

Newsletter

September – Nov. 2013
Ausgabe 2 / 2013

Editorial

Herbstzauber -
Farbenzauber

Inhalt

Farben als Heilmittel

Rot	Seite 2
Orange	Seite 2
Gelb	Seite 2
Grün	Seite 3
Blau	Seite 3
Indigo	Seite 3
Violett	Seite 3
Weiss	Seite 4
Schwarz	Seite 4



PRAXIS FÜR KLASSISCHE HOMÖOPATHIE

PETRA BARTHOLET MEIER
DIPL. HOMÖOPATHIN SHS

Heiligbergstrasse 20
8450 Andelfingen
Tel. 052 317 01 25
[PRAXIS@HOMOEOPATHIE-
ANDELFINGEN.CH](mailto:PRAXIS@HOMOEOPATHIE-ANDELFINGEN.CH)
[WWW.HOMOEOPATHIE-
ANDELFINGEN.CH](http://WWW.HOMOEOPATHIE-ANDELFINGEN.CH)



PRAXIS FÜR KLASSISCHE HOMÖOPATHIE

PETRA BARTHOLET MEIER

DIPL. HOMÖOPATHIN SHS

Herbstzauber - Farbenzauber

Ohne Licht kein Leben - und damit auch ohne Farben kein Leben, denn Licht besteht aus Farben!



Licht und Farbe lässt uns leben, Licht und Farbe lässt uns heilen. In diesem zweiten Newsletter: **Herbstzauber – Farbenzauber** möchte ich Sie einladen, mit mir in den Zauber der Farben einzutauchen.

Als Quelle dient das Buch von Johanna Paungger und Thomas Poppe: **Aus eigener Kraft, Gesundsein und Gesundwerden in Harmonie mit Natur und Mondrhythmen**, welches ich an dieser Stelle gerne weiter empfehle.

Farben als Heilmittel

Jeder Regenbogen zeigt uns, wie Licht aus Farben besteht, wie all die zahllosen Wassertröpfchen das Sonnenlicht in seine Farben aufspalten. Genau so ähnlich wie harmonische Klänge und Musik auf uns einwirken, wirken auch die Farben auf uns ein. Farben und Farbkombinationen können uns beleben, inspirieren, freier atmen lassen, anspornen, beruhigen und uns auch schützen.

Und wie oft im Alltag beeinflusst uns die Farbe in unseren Entscheidungen?

Haben Sie auch schon bemerkt, dass Sie Lust auf ein **gelbes** Curry haben? Dass Sie Lust auf einen **grünen** knackigen Salat haben? Dass Sie Lust auf ein schnelles **rotes** Auto haben? Dass Sie Verlangen nach dem tief **blauen** Ozean haben?

Auf den folgenden Seiten finden Sie Kurzinformationen zu den sieben Spektralfarben sowie den zwei unbunten Farben schwarz und weiss und deren Einfluss auf unseren Körper, Geist und Seele.

Tauchen Sie ein in den Zauber der Farben – und heilen Sie sich selbst!



PRAXIS FÜR KLASSISCHE HOMÖOPATHIE

PETRA BARTHOLET MEIER

DIPLOM. HOMÖOPATHIN SHS

ROT

Rot entspricht dem Herzen und den Blutgefäßen, der Niere und der Muskulatur, und **Rot** steigert den Blutdruck.



Rot beeinflusst das Steißbeinzentrum und regt schöpferische, vitale, erdhafte Energien an. Es fördert Leidenschaft und spontanes Handeln und sollte deshalb immer nur vorsichtig und dosiert verwendet werden. Ein roter Schlafanzug ist nur dann sinnvoll, wenn Sie am Wachen mehr Freude haben als am Schlafen. Im Winter sind rote Socken und Unterwäsche hilfreich, um auch kälteste Tage gut zu überstehen.

Rot aktiviert die Leber und unterstützt die Produktion roter Blutkörperchen. Wenn die rote Region, die Beckenzone geschwächt ist, schwächt das den ganzen Körper. **Rot** als Farbe der entgiftenden ausscheidenden Kraft befreit von Verstopfungen und Verschleimungen und ist günstig bei Eisenmangel. Der Adrenalin Spiegel im Blut hebt sich, Schläfrigkeit und Trägheit werden leichter überwunden. Es ist hilfreich bei Erkältungen und chronischem Frösteln. **Rot** sollte nicht bei Entzündungen verwendet werden. Für leicht reizbare Menschen ist die Farbe weniger geeignet.

Rot ist Feuer, Hitze, Bewegung und Aktivität. Rot macht munter, gibt Wärme und drängt zu Entscheidung und Auseinandersetzung. **Rot** schenkt Mut und Kraft.

<< Bei Kraftlosigkeit, Erschöpfung und Einsamkeit >>

ORANGE

Orange ist die Farbe der Bauch- und Lendenwirbelregion (Milz) und der oberen Oberschenkel.



Orange stimmt optimistisch und zuverlässig, weckt Selbstvertrauen. Fördert Vertrauen und die Lust am Leben, an Genuss und Sinnlichkeit. Ängstliche Menschen sollten orangefarbene Kleidung tragen, jedoch nicht von Kopf bis Fuß. Zuviel **Orange** kann die Abhängigkeit von anderen Menschen fördern. Als beherrschende Farbe in Praxiszimmern oder Krankenzimmern geeignet.

Verdauungs- und Hautprobleme und schlechter Stuhlgang werden durch **Orange** günstig beeinflusst. Orange wirkt appetitanregend und hilft deshalb gut bei Magersucht. Die wärmende Wirkung von **Orange** entkrampft und entspannt.

Orange ist sanfter als Rot, schenkt Wohlbehagen und lässt alltägliche Sorgen leichter nehmen. **Orange** ist die Farbe der Kinder und vitaler Menschen.

<< Bei Mutlosigkeit und Überempfindlichkeit >>

GELB

Gelb ist die Farbe der Magenregion und der unteren Oberschenkel, die Farbe geistiger, analytischer Kräfte und die Farbe der Vernunft.



Gelb regt die Verdauungssäfte an und hilft bei Verdauungsstörungen und Darmträgheit. Es wirkt nervenberuhigend und gegen geistige und nervöse Erschöpfungszustände. **Gelb** fördert die Konzentration und geistige Beweglichkeit. Eine gute Farbe in Klassen- und Studierzimmern. Bei depressiver Stimmung kann es gute Dienste leisten, besonders in der Bekleidung.

Gelb wirkt als Beruhigungsmittel für die Milz, aktiviert das Lymphsystem und hilft bei Leberschäden. Eine belastete oder geschädigte Leber sollte regelmässig mit **Gelb** behandelt werden, bis die innere Sicherheit und Entgiftungsbereitschaft zurückgewonnen ist. Niemals bei Fieber, akuten Entzündungen, Durchfall und Herzklopfen einsetzen.

Gelb ist die Kraft der Sonne und der Farbe der Weisheit und Erkenntnis. **Gelb** ist Leichtigkeit und Heiterkeit, schenkt Behaglichkeit, Zufriedenheit und Wärme.

<< Bei Angst und mangelndem Interesse >>





PRAXIS FÜR KLASSISCHE HOMÖOPATHIE

PETRA BARTHOLET MEIER

DIPL. HOMÖOPATHIN SHS

GRÜN

Grün ist die Farbe von Brust, Herz und Knien. **Grün** wirkt ausgleichend und neutralisierend, die Farbe der Hoffnung, Harmonie, der Heilung und des natürlichen Reifens.



Grün beeinflusst die Hirnanhangdrüse (Hypophyse) und greift damit regulierend in den Stoffwechsel ein. Es sorgt für ein Gleichgewicht zwischen Leber und Milz und wirkt regenerierend auf Muskeln und Bindegewebe. **Grün** wirkt wohltuend und beruhigend für die Augen. **Grün** ist Neubeginn und Wachstum, fördert Harmonie und Stabilität.

Grün regeneriert, besänftigt, tonisiert und erhält die Gesundheit, schenkt Hoffnung, Vertrauen, Geborgenheit und Sicherheit. **Grün** ist Entspannung und sorgt für inneren Frieden.

<< Bei Unsicherheit, Einsamkeit und übertriebener Sorge um andere >>

BLAU

Blau ist die Farbe der Schulter- und Halsregion sowie der Unterschenkel und Knöchel. Die Farbe der Schöpferkraft und tiefen Einsicht, des Glaubens und der Hingabe.



Blau kann bei Fieber eingesetzt werden und wirkt generell kühlend, ist also auch für Verbrennungen geeignet. Als Wandfarbe einer Arbeitsumgebung ist es nicht geeignet, es sei denn, es kommen gleichzeitig wärmende Farben zum Zuge. Wer viel mit Menschen zu tun hat, kann sich mit **Blau** in der Kleidung gegen negative Gedanken anderer Menschen schützen. **Blau** macht ruhig und gelassen, entspannt Nerven und Haut und öffnet den Geist für schöpferische Gedanken ohne Beeinflussung von aussen.

Blau ist Ruhe, Weite und Tiefe, Unendlichkeit, Träume und Sehnsucht, gibt Erholung und Schlaf. **Blau** ist die Farbe des Friedens und der Wahrheit.

<< Bei innerer Unruhe und Überempfindlichkeit >>

INDIGO und VIOLETT

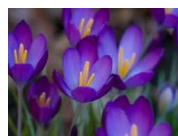
Indigo und **Violett** sind die Farben der Kopfgregion und der Füße. Die Farben der intuitiven Erkenntnis, der tiefen Wahrnehmung und der Bescheidenheit.



Indigo wirkt auf Augen, Nase und Ohren, **Violett** regt die Milz an und damit die Immunkräfte. **Violett** wirkt auch blutreinigend und bremst die Esslust. Auf künstlerisch tätige Menschen kann es beruhigend wirken, weil es das Nervensystem dämpft.

Indigo als tiefstrahlendes Blau vereinigt alle Farbschwingungen in sich. **Indigo** hilft bei Erschöpfung, bewirkt Heilung im ganzheitlichen Sinne und verhilft zur geistig-seelischen Entwicklung. **Indigo** entspricht dem universellen Bewusstsein.

<< Bei Haltlosigkeit, Dumpfheit und Erschöpfung >>



Violett wirkt ausgleichend auf das zentrale Nervensystem, verleiht Selbstwertgefühl und fördert den Schlaf. Es erhebt und befreit die Seele und den Geist.

Violett steht für Spiritualität, Barmherzigkeit und Bewusstseinsweiterung, regt zum Meditieren an und hilft beim Loslassen und Sterben.

<< Bei Mutlosigkeit und Verzweiflung >>





PRAXIS FÜR KLASSISCHE HOMÖOPATHIE

PETRA BARTHOLET MEIER

DIPLOM. HOMÖOPATHIN SHS

WEISS

Weiss ist eigentlich keine Farbe, weil es alle Farben in sich vereinigt. Wer **Weiss** trägt, zeigt sich offen für alle Kräfte der Umgebung.



Weisse Wände wirken neutral, verbindend und beruhigend. Sonnenlicht ist **weiss**, weil es alle Farben birgt: Ein kurzes Sonnenbad täglich, etwa zehn Minuten lang, gibt dem Körper die Möglichkeit, sie zu regenerieren und aus dem Farbenspektrum der Sonne alle Schwingungen zu holen, die er gerade braucht. Wer bei Krankheit **weisse** Bettwäsche und Schlafkleidung trägt, kann leichter heilende Schwingungen und Farben aufnehmen, die er zur Genesung braucht. **Weiss**

eignet sich daher auch gut als Wand- und Wäschefarbe in Krankenhäusern, gemeinsam etwa mit schönen, optimistisch stimmenden Bildern.

<< Bei Bedrücktheit und Schwäche >>

SCHWARZ

Schwarz ist keine Farbe. **Schwarz** verschluckt Farben und Schwingungen.



Wohl einer der Hauptgründe für die Farbe **Schwarz** als Trauerfarbe liegt darin, dass es seinen Träger von den Gedanken und Schwingungen der Umgebung wirksam abschirmt und damit nicht noch zusätzlich schwächt.

Viele Jugendliche tragen heutzutage **Schwarz** oder Dunkelgrau und senden die Botschaft aus: „**Ich brauche innere Ruhe**“ oder: „**Lasst mich in Frieden, der Druck ist zu gross**“.

<< Bei Trauer und seelischer Unruhe >>

Beobachten Sie, seien Sie wachsam und schauen Sie sich selbst zu! Entwickeln Sie nach und nach Ihr eigenes Gespür, was Farben Ihnen „sagen“, welche Wirkung sie haben und welche ihrer Wirkungen Sie genau jetzt in diesem Augenblick wünschen und brauchen – ob in der Kleidung, als Wandfarbe, als Farbe zum Meditieren, in Form von Blumen, in Ihrer Nahrung, und so fort. **Was sagt Ihnen Ihre innere Stimme?**

Ich wünsche Ihnen einen **Farben frohen Herbst!**

<< Herzlichst Petra Bartholet Meier >>

