

Farb-Energetik

Kraft der Farben

Mit jedem Augenaufschlag erlebt man immer wieder ein kleines Wunder: Man sieht eine Welt voll herrlicher Farben. In der Regel glaubt man, dass das Auge die Farben sieht. Aber ist das wirklich so? Farben sind unsere alltäglichen Begleiter und dennoch haftet ihnen etwas Geheimnisvolles an. Farben sind lebenspendende Energien – ohne sie wäre das Leben trist, trüb und langweilig.

Farben sind die Sprache des Universums. In ihrem symbolischen und energetischen Charakter drücken sich der Geist und die Kraft des Lebens aus. Farben wirken auf den Menschen ein und sie beeinflussen ihn, auch wenn das meistens nicht bewusst wahrgenommen wird. Das erlebt man allein schon, wenn man morgens aus dem Fenster in eine satte grüne Landschaft mit bunten Blumen schaut und sich die Stimmung hebt. Genau wie sich an einem tristen und trüben Novembertag eine ebenso triste und traurige Stimmung einstellt. Es wird klar, dass Farben mehr sind als nur schön anzuschauen; sie besitzen mehr als nur rein ästhetische Qualitäten.

Licht als Energieform

Ohne Sonnenlicht wäre es auf der Erde so kalt, dass kein organisches Leben möglich wäre. Alles hängt von diesem ursächlichen Licht ab. Sonnenlicht ist eine Form von Energie; man kann es auch als Lichtwellen und sichtbare elektromagnetische

Strahlung bezeichnen. Die Maßeinheit ist Nanometer (1 Nanometer = 1 milliardstel Meter). Der

Physiker Isaac Newton (1643–1727) entdeckte, dass Sonnenlicht, d.h. weißes Licht, aus verschiedenen Spektralfarben zusammengesetzt ist: Beim Durchgang des Lichtes durch ein Prisma wird es durch Brechung in seine Spektralfarben Rot, Orange, Gelb, Grün, Blau und Violett (s. Kasten) zerlegt. Dasselbe Phänomen kann man beim Regenbogen beobachten: Hier bricht sich das Sonnenlicht in den Regentropfen. Die Farbe mit der größten Wellenlänge, also Rot, löst auch die intensivste Wirkung aus. Deswegen wird Rot beispielsweise als hitzig und warm empfunden; Blau hingegen mit seiner geringeren Wellenlänge wirkt kälter. Das Spektrum der Farben ist der einzige elektromagnetische Wellenbereich, den wir sehen können. Alle anderen Wellenbereiche, wie z.B. die von Radiowellen-, Röntgen-, Infrarot- oder ultravioletten Strahlen, sind für uns unsichtbar. Das macht verständlich,

dass ein Mangel an Farben oder Licht einer Unterversorgung an Lebensenergie gleichkommt. Das Phänomen der Winterdepression ist eine Folge davon.

Farbe entsteht im Kopf

Wie sieht der Mensch die Farben? Mit den Augen selbstverständlich – glaubt man. Natürlich übernehmen die Augen eine wichtige Funktion dabei, aber das Farbsehen birgt eine Überraschung: Die menschliche Netzhaut verfügt über zwei Typen von Sinneszellen, die Stäbchen (beim Nachtsehen aktiv) und Zapfen (für das Tagsehen verantwortlich). Diese haben die Aufgabe, die Energie der eintreffenden Strahlung zu übernehmen und in eine andere Energieart, nämlich in systemkonforme elektrische Impulse, umzuformen. Aus diesen elektrischen Impulsen bestehen die Codes, die über Nervenbahnen ins Gehirn weitergeleitet werden, wo dann die eigentliche Farbpfindung zustande kommt. Der Mensch „sieht“ die Farben also tatsächlich nicht. Jedes „Farbsehen“ ist ein „Farbempfinden“. Die Farbpfindung ist das Resultat eines physiologischen Prozesses und entsteht erst im Gehirn eines jeden Individuums. Farbe existiert faktisch ge-

INFO+

Beispiele für Farbenwendungen

Eine Kundin, die sehr nervös und gestresst ist, sollte man mit Blau oder Grün bestrahlen, da beide Farben eine beruhigende und entspannende Wirkung haben. Bei Hautreizungen und Rötungen kann man Blau sehr gut anwenden; auch wenn Kundinnen über Kopfschmerzen klagen, ist Blau ideal. Will man die Haut insgesamt positiv stimulieren, sollte man abwechselnd mit Rot und Blau bestrahlen. Rot dehnt die Gefäße aus und regt so eine kräftige Durchblutung an. Blaulicht dagegen bewirkt die Verengung der Gefäße. Mit Rot sollte man immer kürzer bestrahlen als mit Blau. Durch den Wechsel des Ausdehnens und Verengens kann man die Haut optisch verjüngen bzw. verschönern. Ist eine Kundin trübe gestimmt und fühlt sich matt, ist eine Bestrahlung mit Orange oder Gelb ideal. ▶

sehen überhaupt nicht; sie ist eine reine Sinnesempfindung.

Die Gegenstände, die wir sehen, haben von daher selbst auch keine Farben. Was wir über die Augen und Nervenbahnen aufnehmen, sind lediglich Reflexionen. Erst wenn ein Lichtstrahl auf Hindernisse – sprich Gegenstände – stößt, bekennt er Farbe. Jede Materie hat eine unterschiedliche molekulare Zusammensetzung und so wird das auftreffende Licht unterschiedlich absorbiert bzw. reflektiert. Beispiel: Ein Lichtstrahl fällt auf eine Tanne mit der Möglichkeit, dass alle Farben „gesehen“ bzw. ab-

ten zu einem „Raum-zu-Raum-Bewohner“ entwickelt hat (hin und zurück mit Auto oder Bahn von und zur Arbeits-/Wohnstätte). Dadurch wurde die Natur, die ein guter Licht- und Farbstimulator für uns darstellt, mehr und mehr aus unserem Lebensraum ausgegrenzt.

Farbe für den Körper

Wenig verbreitet ist die Kenntnis über die Aufnahme der Farben über die Haut. Die Zellen der Haut haben sogenannte Farbrezeptoren. Damit hat sich der Biophysiker Fritz-Albert Popp intensiv beschäftigt und beschrieben, dass die Zellen Licht und somit Farben unterschiedlicher Wellenlänge abgeben. „Zell-Licht“ liegt quasi im Bereich des sichtbaren Lichts. Zellen sind demnach Informationsträger und kommunizieren untereinander über winzige Mengen von Licht und Farben. Diese Energieform (kleinste Energieteilchen einer elektromagnetischen Strahlung) wird in der Fachsprache als Photonen bezeichnet. Wenn also Zellen nicht ausreichend

mit Licht und Farben versorgt werden, werden sie energielos und geben dies bei der nächsten Zellteilung weiter. Hier könnte man wie folgt dagegenwirken: Wenn man dann auf die schwachen Körperzellen elektromagnetische Schwingungen in Form von Farbe einwirken lässt, die ja in ihrer Schwingungsfrequenz mit der Eigenschwingung der Zellen übereinstimmen, dann kommt es zu Resonanzerscheinungen. Das Resonanzprinzip besagt: „Mit kleinsten schwingenden Kräften können größte Wirkungen ausgelöst werden, wenn diese Kräfte auf die Eigenschwingung ihres Wirkungsfeldes abgestimmt sind.“

Farbanwendungen im Institut

Gerade im Kosmetikbereich sind Farbanwendungen mit verschiedenen Farblampen ideal und relativ einfach in einen Behandlungsablauf zu integrieren. Die Kundin kann ihre Augen dabei schließen, denn die Farbenergie wird, wie erwähnt, auch über die Haut

aufgenommen. Die Farbbestrahlungen können einfach zur Entspannung oder gezielt eingesetzt werden, um ganz bestimmte Wirkungen zu erreichen (siehe Kasten Seite 90).

Was den dekorativen Kosmetikbereich betrifft, kann man im Umkehrschluss auch feststellen, dass es nicht unerheblich ist, mit welchen Farben die Kundin geschminkt wird. So kann die dekorative Kosmetik, die ausschließlich über die Farbgebung ihren Charakter erhält, dazu beitragen, dass eine Kundin den ganzen Tag mit der „aufgetragenen Farbenergie“ vital und attraktiv aussieht. Von daher ist es sinnvoll, bei der Farbwahl der dekorativen Kosmetik auch diesen Faktor zu berücksichtigen.

Vitale Kraft der Kleidung

Kann die Farbe der Kleidung auch dazu beitragen, dass man sich im Alltag vitaler fühlt? Selbstverständlich, denn auch die Farben der Kleidung sind Energien. Sie wirken zum einen über das Auge – wenn wir die Kleidungsstücke ansehen und uns für bestimmte Teile entscheiden – und zum anderen natürlich über die Haut. So können uns die Farben der Kleidung tagsüber Energie rauben oder zuführen. Im übertragenen Sinne kann man schlussfolgern: Bei den Farben, von denen man vermeintlich meint, sie stünden einem nicht, ist auch die Farbenergie für den Träger nicht optimal. Wären Farben keine Energien, könnte man solche Unterschiede im Ausdruck gar nicht wahrnehmen.

Die Farbberatung unter energetischen Gesichtspunkten kann ein mögliches Medium sein, um herauszufinden, welche Farbenergie für die Kleidung optimal ist (siehe auch BEAUTY FORUM 5/2005, S. 98 f.) aus.

Letzten Endes sollte man sich ab und an ins Gedächtnis rufen, dass alles um uns und in uns schlichtweg Energie ist – und dazu gehören auch die lebensnotwendigen Farben. ■

Anita Schakinnis I ... ist Inhaberin von an-tara – colour of life, einem Zentrum für Ganzheitliche Farb- und Stilberatung. Hier gibt sie ihr Wissen in Form von Schulungen, Seminaren und Ausbildungen weiter. Außerdem ist sie Dozentin für Farb- und Stilberatung sowie Wohnraumgestaltung an der renommierten privaten Textil-Fachhochschule LDT Nagold.

STICHWORT

Die Spektralfarben entsprechen verschiedenen Wellenlängen:

Violett = 390 – 430 Nanometer	Gelb = 555 – 590 Nanometer
Blau = 430 – 490 Nanometer	Orange = 590 – 625 Nanometer
Grün = 490 – 555 Nanometer	Rot = 625 – 790 Nanometer



Spektrum der elektromagnetischen Strahlung

sorbiert oder reflektiert werden können. Der Baum absorbiert aufgrund seiner molekularen Struktur alle Strahlen bis auf die der Farbe Grün. Diese Grünwellen werden reflektiert und können dann vom Auge des Betrachters aufgenommen werden.

Da also ausschließlich Energien vom Menschen aufgenommen bzw. gesehen werden, ist es wichtig, dass dem Organismus immer ein ausreichender „Licht-“ bzw. „Farbcocktail“ zugeführt wird, um energetisch gut versorgt zu sein. Wenn man sich beispielsweise den ganzen Tag in einer Arbeits- und Lebensumgebung aufhält, wo wenig Lichtnahrung aufgenommen werden kann, wie z.B. in Räumen mit viel Weiß, Grau, Beige oder Schwarz, dann kann sich das negativ auf unser allgemeines Wohlbefinden auswirken. Gerade in unseren Breitengraden mit der trüben Herbst- und Winterzeit ist es wichtig, bunte Farben in unsere Wohn- und Arbeitsbereiche zu integrieren. Hinzu kommt, dass sich der Mensch in den letzten drei Jahrzeh-