

Licht und Farben...

...ein Schlüssel zur Gesundheit

„Es werde Licht! Und es ward Licht!“ Diese Aussage aus der Genesis ist ein Schlüssel zum Verständnis zum Wesen von Schöpfung. Das göttliche Urlicht, trennte das Helle vom Dunklen. Am Anfang steht ein Machtwort, das trennt, denn nur durch die Trennung entsteht Dynamik und nur durch Unterschiede entsteht Wahrnehmung. Zum Beispiel die Wahrnehmung der Farben: In dem Licht in seine 7 Aspekte zerbricht entstehen die Farben und damit erst können wir die unendliche Vielfalt der Formen und Dinge wahrnehmen. Schöpfung wiederholt sich fortwährend in Form der Projektion und Brechung des Lichtes (eines Strahles) in der sichtbaren Welt. Durch das Naturschauspiel des Regenbogens wird uns dieses Prinzip verdeutlicht. Das Sonnenlicht wird von den materiellen Regentropfen gebrochen und gespiegelt. Wir Menschen nehmen über unsere Sinne die Reflexionen wahr. Farbe ist also der primäre Ausdruck des Lichtes in seiner Aufspaltung. Im Regenbogen wie auch im Prisma spaltet sich das Licht in seine sieben Reinfarben und zeigt uns damit das Urbild der sieben schöpferischen Kräfte oder Energien.

gentlich eins sind, können wir sie nur getrennt über die Augen bzw. Ohren wahrnehmen. Aus dieser Erkenntnis wurde die Idee geboren, die Farbenergie von der darin enthaltenen Energie des Farb-Klanges zu verbinden. Die Lichtfarben-Symphonien zu hören, ja die Energie der Farben über die Sinne des Hörens aufzunehmen, ist ein Abenteuer der Gefühle. **Gefühle, so kann man sagen, sind die Brechungen des Lichtes, das in jeder Körperzelle leuchtet.** In den Farben können wir die tiefsten, die Grundgefühle spüren und ‚sehen‘, wie sie in ihrer einmaligen Schönheit Licht sind und mit uns Licht in die Welt bringen wollen.

Aber unsere Welt wird eher grauer, trotz der brillanten Farben im Fernsehen. Wir verlieren den Zugang zu unseren inneren Farben und damit zu unserem inneren Lebenslicht. Deshalb ist es meines Erachtens so wichtig, den inneren ‚Nahfernseher‘ zu lernen, die Sinfonie der Farben hören um mehr von innen nach außen zu leben, anstatt im Außen einen Ersatz zu suchen.

Die Farbtherapie hat eine lange Tradition und geht bis in die ägyptische Epoche zurück. In der Antike gab es in Griechenland Tempel der Farbheilung. Goethe widmete sich dem Studium der Farben, Rudolf Steiner verfeinerte die Farblehre noch weiter. Im 20. Jahrhundert gab es viele weitere Pioniere der Farblicht-Forschung, aber für die Schulmedizin war sie bedeutungslos. Dieses ändert sich aber durch viele neue Ansätze, an denen auch die Schulmedizin nicht vorbei gehen kann. Viele neue Studien belegen die Wirkungsprinzipien der Farben, die die Industrie und Werbebranche in Teilbereichen schon lange für sich nutzen.

Die Farben wirken auf unser System, da unsere Zellen sensitiv auf das Licht bzw. seine verschiedenen Spektralfarben reagieren. Es wird angenommen, dass dadurch der Stoffwechsel und das Immunsystem angeregt werden.

Farben werden von Menschen im Prinzip gleich gesehen, aber sehr unterschiedlich empfunden.

Die subjektive Farbwahrnehmung hat sicherlich eine

größere Bedeutung als die objektive Deutung. Über die Haut geschieht die physikalische Aufnahme der direkten Farbbestrahlung. Die Nahrung bringt die Farbe direkt in den Magen und Darmtrakt ein und die Energiequanten wirken von hier aus auf unser System. Jede Grundfarbe hat ihre eigene Energiequalität.

In der indischen Chakrakunde entsprechen die Spektralfarben den sieben Lebenskräften des Menschen. Die Verbindung zur Erde, die körperlich-sexuelle Kommunikation, die körperliche, existentielle Kraft; die menschliche Erdung im Herzen; die menschliche Kommunikation durch Sprache, die menschliche Selbsterkenntnis und die Verbindung zu den nach oben offenen spirituellen Kräften.



Foto Naturmagie von Petra Enguchu

Die Quelle des Lichts auf Erde ist die Sonne und mit ihr die unendliche Quelle der Urschöpfung, der Einheit, aus der die Vielheit entstand. Da wir in der stofflichen Welt leben, betrachten und fühlen wir nur die getrennte Vielfalt der Dinge, und die zugrundeliegende Einheit bleibt uns gewöhnlich verborgen. In Bezug auf die Farbe bedeutet dies, dass in der sichtbaren Farbe auch der ihr entsprechende hörbare Klang enthalten ist und umgekehrt. Obwohl die Farbe und der Farb-Klang ei-

Violett	Kronenchakra
Indigo	Stirnchakra
Blau	Kehlkopfchakra
Grün	Herzchakra
Gelb	Solarplexuschakra
Orange	Sexualchakra
Rot	Wurzelchakra



Man kann diese Farbe mit weitere Bedeutungsmöglichkeiten verbinden. Zum Beispiel:

- Rot** *Emotional:*
Die Farbe des Lebens und der Lebenskraft
Körperliche Empfindung:
Wirkt dynamisch, anregend, wärmend
- Orange** *Emotional:*
Vermittelt Heiterkeit, Frohsinn, Kreativität
Körperliche Empfindung:
Wirkt aufhellend und setzt Dinge in Bewegung.
- Gelb** *Emotional:*
Anstoß zur Tat und Handlung, fördert intellektuelle Aktivität.
Körperliche Empfindung:
Belebt die Nerven und das Denken.
- Grün** *Emotional:*
Die Farbe der Hoffnung, Harmonie, des Friedens und Lebens.
Körperliche Empfindung:
Wirkt entspannend und unterstützt den Genesungsprozess.
- Blau** *Emotional:*
Die Farbe des Geistes, des Himmels, der Treue und der Ruhe.
Körperliche Empfindung:
Wirkt kühlend, vermindert die Energie und daher beruhigend.
- Indigo** *Emotional:*
Gibt den Geist innere Ruhe und Klarheit.
Körperliche Empfindung:
Bietet uns eine Tiefenreinigung für Körper, Geistes und Seele.
- Violett** *Emotional:*
Magie, Mystik, Transzendenz
Körperliche Empfindung:
Weckt die Intuition und harmonisiert das Nervensystem.

Die Frage ist immer wieder und immer wieder aktuell: „Welche Farbe finden Sie persönlich subjektiv spontan am meisten sympathisch, welche eher genau zur Zeit sehr unsympathisch?“ Dann können Sie über die Farben einen Zugang zur eigenen Energie und Gemütslage finden. Die subjektive Entscheidung für eine bestimmte Farbe kann man auf zweierlei Weise deuten: Einmal als wesensmäßige Entsprechung zur Farbe (z.B. Rot – liebt Dynamik, Bewegung) oder als Ausgleich eines Mangels, z. B. an Selbstvertrauen, oder eines unerfüllten Bedürfnisses. Ist die subjektive Farbwahl der Ausdruck eines Mangels oder unerfüllten Bedürfnisses, soll sie durch die Farbwahl ausgeglichen werden. Wird eine Farbe total abgelehnt, steckt auch hier eine psychische Befindlichkeit dahinter.

Eine interessanteste Fragestellung ergibt sich in der Beobachtung der Farbdeutungen in Bezug z.B. von Früchten. Bitte stellen Sie sich eine wunderbare reife Kirsche vor, wie sie da so am Baum hängt und uns so anlächelt – so zum vernaschen reif, süß, Duftend, uns also alle Signale zum Vernaschen aussendet. Jeder von uns, ja auch die Tierwelt weiß um diese Deutung. Die rote Farbe signalisiert uns in diesem Fall also alle die-

se Aspekte. Die rote Farbe ist aber nur eine Reflexion und kann also nicht in der Kirsche enthalten sein, denn die Rotfrequenz wird abgestrahlt und nicht aufgenommen. Die logische Schlussfolgerung ist also, alles was wir sehen ist eine Reflexion und kann somit nicht im Objekt der Betrachtung enthalten sein. Die sichtbare Farbe ruft in uns scheinbare Urerfahrungen in unserem System auf, welche uns zu entsprechenden Handlungen bzw. Reaktionen auffordert. Auf das Beispiel unserer roten Kirsche übertragen bedeutet es, Signal -rote Farbe-, die Urerfahrung sendet –genießbar- und wir gehen in Handlung -pflücken und essen. Die Farbe ist also irgendwie immer gekoppelt mit einer Erfahrung und dieser Aspekt gibt der Arbeit mit Farben die Vielschichtigkeit und die Möglichkeit in das nicht Sichtbare vorzudringen.

Praktische Anregung: Mehr Licht und mehr Farben als Anregung für die Selbststärkung, als Hilfe zur Selbstregulation und Selbststärkung zu nutzen.

Das Interesse an Farben und ihren Wirkungen auf das Leben begleitet mich schon seit 1987 auf meinem Lebensweg. Sie sind eine wunderbare Hilfe und dank Ihrer Unterstützung konnte ich viele herausfordernde Lebenssituationen leichter annehmen und regeln. Es gibt heute so viele verschiedene Möglichkeiten, mit der Farbe bzw. der Farbenergie zu arbeiten, wie nie zuvor. Zum Beispiel die Lichtfarben-Symphonien sind ein wirkungsvolles Werkzeug der Hilfe zur Selbsthilfe. Nutzen Sie die Möglichkeit der Kombination von Hören und Sehen durch den Einsatz von Farbleuchten, und die subjektive Erfahrung wird dadurch noch um ein Vielfaches verstärkt. Die moderne Technik bietet darüber hinaus noch weitere Möglichkeiten differenzierter Farbbestimmungen. Das Bucher Coaching System, in Kombination mit Vision-Colour bietet z. B. eine Vielzahl von Möglichkeiten der feinstofflichen Messung und Sendung von Lichtfarben. Seien Sie kreativ und achten Sie einmal auf Ihre Kleidung und kleiden sich bewusst farblich abwechslungsreicher. Haben Sie Mut zur Farbe und Sie werden sich anders fühlen.

Ich wünsche Ihnen eine lichtvolle Zeit



Hans-Jürgen Regge
Neu Wulmstorf
Tel.: 04168-900585
www.lebensweg-centrum.de
E-mail:
info@lebensweg-centrum.de