

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (1989-1990)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Die stillen Helfer  
**Autor:** Gehrig, Franziska  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-843697>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 05.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Die stillen Helfer

Mein Anliegen ist, Liebe und Achtung für die Natur zu wecken. Es scheint mir ein wichtiger Ansatzpunkt, dass Erde, Baum und Blume unsere Freunde werden, deren Leben uns wertvoll ist, um eine neue Basis von Gedankenformen, die eine weitertragende Wirkung haben, möglich zu machen.

Farbe – ein Wort, das fasziniert, elektrisiert. Nicht zu Unrecht, denn Farbe ist elektromagnetische Energie, ist Schwingung, die nicht nur unsere Umwelt belebt und bereichert, sie lebt auch im Innern des Menschen, sichtbar in farbigen Träumen. Goethe sagt es so:

«Wäre nicht das Auge sonnenhaft  
Nie würde es die Sonn' erblicken.»

Die KIRLIAN-Fotographie bannt menschliche und pflanzliche Farbausstrahlung (Aura) aufs Papier. Das heisst Farbe geht über unsere Wahrnehmungen hinaus und bestimmt unser Leben in hohem Masse.

Jede Farbe und alle Farbtöne haben bestimmte Wirkungen, die in Blumen, in Malerei und Landschaftsbildern besonders erlebt werden.

Auch Heilung geht von Farben aus, die bis ins Feinstoffliche reicht (höhere Bewusstseins Ebene). Pflanzen leben auf dieser Ebene und sind hochsensibel für menschliche Gefühle und Äusserungen. In den letzten 100 Jahren wurde das wiederholt experimentiert und registriert (Tompkins: Geheimes Leben der Pflanzen).

Besonders ihre Blüten und deren Farbe sind Ausdruck ihres Wesens, die sie uns zum Wohle zur Verfügung stellen.

Sie stellen nicht nur auf materielle, körperlicher Ebene über die Chemie das Gleichgewicht her, sondern auch auf psychischer (Bach-Blütentherapie).

Pflanzen und Blumen erfüllen ihren Schöpfungsauftrag direkt aus dem Samenmuster, ohne den Umweg zu beschreiben, den der Mensch durch seinen freien Willen gezwungen ist, auf langen Irrwegen zu erfahren.

Ich denke, wir haben noch eine Welt von Schönheit und Herrlichkeit zu entdecken, wenn wir Farben mit dem 3. Auge sehen.

Um diese Sensibilität zu entwickeln, arbeiten und spielen wir mit Farben. Es gibt zwei Blüten-Einweihungswege: Von Barbara Luetgebrune: «Kalifornische Blütentherapie» und den der Farbfolien von Vera Suchanek.

### Eine Übung:

Ich schlage vor, gleich anzufangen, z. B. mit Violett, weil Violett eine vielseitige Wunderfarbe ist, die Negativität tilgt. Sie reinigt, sie regeneriert den Wald, wie wir experimentiert und erfolgreich erfahren haben. Violett ist die Farbe der Ordnung, der Vergebung (von Jesus gebraucht) und der Transformation.

Nehmen Sie ein Usambara-Veilchen, setzen Sie sich an einen ruhigen Ort, entspannen Sie sich und begrüßen

Sie die Pflanze, bitten Sie sie mitzuspielen, denn sie ist ein Ihrer Achtung wertebesetztes Lebewesen.

- Nehmen Sie beim Einatmen die violette Farbe auf und atmen Sie alle Negativität aus (5 Min. lang). Negative Gedanken richten viel Übel an.
- Atmen Sie weiter violettes Licht ein und senden Sie es beim Ausatmen (Augen schliessen) für Ihre nahe Mitwelt zur Tilgung von Negativität aus (5 Min.).
- Atmen Sie weiter Violett und senden Sie es mit Liebe zur Regeneration der Erde: Es sei dem so (5 Min). Es geht ganz allgemein um die Balance von Energie für unseren Planeten. Jeder Beitrag ist wertvoll (wie bei Geldsammlungen, jeder Betrag zählt).
- Legen Sie zum Abschluss die Hand aufs Herz und schliessen Sie die kleine unscheinbare Blüte in Ihr Herz ein. Es bedeutet Schutz für Sie.

Tun Sie dies oft auch in Kreisen. Sie tun es auch für Ihre eigene Entwicklung. Die violette Energie ist feinstofflich, aber sehr real. Das Veilchen dient zur Inspiration.

Hüllen Sie sich in Gedanken in einen violetten Lichtmantel zum Schutz gegen negative Energie. Sie werden neue Dimensionen des Geistes kennenlernen und erkennen: «Alles ist Schwingung und Bewusstsein». *Franziska Gehrig*



Usambara-Veilchen.

Foto Sandra Bloch