

Thema: Kleurentherapie

De functie van kleuren

Kleuren worden al eeuwenlang in de geneeskunde ingezet. Onze kennis over de invloed van kleuren op het lichaam en op de psyche is voornamelijk terug te voeren op het werk van Isaac Newton en Johann Wolfgang von Goethe. Newton ontdekte dat iedere kleur in het spectrum een eigen frequentie en golflengte heeft en dat een kleur zichtbaar wordt omdat door de moleculaire structuur van een substantie bepaalde golflengtes worden doorgelaten en andere golflengtes juist worden gereflecteerd. Alleen de gereflecteerde golflengtes worden als een kleur waargenomen. Goethe heeft zich vooral beziggehouden met de ordening van en de overeenstemming tussen kleuren. Hij heeft vastgesteld dat alle kleuren en tinten kunnen worden gevormd door een specifieke combinatie van de primaire kleuren blauw, rood en geel. Een belangrijke bijdrage aan de kennis over het effect van kleuren op het menselijk lichaam is geleverd door professor Becher uit Heidelberg, die in de 50-er jaren onderzoek heeft gedaan naar het verband tussen het autonome zenuwstelsel – ook wel het vegetatieve zenuwstelsel genoemd – en de functie van de ogen. Hij ontdekte dat de zogenaamde multipolaire neuronen in het netvlies (retina) verantwoordelijk zijn voor de waarneming van kleuren door de hersenen. Zij communiceren via de oogzenuw met het centrale zenuwstelsel. Door de directe relatie tussen de psyche, het hormonale ofwel endocriene stelsel en het autonome zenuwstelsel is te verklaren dat de frequenties van de verschillende kleuren, via de ogen, de huid en de psyche invloed uitoefenen op het lichaam en de organen.

De relatie tussen licht en kleur

Licht is een vorm van electromagnetische trilling. Kleuren maken deel uit van het witte licht en onderscheiden zich van elkaar door een andere trillingsfrequentie ofwel resonantie. Het effect van een specifieke kleur op het menselijk lichaam kan worden verklaard door de specifieke resonantie van die kleur. Verschillende resonanties met hun eigen deelfrequenties hebben een specifiek effect op de verschillende lichaamsfuncties.

De kleuren en hun effecten

De kleuren rood, blauw en geel kunnen nooit gecreëerd worden door andere kleuren met elkaar te mengen en worden daarom de primaire kleuren genoemd. Door de primaire kleuren te mengen worden de zogenaamde secundaire kleuren – oranje, paars (violet) en groen - verkregen. Door deze kleuren weer met elkaar te mengen worden de tertiaire, ook wel tussenliggende kleuren genoemd – gevormd. In de kleurencirkel van Goethe komt het basisprincipe van tegenstelling (tussen licht en donker) terug in het contrast tussen de kleuren onderling. De complementaire kleuren liggen tegenover elkaar: rood tegenover groen, oranje tegenover blauw, geel tegenover paars. Rood, oranje en geel vormen daarbij de warme en groen, blauw en paars de koude kleuren. De effecten die deze kleuren hebben op de mens worden hierna weergegeven.

- **Blauw**, een koude kleur, werkt ontspannend en is rustgevend. Blauw heeft vooral invloed op de klieren en het hormonale systeem en werkt goed tegen koorts en ontstekingen en pijn. Ook bij bloedblaren, aambeien, wratten, sommige hartkwalen en slapeloosheid kan deze kleur een heilzame werking hebben. Via het endocriene stelsel heeft blauw een positieve invloed op de testikels, de eierstokken, impotentie en frigiditeit. Blauw is ook de kleur van de menopauze en heeft bovendien een positieve invloed op spieren, banden en weefsels. Blauw is verbonden met stilte, zwijgen en terughoudendheid.
- **Geel** heeft betrekking op het lymfesysteem, het intellect en de linker hersenhelft. De kleur is belangrijk voor het immuunsysteem, het versterkt het zenuwstelsel en de klieren, het stimuleert de lever en de spijsvertering. Geel heeft een verwarmend effect, het bevordert de concentratie en het opnamevermogen en is daarom vaak goed voor kinderen. Ontevreden mensen worden door geel vaak milder en positiever gestemd.
- **Rood** is verbonden met degeneratieve processen en evenwicht. Rood heeft van alle kleuren het meest indringende effect. Het is de kleur van het leven en de zon. In het lichaam is rood sterk verbonden met het hart, de longen en de spieren. Rood staat voor heftige emoties als liefde, woede en vreugde. Rood doet het bloed stromen en wordt daarom vaak bij doorbloedingsstoornissen ingezet. Rood is opwindend, maakt mensen spraakzaam, vrolijk en ijverig. In therapeutische zin kan rood daarom goed ingezet worden bij kinderen met leerproblemen. Rood heeft een positieve invloed op bijvoorbeeld ettervrije wonden en ontstekingen, huidaandoeningen, chronisch hoesten, astma en bloedarmoede.
- **Groen** (mengeling van geel en blauw) staat voor evenwichtigheid, tevredenheid en rust. Groen is rustgevend, ontspant en helpt om toxische stoffen uit te scheiden. Groen is de aangewezen kleur bij gezwellen, cysten, diabetes, oogklachten, copd, kinkhoest en ontstekingen aan de gewrichten.
- **Oranje** (mengeling van rood en geel) is de kleur van de opgewektheid en blijmoedigheid. Oranje werkt goed bij aderverkalking, bloedarmoede en hartfalen. Oranje bevordert de eetlust en heeft een positieve invloed op ontevredenheid, pessimisme, zwaarmoedigheid en in combinatie met blauw op angst. Oranje stimuleert ambitie, geeft geborgenheid, maakt vrolijk en brengt arbeidsvreugde.
- **Paars** (mengeling van rood en blauw) is de kleur van de geest en de inspiratie. Het werkt vooral sterk op het onderbewuste, leidt tot inzicht en zelfkennis en versterkt het effect van meditatie. In het lichaam staat paars in verbinding met de milt en het lymfesysteem.
- **Turkoois** (Cyaan) is verbonden met de ziel en leidt tot het ervaren van bevrijding, Heel-zijn, geroerd zijn, gelukzaligheid en tevredenheid. Deze kleur laat u dieper ademen en geeft een open gevoel in het hoofd. Bevordert de evenwichtigheid en is harmoniserend, werkt goed bij blokkades en depressies