

Der Farblichtstift als Hausmittel

Dr. med. Roman Machens, Landshut



Hoffentlich nützen Ihnen diese Tips. Sie sind nicht als Anleitung zur Selbstbehandlung gedacht, sondern sollen Ihnen in Zusammenarbeit mit Ihrem Arzt oder Heilpraktiker eine uralte einfache Methode der Gesundheitsförderung näher bringen. Schreiben Sie uns Ihre Erfahrungen z.B. im Forum von www.Colortherapie.org oder www.machens-online.de.

Viel Spaß damit!

Dr. med. Roman Machens – Der Farblichtstift als Hausmittel

Seite 16

Obwohl Farblicht nach alter Erfahrung gesundheitlichen Nutzen bewirken kann, ist dieser Farblichtstift nicht als medizinisches Gerät zugelassen. Aus juristischer Sicht ist er ein **Spielzeug**. Sie benutzen ihn also auf eigene Gefahr, wenn Sie alte Rezepte der Volksmedizin damit nachprobieren. Auch der Verfasser dieser kleinen Information kann trotz allergrößter Sorgfalt **keine Haftung** übernehmen. Bitte lesen Sie diese kurze Broschüre bis zum Ende durch.

Farblichtbestrahlung und Fußreflexzonenmassage

Die Zonen der Fußreflexmassage eignen sich hervorragend für die Anwendung mit dem Farblichtstift.

Die Stirnhöhlen finden sich auf den fünf Zehenkuppen. Auf der Großzehe wird mit Orange bestrahlt, dann kommt Rot auf der zweiten Zehe, Türkis auf der mittleren Zehe, bei der vierten Zehe nimmt man Gelb und auf der kleinen Zehe Blau. Mitten auf der Großzehenbeere spiegelt sich die Hypophyse, die an der schmerzhafteren Seite mit Blau und auf der anderen Seite mit Orange bestrahlt wird. Zwischen Großzehe und zweiter Zehe nach unten, seitlich am Ballen entlang findet sich die Zone der Schilddrüse, die Türkis bestrahlt wird. Unter den Zehen auf dem Ballenbereich ist die Zone der Lunge. Die zugehörige Farbe ist Rot. Auf der Mittellinie des Fußes, in Höhe, wo der Ballen in den Mittelfuß übergeht liegt die Nierenzone. Auch sie wird Rot bestrahlt. Seitlich nach außen findet sich am rechten Fuß die Leber Zone (Gelb) und am linken Fuß die Zone der Milz (Gelb/Violett). Der Dickdarm beginnt am rechten Fuß seitlich bis zur Mitte hoch und dann querverlaufend, ebenso am linken Fuß erst quer bis äußeren Seite und dann absteigend. Die Zone des Dickdarms wird mit Gelb ausgestrichen.

Dr. med. Roman Machens – Der Farblichtstift als Hausmittel Seite 14

Welche Wirkung schreibt die Volksmedizin den einzelnen Farben zu?

Diese Zusammenfassung beruht auf Erfahrungswerten, gilt aber für die Mehrheit in der wissenschaftlichen Medizin nicht als nachgewiesen.

Rot gilt als aktivierend, durchblutungsverbessernd und wärmend. Rot ist die Farbe, mit der am vorsichtigsten gearbeitet werden sollte. Eine Zeitdauer von 6 Minuten sollte nicht überschritten werden. Zu starke oder zu lange dauernde Rot - Be-



strahlung kann Funktionen des Körpers überreizen und Sie dadurch schwächen. Besonders ungünstig wirkt starkes Rot, wenn eine Körperzone schon von sich aus wärmer, gerötet oder verstärkt durchblutet ist. Das kann bei akuten Entzündungen in der Bauchregion – z.B. einer Blinddarmentzündung – äußerst gefährlich werden. Ähnlich ungünstig wäre die Wirkung auf eine schlecht durchblutete Zehe bei Raucherbein.

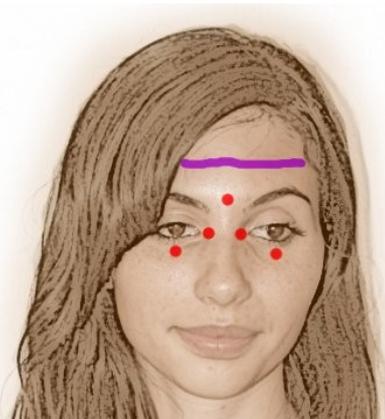
Dr. med. Roman Machens – Der Farblichtstift als Hausmittel Seite 3

Unruhe / Schlafstörungen

Sehr beruhigende Wirkung hat das Ausstreichen der Linie in Mitten der Stirn mit Violett. Bei Schlafstörungen sollte man dies vor allem vor dem zu Bett gehen machen. Die Linie wird ca. 15 x von links nach rechts und zurück gestrichen.

Schnupfen

Hierzu wird mit Rot bestrahlt. Die Punkte finden sich zwischen den Augenbrauen ca. 1 Querfinger oberhalb der Nasenwurzel; links und rechts auf Augenhöhe seitlich an der Nase; und auf dem Backenknochen links und rechts unterhalb der Pupillenmitte.



Sprechen Sie aber mit Ihrem Arzt auch über solche Schwierigkeiten. Sehr oft stecken seelische Belastungen dahinter, für die Sie die Hilfe von Experten brauchen!

Orange als Zwischenfarbe zwischen rot und gelb hat nicht ganz so stark aktivierende Wirkung als Rot. Die lymphabflußverbessernde Wirkung von gelb ist ebenfalls spürbar. Deshalb wird orange traditionell auf die Kieferhöhlen, also auf die roten



Flecken der Pausbäckchen gestrahlt. Das wirkt angeblich besonders gut, wenn ein Schnupfen durch Kälte hervorgerufen wird. Wenn die Beschwerden gerade beginnen, versuchen Sie tägliche Bestrahlungen von je 6 Minuten auf jeder Seite. In der abklingenden Phase machen Sie das nur noch alle paar Tage.

Übergewicht

Bei Übergewicht kann man die Entwässerung des Körpers durch Bestrahlung mit Farblicht unterstützen. Der Punkt befindet sich zwei Fingerbreit unter dem Bauchnabel. Diese Stelle wird 30 sec lang mit rot bestrahlt.

Appetit zügeln

Auf der Außenseite des Oberarms ist der gesuchte Punkt die Mitte einer gedachten Linie zwischen Schultern und Ellbogen.

Zum Anderen gibt es unterhalb der Brustwarzen zwei Stellen, die man ebenfalls zwei Minuten lang gelb bestrahlen sollte.



Diese Möglichkeiten können jeweils eine halbe Stunde vor jeder Mahlzeit zur Anwendung kommen.

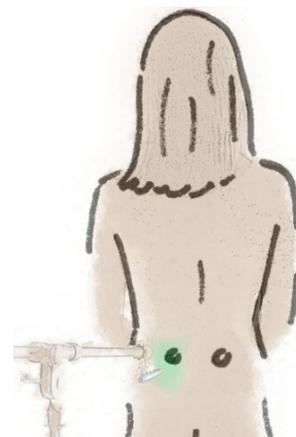
Warzen

Warzen werden mit Blau bestrahlt.

Grün soll die Farbe sein, die Sie im Zweifelsfall fast immer anwenden können, weil sie vermutlich nur ausgleichend und harmonisierend wirkt. Eine sanfte Energiesteigerung wird ebenfalls behauptet.

Wenn also die medizinische Ursache von Schmerzen bekannt ist, können Sie - wenn Ihr Arzt nichts dagegen hat - die schmerzenden Stellen grün beleuchten. Ein Beispiel dafür wären alte Narben, die medizinisch gesehen kein wirkliches Problem darstellen, aber wetterfühlig sind. Eine Obergrenze für die Zeitdauer ist (noch) nicht bekannt, aber bei mehr als 6 Minuten pro Punkt scheint der Effekt nicht mehr weiter zu steigen.

Als altes Hausmittel gilt auch das kühle, grüne Licht beidseits seitlich am Rücken auf die Nierenregion. Das soll bei Erschöpfung die Kräfte wieder anregen (zweimal wöchentlich 3-6 Minuten). Vermeiden Sie direkte Wärme auf die Niere!



Gelb wird für Lymph- und Lymphknotenschwellungen empfohlen. Wie schon mehrfach betont, ersetzt diese Hausmittel-Anwendung keine professionelle Diagnose und Therapie, wie sie vom Hausarzt durchgeführt wird. Als zusätzliche Maßnahme bei Halsschmerzen, Schluckbeschwerden oder kurzer Heiserkeit gilt Gelblicht aber als sehr bewährt. Die Zeitdauer beträgt meist 6 Minuten,



kann aber auf 10 Minuten gesteigert werden. Es kann dann auch mit orange auf die Kieferhöhlen kombiniert werden. Am besten machen Sie sich Aufzeichnungen darüber, welche Lichtbestrahlung Sie wann und wie lange durchgeführt haben. Oft gilt: weniger ist mehr. Weil dem Gelblicht eine Lymphaktivierung

zugeschrieben wird, soll es auch stuhlganganregend wirken, wenn der Bauch um den Nabel herum gelb bestrahlt wird. Eine Dauer über 6 Minuten verbessert die Wirkung nicht und wird nicht empfohlen.

Reiseübelkeit

Um etwas gegen Reiseübelkeit zu unternehmen, kann man die Bestrahlung zweier verschiedener Punkte jeweils 30 sec lang mit Blaulicht empfehlen:

Der erste Punkt liegt 3 Fingerbreit unterhalb des Handgelenkes auf der Unterarm – Innenseite, ein Fingerbreit neben der Mittellinie.

Der andere findet sich eine Handbreit oberhalb des Bauchnabels in der Körpermitte.



Tränensäcke oder Augenringe

Tränensäcke werden mit violett bestrahlt. Wenn man zu Augenringen neigt, ist es sinnvoll, diese Zone mit rotem Licht zu streichen.

Blau soll kühlen, beruhigen und Überaktives dämpfen. Damit wäre es die ideale Farbe für schmerzhaft Hautrötungen wie nach einem Insektenstich. Auch die Schmerzen nach Verletzungen oder kleineren Operationen soll man mit blau dämpfen können. Nach Zahnoperationen wird zusätzlich Gelblicht unten an den Unterkiefer in die Lymphabfluß-Region empfohlen, was helfen soll, die Schwellungen zu verringern.

Natürlich entscheidet Ihr Zahnarzt oder Ihr Hausarzt in letzter Instanz über die Therapie – informieren Sie ihn, wenn Sie diese Hausmittel anwenden wollen.



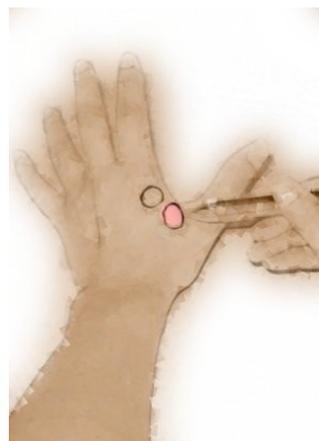
Beispiele

Narben oder Falten

Narben werden wenn sie noch frisch sind mit Rot, wenn sie bereits älter sind mit Grün bestrahlt. Falten werden im täglichen Wechsel einmal mit Rot, dann wieder mit türkis streichend bestrahlt.

Beschwerden im Kopfbereich

Als erstes bestrahlt man zwei Punkte auf der Fußinnenseite. Man Beginnt mit dem ersten Punkt auf der schmerzhafteren Seite mit Grün und anschließend auf der weniger schmerzhaften Seite mit Rot. Genauso wird nun bei zweiten Punkt vorgegangen.



Der dritte Punkt der bestrahlt wird, findet sich an der Hand. Zuerst wird an der linken Hand und anschließend rechts mit Blau bestrahlt.

Der vierte Punkt liegt ebenfalls an der Hand. Sie bestrahlen nun zuerst links, dann rechts, jeweils mit der Farbe Rot..



Bild links:
„Coloratbody MC pen“

Quelle:
www.coloratbody.com

Wie wird der Farblichtstift bedient?

Die Farbreihenfolge lautet: rot orange gelb grün türkis blau violett.

Jedesmal, wenn Sie den Farblichtstift einschalten, leuchtet er in der nächsten Farbe.

Wenn Sie die Aluminiumspitze vorne herausdrehen, können Sie die Batterie oder Akku wechseln (Format AAA).

Wenn der Farblichtstift nicht einschaltet, ist normalerweise die Batterie leer.

Wann sollen Sie den Farblichtstift nicht benutzen?

Fragen Sie bei allen Unsicherheiten Ihren Arzt! Sie sollten Ihren **Hausarzt** insbesondere dann sofort zu Rate ziehen, wenn Sie **unerwartete Beschwerden oder Symptome** bemerken oder Ihr Zustand sich während der Anwendung des Farblichtstiftes verschlechtern sollte.

Hinweis: Heilpraktiker und Naturheilärzte, die mit professionellen medizinischen Farblichtgeräten behandeln, können Ihnen Tips zur Anwendung geben. Die **juristische Haftung** bleibt aber auch in diesem Falle vollständig bei Ihnen oder evt. beim Arzt oder Heilpraktiker. Bitte zeigen Sie ihm diese Information.



Wenn Sie das Gefühl haben, dass Sie durch Rot-Bestrahlung ungünstige Wirkungen erzeugt haben, müssen Sie unbedingt Ihren Arzt fragen. Nur als vorläufige Erste Hilfe könnten Sie mit Blau an der gleichen Stelle und in der gleichen Stärke gegensteuern.

Rot-Bestrahlung wird traditionell empfohlen als ergänzende Maßnahme bei niedrigem Blutdruck, Blutarmut und allgemeiner Schwäche.



Dann kann die Herzregion und die Mitte des Brustbeins rot beleuchtet werden. Außerdem muss natürlich nach einer medizinischen Ursache dieser Beschwerden gesucht werden. Das Gleiche gilt, wenn Rotlicht bei Hormonschwäche, Lustlosigkeit und sexuellen Problemen am unteren Bauch beidseits angewandt wird.

Die Zonen befinden sich auch beim Mann da, wo Sie bei der Frau die Eierstöcke vermuten.

Zur Harmonisierung und Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens

Zur allgemeinen Steigerung des Wohlbefindens empfiehlt es sich folgende Zonen jeweils morgens zu bestrahlen.

Alle Zonen finden Sie an der Hand. Hierzu werden alle fünf Fingerkuppen der linken und rechten Hand bestrahlt. Beginnen Sie mit der linken Hand und bestrahlen Sie die Fingerkuppen ellipsenförmig in folgender Reihenfolge: Daumen Gelb, Zeigefinger Rot, Mittelfinger Türkis, Ringfinger Blau und am kleinen Finger Orange. Anschließend werden in der gleichen Reihenfolge die Fingerkuppen der rechten Hand bestrahlt. Abschließend wird die Mitte der linken und dann die der rechten Hand mit Orange bestrahlt.

