

# Bunte Gesundheit

## Teil 2: Farben in der Diagnose | Almut Resoma

***Dass wir die Welt farbig sehen, ist für uns selbstverständlich. Farbe und Licht sind überall, manchmal neigen wir eher zu dem einem Ton als zu einem anderen. Es geschieht oft intuitiv. Sie ist aber auch ein Zeichen der Natur, weist auf Gefahren hin, kann Wichtiges hervorheben und Schönes unterstreichen. Doch Farben können nicht nur visuell wirken und die Heilkräfte unterstützen, sondern dienen auch als überaus geeignetes Mittel zur Diagnose. Mit ihnen lässt sich feststellen, ob Schlüsselreize für die Zellfunktion ausgelöst werden.***

Die Grundlagen für die Farbd Diagnose sind:

- die Organ-Farb-Uhr (s. Abb. 1, S. 46). Entstehung, Hintergründe und therapeutischer Nutzen sind im ersten Teil (s. CO.med 12/2017, S. 40ff.) bereits beschrieben.
- Entstehung und Funktion von Schlüsselreizen.
- Produktion von Botenstoffen und Eiweiß in der Zelle.

### Die Organ-Farb-Uhr

In Abbildung 1 (s. S. 46) sehen Sie die Organ-Farb-Uhr, wie sie bereits in „Bunte Gesundheit, Teil 1“ (s. CO.med 12/2017, S. 40ff.) beschrieben wurde. Sie zeigt, zu welcher Tageszeit ein bestimmter Meridian aktiv ist.

Die komplementäre Farbe wirkt beruhigend auf den Meridian.

### Die Funktion von Schlüsselreizen

Schlüsselreize regen die Verdauung an, erleichtern das Lernen, wecken Lustgefühle, versetzen in Panik, machen wütend, helfen einen kühlen Kopf zu bewahren und initiieren vielfältige weitere Aktionen im Körper. Dazu gehören die Auslösung von Gefühlen, die Verdauung, das Immunsystem, der Bewegungsapparat, Schmerzreaktionen, Entspannung, Entgiftung, soziale Aktivität, Mitgefühl und vieles mehr. Ohne Schlüsselreize sind keine Erziehung, kein Lernen und kein Leben in der Gemeinschaft möglich. Sie regen die Hormonproduktion an, stärken oder schwächen das Nervensystem und werten Informationen aus. Schlüsselreize haben ihren Ursprung in der Wahrnehmung und Verarbeitung von Sinnesreizen aller fünf Sinne. Das wichtigste Wahrnehmungsorgan für den Menschen ist das Auge. Menschen reagieren am stärksten auf optische Reize: lecker angerichtete Speisen, gutaussehende Frauen, starke Muskeln, elegantes Ambiente, und so weiter..Die Zäpfchenzellen im Auge ermöglichen Farbsehen, die Stäbchenzellen das Schwarz-weißsehen. Die Reaktion von Groß-, Emotional- und Kleinhirn auf Farbe und schwarz/weiß entscheidet, welche Schlüsselreize ausgelöst werden und damit welche Botenstoffe die Zelle produziert.

Dabei können verschiedene Sinnesreize miteinander gekoppelt werden. Das be-

kannteste Beispiel ist der Pawlowsche Hund: Hunde beginnen automatisch zu sabbern (Schlüsselreiz), wenn sie Fressen sehen (Sinnesreiz). So wird die Verdauung vorbereitet. Pawlow hat das Füttern des Hundes über eine längere Zeit mit einer Glocke kombiniert. Nach einer Weile sabberte der Hund schon beim Ertönen der Glocke, in Erwartung des Futters. Hier wurden zwei Sinnesreize miteinander gekoppelt, die normalerweise keine Verbindung miteinander haben: Glocke und Futter.

Wie die Geschichte mit dem Pawlowschen Hund zeigt, lösen Sinnesreize Schlüsselreize aus. Diese können antrainiert werden oder haben ihre Ursache in positiven oder negativen Erfahrungen. Die Psychologie nennt das „lernen durch Konditionierung“. Werden wir für eine Leistung belohnt, koppeln sich zwei unterschiedliche Reize miteinander: die Belohnung und die erbrachte Leistung. Das nutzt man in der Schule, um Schüler zu motivieren. Die gute Note motiviert das Kind, der Bonus den Angestellten zu Einsatz und Überstunden und so weiter.

### Wenn Schlüsselreize zur Belastung werden

Diese Koppelung geschieht auch bei traumatischen Erlebnissen. Bei einem Überfall, einer Vergewaltigung oder anderen belastenden Erlebnissen werden Sinnesindrücke miteinander gekoppelt, die

# METAVITAL<sup>®</sup> HUMAN

## DIAGNOSTIK & THERAPIE - SYSTEME

Direkte Kommunikation mit den Zellfrequenzen über unsere

Biophotonentechnologie (MNLS).

Vielen bekannt als OBERON<sup>®</sup> System.

Vereinbaren Sie Ihre  
KOSTENFREIE  
Systemvorführung!

040 - 412 63 85 00 | info@metavital.eu | www.metavital.eu

normalerweise nicht zusammen gehören. Der Geruch des Angreifers, die Farbe des Unfallautos, das Geräusch des Regens während der Tat können sich mit dem Geschehen so eng verbinden, dass alleine der Geruch, die Farbe oder das Geräusch



**Almut Resoma**

Seit 1990 arbeitet Almut Resoma als Heilpraktikerin. Daneben ist sie Dipl. Sozialpädagogin. 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

schon an die traumatische Situation erinnern und das Opfer sich hilflos von den alten Gefühlen überrannt sieht.

Wenn Menschen nicht essen wollen, weil sie Angst haben, zu dick zu werden, trainieren sie ihre Schlüsselreize, nicht mehr auf Nahrung zu reagieren. Die Folge: wenig Appetit, wenig essen, geringes Gewicht. Andererseits entsteht eine Sucht nach Essen, wenn Essen als Trostspender eingesetzt wurde. Zum Beispiel in einer unangenehmen Situation: Essen, Zuwendung, Erleichterung. Wenn diese Regel-

kreise sich automatisiert haben, sind sie nur sehr schwer zu unterbrechen.

Die Ursache hierfür liegt in der Auslösung von Schlüsselreizen. Angenehme Erlebnisse fluten unser Gehirn mit positiven, unangenehme mit negativen Gefühlen. Das Gehirn möchte nur positive Emotionen erleben und kappt die Weiterleitung unangenehmer Schlüsselreize und damit unangenehmer Wahrnehmung im Thalamus. Das Kleinhirn, das unser Überleben sichert, bekommt aber immer eine Kopie aller Informationen. Diese Verbindung kann nicht unterdrückt werden, weil sonst unser Überleben gefährdet ist.

Wenn das Großhirn Informationen nicht mehr auswerten kann, weil sie als unangenehm eingestuft, deshalb unterdrückt wurden und unser Kleinhirn dann eine Verbindung zu einem traumatischen Ereignis herstellt, haben wir ein echtes Problem: Wir können unsere Reaktionen nicht mehr kontrollieren.

Ein Beispiel aus meiner Praxis zeigt das sehr deutlich: Max (7 Jahre alt) hatte panische Angst vor Weihnachtsternen aus Holzspänen. Die Ursache war ein traumatisches Erlebnis mit Feuer. Nachdem der Stress aus seiner Wahrnehmung genommen wurde, hörte auch die Angst vor Weihnachtsternen auf.



Abb. 1: Die Organ-Farb-Uhr entstand durch die Kombination von Goethes Farbkreis und der Shiatsu-Lehre.

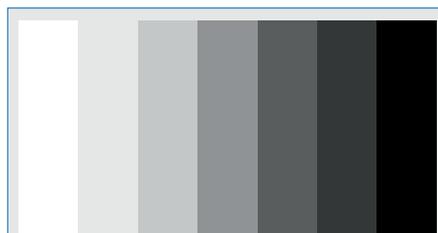


Abb. 2: Zum Testen von Schwarz/Weiß nutze ich Karten mit diesen Abstufungen.

**Der Schlüssel zur Lösung**

Die Kontrolle über die Reaktion auf Schlüsselreize wird erst wieder möglich, wenn das Großhirn die Information nicht mehr unterdrückt, sondern auswertet. Damit entspannt sich das Kleinhirn, das Emotionalhirn reagiert ruhig und wir gewinnen die Kontrolle zurück. Damit das Großhirn ignorierte Schlüsselreize auswertet, ist die Diagnose, welche unterdrückt werden, unerlässlich.

Zur Diagnose nutze ich für die Augen die zwölf Farben der Organ-Farb-Uhr (s. Abb. 1), Schwarz, Weiß und Grautöne.

Element	Meridian	Gefühl		
Metall	Lunge / Dickdarm	Zufriedenheit	Erleichterung	Trauer
Erde	Pankreas, Milz / Magen	Vertrauen	Sorglosigkeit	Sorge
Feuer	Herz / Dünndarm	Freude	Überglücklich	Kummer
Wasser	Niere / Blase	Mut	Übermut	Angst
Holz	Leber / Gallenblase	Freundlichkeit	Überfreundlichkeit	Wut
Schutzsystem	Pericardium / dreifacher Erwärmer	Geselligkeit	Kontaktsüchtig	Einsamkeit

Die Tabelle bietet eine Übersicht über die Meridiane und den zugeordneten Elementen sowie Gefühlen.

Wichtig ist vor allem die Diagnose der Farbe, die als Schlüsselreiz ausfällt. Das hat drei Gründe:

1. Die unterdrückte Farbe kann den mit ihr verbundenen Meridian nicht nähren.
2. Sie kann ihn nicht mehr aktivieren.
3. Der Ausfall von Schlüsselreizen schränkt die Handlungskompetenz ein.

#### Vorgehensweise

Um festzustellen, welche Farben in der Wahrnehmung unterdrückt werden, nehme ich Farbkarten mit den Farben der Organ-Farb-Uhr.

Zunächst bitte ich den Patienten, auf eine Farbe zu schauen und drücke gleichzeitig mit mittlerer Spannung, ähnlich wie beim kinesiologischen Test, auf den ausgestreckten Arm. Bleibt der Arm stark, nährt die Farbe – er ist entspannt, die Information kommt im Großhirn an. Geht der Arm nach unten, reagiert er auf die Farbe mit Stress – die Weiterleitung der Information ins Großhirn wird vom Thalamus unterdrückt, sie landet im Klein- und Emotionhirn.

#### Reaktionsmuster

Weil das Großhirn die Information nicht analysieren und mit weiteren vergleichen kann, trifft das Kleinhirn seine Entscheidung. Diese Entscheidung ist nicht mehr dem Willen unterworfen, weil das Kleinhirn unser Überleben sichert. Das Kleinhirn kennt nur vier Reaktionsmuster:

1. Der Gefahr aus dem Weg gehen,
2. angreifen,
3. weglaufen und
4. sich totstellen.

Diese Reaktionsmuster sind entwicklungs-geschichtlich bedingt. Welche Strategie das Kleinhirn auswählt, hängt davon ab, was der Mensch in seiner Vergangenheit als wirksam erlebt hat.

Auf dieselbe Art, wie ich Farben austeste, finde ich heraus, wie der Patient auf schwarz-weiß-Töne reagiert (vgl. Abb. 2, S. 46).

Patienten, die auf eine Situation mit Angst reagieren, schalten in der Regel bei weiß, gelb, blau oder grün ab. Ein Abschalten von schwarzen, violetten und orangefarbenen Tönen weist oft auf eine zu rosige Sicht hin, die zu Enttäuschungen und Fehleinschätzungen führt.

Die Tabelle auf Seite 46 zeigt die Meridiane mit den zugeordneten Elementen und Gefühlen. Das erste Gefühl entspricht dem Element im ausgeglichenen Zustand, die

beiden anderen Gefühle entstehen bei Disharmonien im Element und den dazugehörigen Meridianen.

Wenn ein Klient bei weiß, gelb und blau abschaltet, wird der Lungen- und Herzmeridian nicht genährt. Er erkennt Gutes und Lichtvolles nur sehr schwer, das heißt, er sieht ein zur Hälfte gefülltes Glas als halb leer und nicht als halb voll an. Er findet in dieser Situation keinen Zugang zu Zufriedenheit und Freude, da die entsprechenden Schlüsselreize fehlen. Wut oder Angst werden verstärkt und es kommt zu entsprechend aggressiven oder panischen Handlungen.

#### Und so geht's

Bringen wir den Thalamus dazu Farben wieder an das Großhirn weiterzuleiten, werden die Sinnesreize wieder verarbeitet und differenziertes Handeln ist möglich. Bei traumatischen Erfahrungen werden Alltags-Erfahrungen vom Trauma entkoppelt.

Durch die Farbe wird nicht nur diagnostiziert, welche Wahrnehmung abgeschaltet ist, sondern es wird auch auf den Sinnesreiz fokussiert. Durch diese Fokussierung kann daran gearbeitet werden, den Stress aus der Farb-Wahrnehmung heraus zu nehmen. Das geht sehr einfach mit der Resoma-Therapie, Kinesiologie und Shiatsu. Wichtig ist die Analyse, was gesehen wird aber nicht ins Bewusstsein dringt. Dann geht es darum, die Sinnesreize zu entstressen, damit Schlüsselreize die Zellfunktion wieder aktivieren und deaktivieren können – ganz so, wie es für die Situation angemessen ist.

Reicht das nicht aus, prüft man, inwieweit andere Sinnesreize (hören, fühlen, schmecken, riechen und fühlen) mitbetroffen sind. Es ist erstaunlich, wie schnell und problemlos das in den meisten Fällen geht.

Eine Behandlung von 30 bis 60 Minuten ist in der Regel ausreichend. Unterdrückt der Patient in unterschiedlichen Situationen die Wahrnehmung, ist es wichtig, den Stress auch aus den anderen Situationen herauszunehmen.

Die gute Nachricht: Mit jeder Behandlung generalisiert sich die gemachte Erfahrung. Es findet ein Lernen statt. Auf diese Weise kehren immer mehr Ruhe, Entspannung, Gelassenheit und Freude ins Leben des Betroffenen ein. ■

## Psychosomatische Erkrankungen verstehen und behandeln



Psychosomatische Störungen stellen aktuell eines der größten Gesundheitsprobleme dar. Nie gab es so viele Verhaltensgestörte, Hypersensible, Depressive oder ADS-Opfer. Leicht gibt man Stress oder äußeren Lebensumständen die Schuld, oder man bagatellisiert die Erkrankung.

Der Autor erklärt, dass all diese Erkrankungen einen gemeinsamen Nenner haben, der schon im antiken Griechenland als *Äther* bekannt war. In Asien spricht man von Windkrankheiten und in den vedischen Lehren von Vata – einer treibenden Kraft in uns. Vata ist eine auf psychischer Ebene aktive Kraft, die bei Zunahme multiple Krankheiten auslösen kann: das Vata-Syndrom. Dieses Buch erklärt diese Zusammenhänge auf anschauliche und praxisnahe Weise. Wer das Vata-Syndrom erkennen kann, besitzt den Schlüssel zur Heilung.

Prof. h. c. Manfred Krames

#### Das Vata-Syndrom

4., überarbeitete Auflage 2017,

Hardcover, 240 Seiten

ISBN 978-3-947396-02-3

24,95 Euro

Leseprobe unter [www.ml-buchverlag.de](http://www.ml-buchverlag.de)

#### Unser Bestellservice



09221 / 949-389



[vertrieb@mgo-fachverlage.de](mailto:vertrieb@mgo-fachverlage.de)



[www.ml-buchverlag.de](http://www.ml-buchverlag.de)