

Wat doet Kleurenlichttherapie?

Kleurenlichttherapie heft blokkades op in je energiesysteem zodat alles weer gaat stromen in je lichaam. Kleurenlichttherapie is vergelijkbaar met acupunctuur maar werkt cliëntvriendelijker, de huid blijft ongemoeid. Het kleurenlicht werkt zacht en snel op fysiek, mentaal en emotioneel niveau. Lichaam en geest gaan tenslotte samen. Het kleurenlicht verdiept en versnelt het zelfhelende proces en creëert innerlijke rust, balans en openheid. Het nodigt de diepere lagen van het onbewuste uit tot herstel van onze natuurlijke verbindingen. Er ontstaat een opening voor verandering, verwerking en verbetering. Lichttherapie is een wetenschappelijk erkende therapie. De kleuren vertegenwoordigen specifieke therapeutische eigenschappen.

Kinderen en jongeren

Kleurenlichttherapie is zeer geschikt voor kinderen en jongeren. Bij hen gaat het vaak om een verstoord energieptraan veroorzaakt door bijv. ziekte, na een operatie, door slaap- of leerproblemen. Ook fysieke of emotionele klachten als gevolg van negatieve ervaringen, extreme vermoeidheid of concentratiemoeilijkheden door een onbalans in de linker- en rechterhersenhelft zijn oorzaken voor minder functioneren. Hoogsensitieve jongeren, ook wel HSP-ers genoemd, en 'ADHD' kinderen kunnen er veel baat bij hebben. In combinatie met persoonlijke begeleiding kunnen ze er weer snel tegenaan! Behandeling kan over de kleding plaatsvinden.

Coaching + Kleurenlichttherapie + Voeding = Vitaliteit

Coaching maakt je bewust van je belemmeringen en je mogelijkheden.

Kleurenlichttherapie stimuleert je jezelf te zijn: gezond, helder, in overeenstemming met je innerlijke natuur.

Voedingsadviezen en voedingssupplementen ondersteunen je fysieke welzijn.

Combinatie Formule



1. We hebben in ons leven allemaal met gebeurtenissen buiten ons om te maken die emoties oproepen. Ze jagen de productie van stresshormonen aan in onze hersenen. Sommige emoties zijn effectief en sommige belemmeren je. Als je ineens teveel gebeurtenissen of veranderingen moet verwerken met teveel emoties kun je een blokkade in je energiesysteem krijgen. Vooral de lading, de conditionering, de opgeslagen ervaringen aan gebeurtenissen kunnen je helemaal vastzetten. Soms komt het emotionele ongemak na jaren weer boven omdat de mens de dingen nu eenmaal liever ontwijkt. Dat kan zich dan in fysieke klachten gaan uiten. Kleurenlichttherapie kan uitkomst bieden.

2. Daarnaast speelt de wijze waarop we met onze emoties omgaan of hoe we over situaties denken een sleutelrol in hoe we ons voelen en gedragen. Iedere emotie heeft zijn eigen gebied in de hersenen die weer allemaal signalen afgeven en chemische stoffen aanmaken waarop ons lichaam reageert. Onze hersenen zijn ontzettend gevoelig en registreren alles wat we meemaken. Het opsporen en bewustwording van onze denkpatronen is daarom essentieel voor ons welzijn. Coaching maakt ons bewust.

3. Voeding kan van invloed zijn op hoe we ons fysiek voelen. Denk alleen al aan de invloed van voedingsstoffen die allergische reacties kunnen oproepen. Ook kan een verkeerde levensstijl tot een chronisch toxische belasting in ons lichaamssysteem leiden en kan er een tekort ontstaan aan bepaalde micro- of macronutriënten oftewel vitamines, mineralen en enzymen. Het leren luisteren naar je lichaam en je bewust worden van bij welke voeding je goed functioneert is een investering op lange termijn wat al op korte termijn merkbaar is! Een voedings- en supplementenadvies ondersteunt.

Versterk jezelf met Kleur & Licht

Bij welke klachten kan Coaching + Kleurenlichttherapie + Voeding effectief zijn? Deze Combinatie Formule is effectief gebleken bij de behandeling van veel uiteenlopende klachten. Een paar voorbeelden hiervan die veel in onze huidige samenleving voorkomen, zijn:

- Effecten van (Chronische) Vermoeidheid,
- Effecten van (Posttraumatische) Stress en Burn-out
- Hoofdpijn/Migraine
- Onverwerkt verdriet
- Neerslachtigheid, Winterdip
- Slapeloosheid
- 'Slecht in je vel zitten'
- Concentratieproblemen zoals ADHD

Effecten van Jetlag en nachtdiensten, problemen met het uiten van emoties, effecten van auto-immuunziekten, negatieve emoties, te veel 'in je hoofd zitten'. Ontgiften, ook na medicijnkuren, irrationele angsten, niet goed geaard en gegrond zijn, pijnverlichting, stofwisselingsproblemen, huidandoeningen, littekens, acné. Na operaties en bij ziekte die emotionele en fysieke belasting met zich meebrengt. Gevolgen van ongelukken (verstoorde energiebalans).

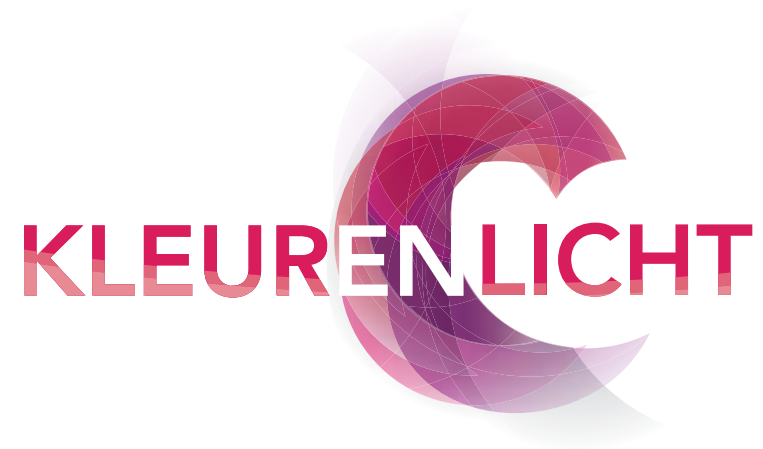
Ontdek wat het Olympische team beter deed scoren!



Praktijk voor Counseling en Kleurenlichttherapie

Voor informatie en afspraken, neem contact op met Josette Berg

Tel.: 06 22 53 53 86 www.kleurenlicht.nl info@kleurenlicht.nl



Praktijk voor
Counseling en Kleurenlichttherapie

Licht op perspectief.