Zirbeldrüse, die Hypophyse und das limbische System.

Die Aufnahme von Licht wird gehemmt, wenn die Funktion des Nervus opticus (Sehnerv) eingeschränkt ist und er somit zu wenig elektrische Impulse an das Gehirn sendet. (Dies kann mit Hilfe der visuellen Gesichtsfeldmessung geprüft werden).

### Was ist die Ursache von Lichtmangel im Gehirn?

Allgemein: Mangel an Sonnen-Tageslicht und zu viel Einfluss von Kunstlicht.

Spezifisch: Stress (Trennung, Schule, Arbeitsplatz), Traumata (z.B. Geburtstrauma, erlebte Gewalt etc.), Schleudertrauma, Narkosen, entzündliche Ohrenprozesse etc.



Thälmannstraße 3  
08543 Pöhl  
Tel. 037439/6228  
Web: [www.annetteweiss.de](http://www.annetteweiss.de)

©2015

## Licht Stimulation ...

*Hilft bestimmt auch Ihnen*



PhotonWave

## Allgemeine Fragen

- Was sind die Vorteile einer Lichtstimulation?  
*Sie fördert die Entspannung, verbessert den Energiefluss, gibt mehr Selbstvertrauen.*
- Wie lange dauert eine Sitzung?  
*8 bis 15 Minuten für die effektive Lichtbehandlung.*
- Wie viele Sitzungen braucht man, bis man Resultate bekommt?  
*Schon nach einigen Sitzungen fühlt man einen Unterschied, oft sogar sofort.*

## Bemerkenswerte Resultate bei:

- ✓ Stressbedingten Störungen (Burn out)
- ✓ Depressionen
- ✓ Schlaflosigkeit
- ✓ Chronischem Müdigkeits-Syndrom
- ✓ Hauterkrankungen, Verbrennungen
- ✓ Augenerkrankungen
- ✓ Hyperaktivität (ADS, ADHS)
- ✓ Legasthenie
- ✓ Toxische Belastungen (Schwermetalle, Gifte) (Detoxprogramme nach Dr. Klinghardt)
- ✓ Traumata
- ✓ Allergien, Pilzbelastungen
- ✓ Immundysfunktion

## INTELLEKTUELL

### Verbessert :

- + Lesegeschwindigkeit
- + Lernvermögen
- + Aussprache
- + Gezielte Aufmerksamkeit
- + Organisationsvermögen
- + Schreiben und Zeichnen
- + Leseverständnis
- + Rechnerische Fähigkeiten
- + Kreativität
- + Gedächtnis

### Vermindert :

- Unentschlossenheit
- Gebremste Kreativität
- Verstörtheit
- Desorientiertheit

## Körperlich

### Verbessert :

- + Gleichgewicht
- + Sportliche Leistung
- + Schlafstörungen
- + Immunität
- + Gewichtsverlust
- + Hautbeschaffenheit

### Vermindert :

- Müdigkeit
- Kopfschmerzen
- Allgemeiner Stress / Spannungen
- Hyperaktivität
- Schlaflosigkeit
- Gereiztheit
- Allergien

## Visuell & Perzeption

### Verbessert :

- + Farbwahrnehmung
- + Peripheres Sehen
- + Visuelles Bewusstsein
- + Hand- Auge Koordination
- + Visuelle Aufnahmefähigkeit
- + Hörverständnis
- + Visuell-auditives Gedächtnis
- + Sehen bei Dunkelheit

### Vermindert :

- Augenstress
- Visuelle Ermüdung
- Computerstress
- Empfindlichkeit gegen Licht und Blendung

## Emotionell

### Verbessert :

- + Selbstbehauptung
- + Kommunikation
- + Stabilität
- + Konzentrationsvermögen
- + Beziehungsfähigkeit
- + Selbstwertgefühl
- + Motivation
- + Zusammenarbeit

### Vermindert :

- Depression
- Angst und Unruhe
- Nervosität
- Schüchternheit
- Sucht
- Wahnzustände

