

## Inhoudsopgave

Boek 'De verborgen kracht van licht en kleur – *Sleutel tot een gezond en harmonieus leven*'

### Voorwoord Peter Mandel

#### Inleiding

- 1 **Licht is kleur**  
Licht is energie  
Onze cellen communiceren via licht  
Kleuren werken als informatiedragers  
Hoe kunnen licht en kleur genezend werken?  
Doe meer voor je gezondheid met licht en kleur  
En hoe zit het nu met de kleuren van bloemen en planten?
- 2 **Ziekte en gezondheid volgens Peter Mandel**  
Een nieuwe geneeswijze  
Waarom worden we ziek?  
Voorkomen is beter dan genezen  
Nieuwe verbanden ontdekken
- 3 **Aan de slag met kleurenpunctuur**  
Behandelen met de lichtset  
Behandelen zonder lichtset  
Aan de slag
- 4 **Ziekteverloop in drie fases**  
De endocriene fase  
De toxische fase  
De degeneratieve fase
- 5 **Innerlijk evenwicht en dagelijks welzijn**  
Coördinatie 1 en 2  
Coördinatiekruisen yin en yang  
Coördinatie 10  
Behandeling van lichaam, ziel en geest via de vingers  
en de tenen
- 6 **Hoofdpijn en migraine**  
Stress als oorzaak van hoofdpijn  
Hersengolven en inductie-therapie
- 7 **Hoe je je afweer kunt versterken**  
De betekenis van het lymfesysteem voor het immuunsysteem  
De drie grote lymfegebieden  
Samenhang tussen lymfesysteem en het centrale zenuwstelsel  
Andere manieren om afvalstoffen kwijt te raken  
Behandelingen voor algemene aandoeningen  
De symbolische achtergrond van een klacht  
De levensstromen  
Betekenis van de vier levensstroompunten  
Behandeling van de levensstroompunten in combinatie met de  
zone van het bestaan
- 8 **Behandelingen speciaal voor kinderen**  
Lichamelijke klachten  
Het lymfesysteem als psychologische buffer  
Acute of chronische amandelontsteking  
Kolieken bij drie maanden oude baby's  
Slaapproblemen  
Rusteloosheid  
ADHD en concentratieproblemen  
Trauma's

Prenatale kleurenpunctuur

9 **Behandelingen voor maag, lever, galblaas en darmen**

Maag

De maag – preventieve maatregelen

Spanning in maag en bovenbuik

Lever en galblaas

Lever en galblaas – preventieve maatregelen

Galklachten na verkeerd eten

Galklachten

Dunne en dikke darm

De ellips van het dieptebewustzijn

10 **Innerlijke conflicten oplossen**

Bijlagen

Lijst van behandelingen

Lijst van punten en meridianen

Producten

Aanbevolen literatuur