

Bunte Gesundheit

Teil 1: Das Konzept der Farblehre im therapeutischen Zusammenhang | Almut Resoma

Dass wir die Welt farbig sehen, ist für uns selbstverständlich. Farbe und Licht sind überall, manchmal neigen wir eher zu dem eine Ton als zu dem anderen. Das geschieht oft intuitiv. Sie ist aber auch ein Zeichen der Natur, weist auf Gefahren hin, kann Wichtiges hervorheben und Schönes unterstreichen. Doch Farben wirken nicht nur visuell, sondern unterstützen auch die Heilkraft.

Farbpunktur ist Akupunktur, Akupressur, Shiatsu und Energieheilkunde mit Farbe. Doch wie funktioniert das?

Schwingung beeinflusst das energetische System des Menschen, die Meridiane und Chakren. Farbe ist Schwingung und Nahrung für unseren Energiekörper. Unser Körper braucht Nahrung, um gesund zu bleiben – unser energetisches System braucht Farbe! Dazu möchte ich Ihnen gerne ein faszinierendes Beispiel aus meiner Praxis vorstellen.

Eine Patientin hatte Schmerzen im Kieferbereich. Ihre Zähne waren okay, doch es tat weh und wollte nicht besser werden. Der Zahnarzt hatte schon vieles getan und konnte die Ursache nicht finden.

Zunächst arbeitete ich mit den Meridianen, später wählte ich ein passendes Mittel aus der Homöopathie. Doch nichts half. Dann kam ich auf die Idee mit Farbe zu arbeiten. Nach einer Bestrahlung der schmerzenden Stelle mit Grün waren die Schmerzen innerhalb von zwei Stunden weg und kamen nicht wieder. Wie ist das möglich?

Die Kraft der Farben

Johann Wolfgang von Goethe entdeckte, dass Farbe entsteht, wenn Licht in Dunkelheit und Dunkelheit in Licht fällt. Die Wirkung von Licht und Dunkelheit kann man an einem Prisma beobachten.

Wenn Licht durch ein Prisma geschickt wird, fällt durch die Brechung des Lichtstrahls Licht in Dunkelheit oder Dunkelheit in Licht. Fällt Licht in Dunkelheit, entstehen die kalten Farben violett und blau. Fällt Dunkelheit in Licht entstehen die warmen Farben orange und gelb. Diese Wirkungen können wir auch am Himmel beobachten. Die Sonne ist Licht und der Weltraum dunkel. Wenn die Sonne

scheint, erhellt sie die Erdatmosphäre, die vor dem schwarzen Weltraum liegt. Dadurch erscheint der Himmel bei viel Sonnenschein blau und violett wenn die Kraft der Sonne gering ist. Umgekehrt sehen die Astronauten die Erde blau, weil die hellere Atmosphäre vor der dunklen Erde liegt.

Wenn wir in die Sonne schauen, erscheint sie uns gelb. In diesem Fall liegt der schwarze Weltraum vor dem Licht und dunkelt es ab. Je schwächer die Sonne scheint, umso stärker wirkt die trübende Dunkelheit des Alls. Es entsteht orange, wie wir es vom Sonnenuntergang kennen.

Interessanterweise wird Violett eine reinigende Wirkung zugeschrieben (Licht erhellt das Dunkle). Orange stärkt die Unterscheidungsfähigkeit (das Dunkle fällt ins Licht).

Goethe bildete aus diesen Farben den Farbkreis. Er mischte die Grundfarben rot, blau und gelb: so entstanden die Sekundär- oder Komplementärfarben. Durch Mischen der Komplementärfarben entstanden die Tertiärfarben, zusammen bilden sie den zwölfteiligen Farbkreis (s. Abb. 1).

Die Organ-Farb-Uhr und ihre Anwendungsmöglichkeiten

Im Shiatsu, der Akupunktur und anderen Bereichen der östlichen Medizin, arbeitet man mit zwölf Meridianen. Meridiane sind Energieleitbahnen, durch die im Körper unsere Lebensenergie fließt. Die Erfahrung zeigt, dass die Meridiane zu bestimmten Tageszeiten besonders aktiv und zu anderen Zeiten in Ruhe sind. Aus dieser Weisheit entwickelte sich die Organuhr.

Kombiniert man den Farbkreis von Goethe und die Organuhr, so erhält man eine Organ-Farb-Uhr (vgl. Abb. 1). Mittags um 12 Uhr strahlt die Sonne in ihrem hellsten gelb. Der Herzmeridian ist von 11 bis 13 Uhr am aktivsten. Legt man dementsprechend den Herzmeridian auf das Gelb im Farbkreis, so erhält man die Organ-Farb-Uhr. Wie der Fall meiner Patientin gezeigt hat, kann man damit wunderbar arbeiten und Heilungsprozesse unterstützen.

Die Farbe, die in Übereinstimmung mit der aktiven Zeit des Meridians ist, regt den Meridian an (tonisiert), die gegenüberlie-

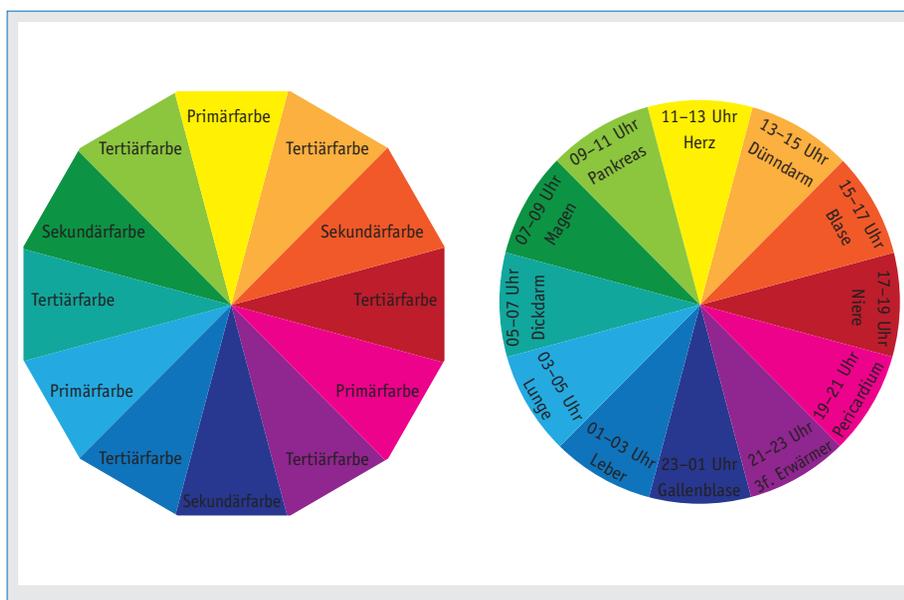


Abb. 1: Johann Wolfgang von Goethe entwickelte aus seinen Beobachtungen heraus den Farbkreis (links), indem er nicht nur die Grundfarben, sondern auch die Komplementärfarben mischte. In Kombination mit diesem und der Shiatsu-Lehre entstand die Organ-Farb-Uhr (rechts).

gende Farbe beruhigt (sediert). Gelb aktiviert den Herzmeridian und violett beruhigt ihn. Der Gallenblasenmeridian wird von violett aktiviert und von gelb beruhigt.

Die Zahnschmerzen meiner Patientin lagen auf dem Verlauf des Magenmeridians im Gesicht. Der Magenmeridian hatte ein Ernährungsproblem auf seelischer Ebene. Deshalb brauchte es Nahrung – Nahrung in Form von Farbe, um das Ernährungsproblem zu lösen.

Die nährnde Funktion von Farbe

Meridiane sind Energieleitbahnen durch die die Lebensenergie fließt. Farbe ist Schwingung, die auch aus der Wechselwirkung von Licht und Dunkelheit entsteht. Energie wird erfahrbar durch die Wechselwirkung von Ruhe und Aktivität, die in den Kräften von Yin und Yang ihren Ausdruck finden. Es braucht demnach Schwingung und Nahrung damit dieses Wechselspiel im Gleichgewicht ist.

Alle wichtigen Farben finden wir in der Natur: das Grün der Wiesen und Wälder, das Blau des Himmels, das Gelb vom Löwenzahn, die rote Rose... Oder als Kleidung auf der Haut, als Bild an der Wand, Dekoration, Wandfarbe und im Essen.

Die nährnde Funktion von Farbe ist der Grund, warum wir manchmal Lust auf eine bestimmte Farbe haben, nach Farbe hungern, wenn alles um uns herum grau ist oder über längere Zeit eine bestimmte Farbe gefehlt hat. Untersuchungen in England zeigten, dass Menschen Mangelerscheinungen bekommen, wenn das Essen farblos (grau) ist.

Die Wirkung von Farben konnte ich auch bei einer Nachbarin beobachten. Sie strich die Wände Ihres Schlafzimmers in einem knalligen Orange. Ich meinte: „Oh, da wirst Du aber jetzt öfter nachts auf Toilette müssen.“ „Ja“, sagte sie, „woher weißt du das?“

Wenn wir uns wenig in der Natur aufhalten, uns einseitig mit Farben umgeben oder Zeiten haben in denen wir besonders gefordert sind, reicht oft nicht die Farbe in unserer Umgebung. Dann ist es sehr wirkungsvoll Farbe bewusst einzusetzen.

Wer morgens mit Schmerzen im Bereich der Lendenmuskeln aufwacht oder dort Spannungen hat, kann das Rotorange der Niere zur Linderung einsetzen. Ziehen Sie sich einfach einen orangen Schlafanzug an oder wählen Sie Bettwäsche in dieser Farbe. Spielen Sie mit den Farben und schauen Sie was Ihnen gut tut.

Ein beeindruckendes Experiment

Viele Menschen haben Verspannungen in der Lendenmuskulatur. Fühlen Sie bei einem Freund oder Familienmitglied, wie hart oder weich die Lendenmuskeln sind. Nehmen Sie sich aus einem Malkasten die Farbe Rotorgane (z. B. Wasser- oder Aquarellfarbe) und bemalen Sie damit eine Seite. Die andere Seite lassen Sie unbemalt. Schon nach kurzer Zeit können Sie einen deutlichen Unterschied fühlen. Die Muskulatur der bemalten Seite wird deutlich weicher.

Ist der Muskel dort sehr wabbelig, so wählen sie türkis, bemalen eine Seite, die andere lassen sie wie sie ist. Sie werden feststellen, dass sich der Muskel auf der bemalten Seite fester anfühlt.

Der Lendenmuskel ist mit der Niere verbunden. Deshalb reagiert er sehr stark auf Rotorange und Türkis. Für Menschen mit einer Nierenschwäche kann Rotorange sehr wohltuend sein.

Heilpraktiker und Ärzte, die sich mit der östlichen Medizin auskennen, können mit Farbe die Meridiane behandeln, kleine Seidenläppchen auf die wichtigsten Akupunkturpunkte legen, bestimmte Zonen mit einer Farblampe bestrahlen oder Farbe auf entsprechende Körperstellen visualisieren.

Die richtige Farbe für Ihre Gesundheit

Die passende Farbe finden wir durch die Organ-Farb-Uhr. Je nachdem, auf welche Weise die Farbe eingesetzt wird, hat sie eine etwas andere Wirkung.

Farbe, die man direkt auf die Haut aufträgt, wirkt sehr direkt und körperlich. Wird sie in Form von Seidenläppchen eingesetzt, kann man das mit der Wirkung eines homöopathischen Mittels in einer D4 bis D12 vergleichen. Den Körper mit einer Farblampe zu bestrahlen, entspricht in etwa einer C12 bis C30, während die erfolgreich visualisierte Farbe einer C200 bis C500 entspricht. Beim Bestrahlen von Körperpartien mit Farbe genügt eine einfache Lampe aus dem Baumarkt.

Vom Shiatsu kennt man im Bauchraum die Hara-Ursprungs-Zentren. Am Zustand der Hara-Ursprungs-Zentren wird sichtbar, wie viel Energie in einen Meridian hineinfließt, ihm am Beginn seiner Reise durch den Körper zur Verfügung steht.

Am Rücken gibt es Fusions-Zentren. Ihr Zustand zeigt, wie viel der Energie, die in den Meridian hinein geflossen ist, am Ende der Reise durch den Körper noch da ist. Durch einen Vergleich zwischen den beiden Zentren stellt man fest, ob auf der Reise durch den Meridian unterwegs Energie verloren gegangen ist, Energie von anderen Meridianen „geklaut“ wurde oder die Energie stabil blieb. Starke Hara-Ursprungs-Zentren sind eine Voraussetzung für einen guten Durchfluss durch das Meridiansystem.

Ist der Muskeltonus eines Zentrums im Vergleich mit der umgebenden Muskulatur gering, so braucht es eine Aktivierung des Zentrums; ist er stärker, braucht es eine Beruhigung.

Wir können auf die Zentren Farbe auftragen, Stoff auflegen, es bestrahlen oder die Farbe visualisieren. Welche Methode am besten hilft, können wir kinesiologisch testen, über die Aura fühlen oder mit dem Biotensor herausfinden. Farbe stärkt und

nährt die Hara-Ursprungs-Zentren und verbessert den Energiefluss in den Meridianen.

Themen in den Griff bekommen

Die Hara-Ursprungs-Zentren eignen sich besonders für die energetische Themenar-



Almut Resoma

Seit 1990 arbeitet Almut Resoma als Heilpraktikerin. Ihre Diplomarbeit über Shiatsu schrieb sie an der Universität Kassel und hielt dort Lehraufträge zur Kraft der Gedanken und der Wirkung von Glaubenssätzen.

Sie unterrichtete außerdem Shiatsu, Chakra-Arbeit und moderne Aufstellungsarbeit. Resoma ist auch Autorin einiger Bücher (z. B. „Lichtvolle Zellen – Lichtvolle Menschen“, „Die Entfaltung des inneren Kriegers“).

Angeregt durch ihre vielfältigen Erlebnisse und Erfahrungen in Energieheilkunde entstand die Resoma Therapie, welche verschiedene Bereiche der Energieheilkunde vereint, und die Astrosoma Therapie, durch die die negativen Auswirkungen der Geburtszeit auf die Genetik harmonisiert werden.

Ihr Anliegen ist die Erforschung der energetischen Abläufe und die Wiederherstellung der natürlichen Ordnung im Menschen. Ihre besondere Gabe ist die Fähigkeit mit dem Körper zu sprechen und so Hintergrund, Thematik oder Lernaufgabe der Krankheit oder Schwierigkeit zu erfahren.

Kontakt:

Centrum für Energieheilkunde
 Klenzstrasse 12
 34125 Kassel
 Tel.: 0561 / 777726
 centrum@energieheilkunde.de
 www.energieheilkunde.de

beit. Die Erfahrung zeigt, dass in schwierigen Situationen ein oder zwei Zentren schwach werden.

Haben wir zum Beispiel ein wichtiges Gespräch zu führen, kann das Hara-Ursprungs-Zentrum für den Magen vor und während des Gesprächs an Spannkraft verlieren. Wir merken das an einem flauen Gefühl in der Magengrube und/oder weichen Knien.

Auf das Zentrum Grün auf- oder grüne Unterwäsche tragen, kann wahre Wunder wirken. Der Körper bleibt stabil, wir sind entspannter und können uns besser auf den Gesprächspartner und den Inhalt konzentrieren.

Reagieren wir mit Herzrasen, ist es gut, das Herzzentrum zu beruhigen. Schauen wir auf die Organ-Farb-Uhr. Dem Herzzentrum gegenüber liegt Violett. Sobald diese Farbe aufgetragen ist, fühlen wir eine spürbare Entspannung im Herzen.

Profis können noch weitere Diagnosetechniken zur Auswahl der Farbe hinzuzuziehen. Farbe ist Schwingung und Nahrung für unser energetisches System. Mit ihr können keine organischen Schäden behandelt werden. Unterstützend ist sie jedoch sehr hilfreich.

Das zeigte sich bei einer Patientin sehr deutlich, die während der Behandlung längere Zeit auf dem Rücken liegen musste. Hinterher schmerzte dort eine bestimmte

Stelle. Ein Stückchen Seide in der anregenden Farbe wirkte Wunder.

Durch die Wahl unserer Kleidung können wir bestimmte Energien anregen oder beruhigen. Meistens haben wir ein sehr gutes Gefühl dafür, was wir gerade brauchen. Folgen wir diesem Gefühl und setzen wir Farbe ein, wenn wir überlastet sind oder uns eine Situation sehr stark fordert. Farben machen das Leben leichter und bunter. Sie schlagen eine Brücke zwischen der grob- und feinstofflicheren Energiearbeit.

Ausblick:

Farben können noch viel mehr

Farben lösen Schlüsselreize aus und aktivieren die Zellfunktion. Sie beeinflussen wie viel oder wie wenig Adrenalin wir ausschütten, ob wir ein Glas als halb voll oder halb leer wahrnehmen, ob wir mit Angst oder Zuversicht reagieren. ■

Im zweiten Teil in der nächsten CO.med Ausgabe erfahren Sie mehr über den Heilungsaspekt der verschiedenen Farben und wie sie zur Selbstoptimierung eingesetzt werden können.

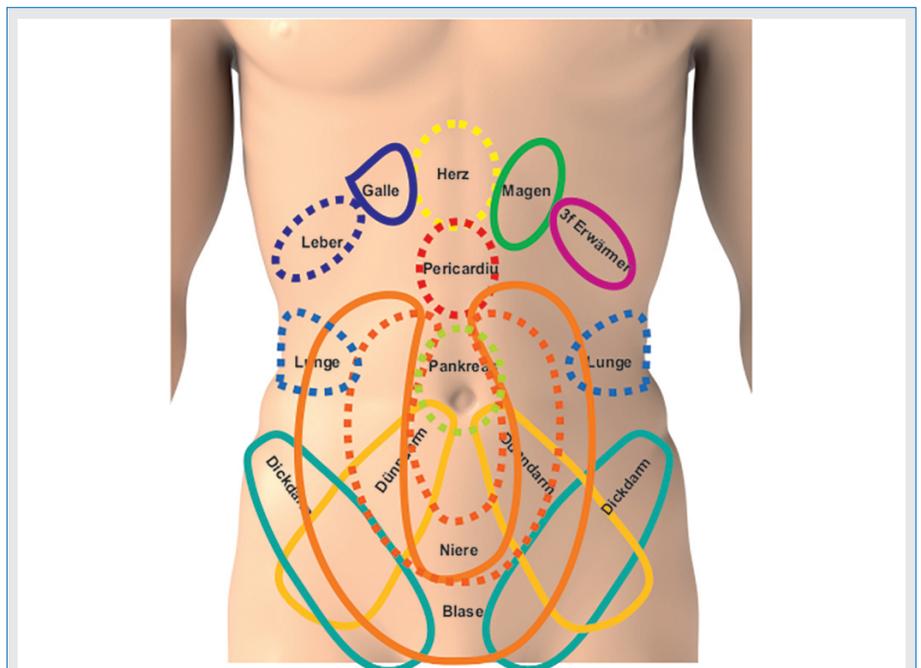


Abb. 2: Die Abbildung zeigt die Hara-Ursprungs-Zentren in der Farbe, mit der der Meridian aktiviert wird. Die Yin-Zentren haben eine gestrichelte, die Yang-Zentren eine durchgezogene Linie.