Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 49 (1992)
Heft: 12: Heilen mit Licht und Farben

Artikel: So heilen die sieben Regenbogenfarben
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-558395

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: 14.12.2025

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

So heilen die sieben Regenbogenfarben

Rot ist in der Natur die Farbe der Bewegung. Die Farbschwingungen von Rot wirken wärmend, belebend und stimulierend. Rot wirkt anregend auf Haut und Drüsen sowie auf den Stoffwechsel, ebenso bei Herz-, Lungen- und Muskelerkrankungen, aber auch bei Rheumatismus und Gicht. Anderseits ist Vorsicht geboten, weil die rote Farbe die Erregung des Nervensystems verstärkt (Stiere und Pfauen werden durch Rot in Wut versetzt, während sie durch Blau beruhigt werden).

Orange ist wie das Rot eine warme Farbe, die anregend wirkt. Orange wirkt hauptsächlich unterstützend auf die Blutzirkulation. Orange hilft bei Nierenschwäche, Verstopfung und gefühlsmässigen Verspannungen.

Gelb wirkt positiv und anregend auf die Nerven und wirkt günstig auf die Ernährungsorgane. Magen, Darm, Leber, Milz und Blase werden gestärkt. Helle gelbe und goldene Farben wirken sehr günstig auf melancholische und trübsinnige Menschen. Ein gelbbestrahlter Raum wirkt an Regentagen wesentlich freundlicher und fast sonnenscheinartig.

Grün symbolisiert Gleichgewicht und Harmonie. Grün ist die Farbe der Natur. Wirkt beruhigend und «besänftigt» angegriffene Nerven und gibt neue Energie. Günstig bei Schlafstörungen, Ärger, negativer Lebenseinstellung, Paranoia oder Herzschmerzen.

Blau hat einen antiseptischen, kühlenden Effekt. Wirkt durch die kühlende Ruhe schlafunterstützend. Wirkt ausgezeichnet auf Entzündungen und Fiebererkrankungen. Blau vermindert die Pulsfrequenz und die Durchblutung und kann schmerzstillend sein. Blau wirkt anderseits abstossend auf verschiedene Insekten.

Indigo hat einen starken Einfluss auf die Augen, die Nase und die Ohren. Deshalb werden in der Farbtherapie Krankheiten in diesem Bereich am besten mit Indigo behandelt. Wirksam auch bei Asthma und Bronchitis. Indigo wirkt stark auf den Geist des Menschen und sein Nervensystem. Richtig eingesetzt, kann Indigo helfen, ein positiveres Bewusstsein aufzubauen.

Violett gilt als die Farbe mit den höchsten und feinsten Schwingungen und ist deshalb vorsichtig anzuwenden. Wirkt gegen Depressionen und Migräne. In der Anwendung zu vermeiden bei körperlich oder geistig gewalttätigen Menschen oder bei Patienten mit kindlicher Persönlichkeitsstruktur.

Licht. Dieses Farbband nennt man heute Spektrum , und die einzelnen Farben heissen Spektralfarben und haben verschiedene Wellenlängen. Beispielsweise ist die Wellenlänge des roten Lichtes beträchtlich grösser als die des violetten Lichtes. So sind denn Licht und Farbe im Grunde genommen eine Einheit. Das weisse Sonnenlicht, unsere wichtigste Lichtquelle, enthält alle Farben des Spektrums, von Rot bis Violett. Dieses Sonnenlicht gibt uns auch die Wärme und das Licht zum Leben und Wachsen. Das Sonnenlicht ist für die Gesundheit so wichtig, dass ein anhaltender Mangel zu funktionellen Nervenstörungen, Vitamin-D-Mangel, Schwächung der Abwehrkraft und zur Verschlimmerung chronischer Krankheiten führen kann. Anderseits fördert Sonnenlicht die Muskelfunktionen, vermehrt die Widerstands-

kraft gegen Grippe und die Bildung von Spurenelementen. Auch die pigmentbildenden Zellen des Auges teilen und vermehren sich beispielsweise nur dann, wenn sie dem Licht ausgesetzt sind. Ein ähnlicher Prozess findet bei den chlorophyllbildenden Zellorganen der Pflanzen statt, so dass man heute davon ausgeht, dass sich Lichteinflüsse grundlegend auf die Zellen auswirken. Als Teile des Lichts sind auch die Farben lebendige Kräfte, wenn wir sie richtig nutzen. Die verschiedenartigen Farbstrahlen bewirken verschiedene chemische Umwandlungen im Körper. Die Farben spielen sogar in der Ernährung eine wichtige Rolle. Mit einer vernünftigen, ausgewogenen Frischkost nehmen wir auch die entsprechenden Einflüsse der Farben mit auf, so das Grün von Salaten und Gemüsen, das Rot von Tomaten oder Obst, das Gelb des Eies, usw. Es wurden schon Versuche gemacht mit einer Nahrung, die zwar alle lebensnotwendigen Nährstoffe in sich hatte, aber praktisch nur «weiss» war: Weisskohl, Weissbrot, Eiweiss, Quark, Reis, Milch, Zucker. Die Versuchspersonen erkrankten nach einiger Zeit an akutem Magen-Darm-Katarrh. Schon drei Tage nach der Umstellung auf «farbigere» Kost war die Gruppe wieder gesund, ohne dass irgendwelche Medikamente benötigt wurden.

Die Naturfarben als konzentrierte Sonnenenergie sind nämlich Nährstoffe, die von den menschlichen Zellen zur Erhaltung der normalen Lebensfunktion genauso benötigt werden wie Eiweiss, Kohlenhydrate, Fette, Vitamine und Spurenelemente. Also ist darauf zu achten, dass wir, um unseren Körper in Harmonie zu halten, über einen längeren Zeitraum hinweg gerechnet möglichst alle pflanzlichen Farbstoffe zu uns nehmen. Mit der Einnahme der (nicht überhitzten oder durch industrielle Fertigung geschädigten) Pflanzenfarben wird insgesamt eine bessere Zellatmung erreicht und dadurch eine bessere Versorgung des Körpers mit Vitaminen, Spurenelementen und Enzymen, also eine wesentliche Verbesserung des Stoffwechsels.

Jede Farbe hat ihren Funktionskreis

In der chinesischen Medizin spielen die Farben vor allem für die Diagnose eine wichtige Rolle. Sie werden bestimmten Funktionskreisen zugeordnet, und entsprechend für eine Therapie eingesetzt: Grün bis Grünblau zur Leber, Scharlachrot zum Herz, Gelb zur Milz, Weiss zur Lunge. Ferner werden bestimmte Farben mit bestimmten Gefühlsstimmungen in Verbindung gebracht. Aus der Fülle der Volksheilkunde vieler Länder ist in diesem Jahrhundert der Grundstein gelegt worden zur modernen Farbenbestrahlungstherapie, deren Erkenntnisse heute durch viele Studien belegt werden können. Man entdeckte die Wirkung von ultraviolettem Licht auf Bakterien oder, dass Fette, Öle und Milch Vitamin D bilden, wenn sie ultraviolett bestrahlt werden. Anderseits kann eine zu lange dauernde Bestrahlung mit ultraviolettem Licht Hautkrebs verursachen. In therapeutischer Anwendung stellte man auch fest, dass Rotlicht die Ausdehnung der Gefässe bewirkt und eine bessere Durchblutung erzeugt, während Blaulicht eine Verengung der Gefässe herbeiführt. Dieses Wissen machen sich

Literatur:
Erfahren Sie mehr über die Farbtherapie in Christa Muths' Buch «Farbtherapie, mit Farben heilen – der sanfte Weg zur Gesundheit», Heyne Taschenbuch.

Rot und Gelb: Die lebenswichtigen Karotine

Die Farbstoffe der Pflanzen binden Sauerstoff im menschlichen Organismus und machen ihn transportfähig. Die roten und gelben Pflanzenfarben werden durch die sogenannten Karotine abgedeckt. Sie sind besonders in der Säuglingsnahrung wichtig, da die Vitamin-A-Versorgung davon abhängig ist. Ein Vitamin-A-Mangel kann die Ursache sein für Nachtblindheit, Haut- und Knochenbildungsschäden. Zur Substanzklasse der Karotine gehört auch das sogenannte Beta-Carotin, deren Bedeutung aber weit über die Vitamin-A-Wirkung hinausgeht. Wie jüngste wissenschaftliche Berichte nachweisen, kommt dem Beta-Carotin als schützender Substanz gegen die Entwicklung von Krebszellen eine besondere Bedeutung zu: Je besser die Versorgung mit Carotinoid-reichen Nährstoffen ist, desto geringer ist das relative Risiko, an verschiedenen Krebsformen zu erkranken.
In A. Vogels Biocarotin, hergestellt aus dem reinen Saft gartenfrischer, biologisch angebauter Karotten, unter Vakuum schonend eingedickt, liegt das hochgeschätzte Beta-Carotin in seiner natürlichsten Form vor. Dreimal ein Teelöffel pro Tag, nach Belieben in Joghurt, im Müesli, in Fruchtsäften oder als Brotaufstrich, genügen.

die Farbakupunkteure zunutze, indem sie die Akupunkturpunkte mit Farben bestrahlen und dadurch auch bei schwerwiegenden Leiden erfolgreich waren, wie der Begründer der Farbakupunktur, Peter Mandel, in seinem Buch 1986 berichtete.

Dies alles ist keineswegs Hokuspokus! Die Farbtherapie geht zurück auf grundsätzliche, naturwissenschaftliche Erkenntnisse und wurde schon von Goethe in seiner Farbenlehre ausführlich beschrieben. Er sah die Farben als Teil eines übergeordneten Harmoniegesetzes, das für Farben ähnlich wie für Töne gilt. Es gibt die drei reinen Farben Rot, Gelb und Blau, und die anderen Farben sind Mischungen aus diesen drei. Entsprechend ihrer Wirkung, die sie auf Menschen haben, unterscheidet man zwischen kalten und warmen Farben. Und jede dieser Farben hat darüber hinaus eine ganz spezifische Aussagekraft. Das merken selbst Kinder, die, je nach Charakter und Stimmung, ihre Vorlieben zum Ausdruck bringen. Auch Gedanken, Wünsche, Gefühle und Träume können sich in Farben niederschlagen.

Diese den Farben innewohnende Kraft versucht der Farbtherapeut für den Heilvorgang zu nutzen – als eine nicht zu unterschätzende Form der bewussten, sanften Ganzheitsmedizin. Es gibt viele Ansätze der natürlichen Heilkunde, und das Schöne daran ist, dass jeder (auch Sie, liebe Leserinnen und Leser) damit im alltäglichen Leben etwas anfangen kann – zum eigenen und der Mitmenschen Wohl! ●