

Geheime Kraft der Farben

von Dougall Frazer

«Jeder kann für sich Farben wirken lassen»

In den USA und Japan ist Dougall Frazer ein Star in der helllichtigen Szene. Dougall entschlüsselt die geheime Kraft der Farben und erklärt wofür eine Farbe steht und was uns gut tut oder zu viel des Guten ist. Das helllichtige Medium erkennt mit einem Blick, welche Farben in die farbliche Ausstrahlung (Aura) integriert werden müssten, um Lebensprobleme zu lösen oder persönliche Ziele zu verwirklichen. Sein Buch «Geheime Kraft der Farben» entstand, nachdem er die Aura unzähliger Klienten in aller Welt gesehen hatte. Der international anerkannte Hellseher beschreibt darin anhand vieler Beispiele die Eigenschaften der Farben und zeigt Übungen auf, mit denen man Farben über Meditation, Affirmationen oder farbige Gegenstände anzapfen und für sich aktivieren kann. „Jede Farbe hilft uns, bestimmte Punkte auf der Landkarte unseres Lebens zu finden, die wir erreichen möchten. Wer zum Beispiel einen Schub Selbstliebe braucht, sollte sich mit der Farbe Rosa beschäftigen. Ist das Thema Führungsqualität, dann ist Violett die richtige Farbe.“ Der Autor berät unter anderem Farbtherapeuten und Innenarchitekten, damit diese die Stärken und Schwächen ihrer Kunden besser erkennen können.

Dougall: „Farben haben mich schon immer inspiriert und ich frage mich jeden Morgen, welche Farbe tut mir heute gut?“

Farben wurden nicht nur meine Sprache, um für meine Klienten Zugang zu wichtigen Informationen zu erlangen, sondern sie boten mir auch äußerst nützliche Hinweise, die ich nun mit Ihnen teilen werde, damit Sie sie bei Bedarf anwenden können. Wir werden alle mit intuitiven Fähigkeiten geboren. Diese Kraft der Farben gibt Ihnen die Hilfsmittel, mit denen Sie in Ihrem eigenen Ermessen wichtige Veränderungen herbeiführen können. Ich hoffe, dass das Buch Sie inspiriert, Ihre eigene angeborene Intuition näher zu erforschen und zu entwickeln.

Intuitive Fähigkeiten werden oft eine Gabe genannt, doch diese Beschreibung mag ich nicht sonderlich. Für mich ruft die Vorstellung, jemand hätte eine „Gabe“, das Bild eines Menschen hervor, der anders oder besser als alle anderen ist. Nach meiner Überzeugung sind wir jedoch alle mit Intuition gesegnet. Unglücklicherweise werden viele von uns von klein auf nicht gerade ermutigt, auf ihre Intuition zu vertrauen. Die meisten Menschen werden dazu erzogen, sich in beinahe jeder Hinsicht von außen leiten zu lassen. Unser intuitiver Funke wird jedes Mal, wenn wir die Kontrolle über uns selbst abgeben, schwächer, bis er so trüb ist, dass wir glauben, überhaupt keine Intuition zu haben. Doch sie ist immer da – sie ist ein Teil unserer Lebenskraft, die nur darauf wartet, erweckt zu werden. Obwohl es von Vorteil ist, sich die Ansichten von Experten zu Eigen zu machen, sollten Sie immer auf Ihre eigene Intuition hören.“

Mit freundlicher Genehmigung des Reichel Verlags - Buchauszug:

Dougall Fraser über die geheime Kraft der Farbe ORANGE

EIGENSCHAFTEN: Ausgewogenheit und Wahrnehmung

SCHATTENSEITE: unausgewogene, zerstreute Energie

Orange ist eine Farbe, deren Aktivierung sich hervorragend für stressige oder hektische Zeiten eignet. Wenn wir mitten in einer wichtigen Aufgabe oder einem großen Projekt stecken, kann es sein, dass wir gewisse Elemente unserer selbst vernachlässigen, während wir uns voll und ganz auf unser Ziel konzentrieren.

Das ist völlig normal, wenn man ein bestimmtes Ziel anstrebt. Doch bei dem Prozess kann es schwierig werden, die Perspektive zu behalten. Egal, ob wir etwas Spezifisches erreichen wollen oder uns einfach nur vom Leben überfordert fühlen – Orange hilft uns, die unausgewogenen Aspekte unseres Bewusstseins ins Gleichgewicht zu bringen. Gleichzeitig ermöglicht Orange es uns auch, unsere Intuition auf ihre höchstmögliche Ebene anzuheben. Für mich fühlt sich Orange wie ein stiller Meditationsraum mit Duftessenzen und leiser Musik an; es fühlt sich einfach gut an. Wenn Sie sich vom Alltag zerrieben oder überfordert fühlen, dann ist Orange genau die richtige Farbe.

Im Buddhismus finden sich einige der stärksten Bezüge zur Farbe Orange, wie man an den orangefarbenen Gewändern der buddhistischen Mönche erkennen kann. Buddhisten sehen Orange als die Farbe spiritueller Erleuchtung an, worum es geht, wenn unsere Seele ihre höchste Entwicklungsstufe erreicht hat. Ich liebe diese symbolischen Bilder, da es mir oft so vorkommt, als würde meine Energie Wärme ausstrahlen, wenn ich Orange aktiviere. Die ausgleichende orange Farbe der Mönchsroben soll Buddha im 5. Jahrhundert vor unserer Zeitrechnung selbst ausgewählt haben. Andere Religionen, die die Farbe Orange verehren, sind beispielsweise der Hinduismus und der Protestantismus.

Konfuzianismus (die wichtigste Religion im alten China) sah Orange als die Farbe der Verwandlung und Erneuerung an. Laut dieser Philosophie hängt die Lebensreise davon ab, ob wir das Gleichgewicht zwischen der Energie des Yin (dem Weiblichen) und der des Yang (dem Männlichen) finden können, die in uns allen vorhanden ist. Orange ist die Farbe, die es uns ermöglicht, unser inneres Ungleichgewicht auszugleichen, damit wir einen Zustand der Harmonie erreichen.

In der Welt der Kunst ist Orange sehr beliebt, wenn es mit gegensätzlichen Farben gepaart wird. Der Künstler Claude Monet inspirierte sogar die gesamte impressionistische Bewegung mit seinem Gemälde *Impression, Sonnenaufgang*, in dem eine (damals) ungewöhnliche leuchtend orangefarbene Sonne abgebildet ist, die vor dem Hintergrund blauer Wolken und blauen Wassers strahlt. Wie Studenten der Farbtheorie wissen, sind Orange und Blau gegensätzliche Farben, was bedeutet, dass beide Farben leuchtender werden, wenn man sie auf einer Leinwand nebeneinander setzt.

Die Schönheit von Orange wird alles in seiner Nähe stabilisieren. Visuell ist Orange die Farbe, die man an Land oder im Wasser – vor allem bei schwachem Licht – am leichtesten wahrnehmen kann. Aus diesem Grund ist es die bevorzugte Farbe für Rettungsboote, Schwimmwesten und Baustellenschilder. Die Uniformen von Astronauten sind gewöhnlich orange, weil sie im Weltall leicht zu erkennen sind. Autobahnarbeiter tragen meist Orange, da auch sie dadurch leichter zu sehen sind. Ich nutze Orange gern, weil es mir als Lichtquelle für erhöhte Wahrnehmung dient.

Orange steht für das Gleichgewicht aller Dinge – und was noch bedeutender ist: Es verstärkt das Gleichgewicht zwischen der Psychologie und der Spiritualität. Wie einige meiner spirituellen Lehrmeister sagen, ist Orange die Farbe der übersinnlichen Fähigkeiten oder der Intuition, was meine Vorliebe für diese Frage erklären mag. Intuition auf seiner höchsten Ebene ist äußerst akkurat, wenn die verschiedenen Elemente unseres Lebens ausgewogen sind. Das ist etwas, was ich erst später im Leben verstanden habe.

Früher dachte ich, übersinnlich begabt zu sein sei die höchste Form der spirituellen Verbindung, doch heute weiß ich, dass das nicht unbedingt so sein muss. Wenn wir uns zu sehr auf irgendeinen Bereich unseres Lebens konzentrieren – ob um unsere Arbeit oder sonst etwas –, dann vernachlässigen wir zwangsläufig andere Lebensbereiche. Als ich damit anfang, mich mit Energie zu verbinden, lag mein Hauptfokus auf meinen übersinnlichen Fähigkeiten. Ich wollte unbedingt ein guter Hellseher für andere sein, doch in Hinsicht darauf, was es bedeutet, wirklich in einem Zustand des Friedens und der Freude zu leben, trug ich damals eine emotionale Augenbinde. Ich trainierte zwar meinen übersinnlichen Muskel, aber ich spürte, als ich ein Plateau erreicht hatte. Nicht nur trat ich auf der Stelle, sondern meine Seele und meine Gefühlswelt begannen auch zu ermüden. Nach der Arbeit mit Klienten bekam ich Kopfschmerzen. Ich hatte keine Ahnung, wie ich mit meiner Energie haushalten sollte, und keinen Schimmer, dass die Ursache meiner Probleme die Vernachlässigung meines eigenen Körpers und meiner emotionalen Seite war.

Das ist die Ironie an der Selbstfürsorge. Einfühlsame Menschen stellen häufig die Bedürfnisse anderer über ihre eigenen. Doch je mehr wir nach innen lauschen und das Notwendige tun, um unseren eigenen Zustand zu verbessern, umso besser können wir unsere Intuition für andere nutzen. Meine berufliche Karriere begann in Dallas, Texas, noch bevor ich zwanzig war. Damals wurde ich für Privatpartys in der Gegend angeheuert. In diesem jungen Alter war das wie ein Geschenk des Universums. Ich bekam ein Stundenhonorar von ungefähr 100 Dollar und durfte den ganzen Abend an meinem kleinen Kartentisch auf der Party verbringen, wo ich ununterbrochen Readings gab.

INTUITIVE AKTIVIERUNG

Orange gehört zu meinen Lieblingsfarben, aus denen ich im Herbst Energie ziehe – wie etwa von den strahlend orangefarbenen Laubblättern oder den Kürbissen auf jeder Türschwelle. Jeden Tag geht die Sonne in warmen Orangetönen auf. Und jeder Sonnenuntergang erinnert mich an das zeitlose Gleichgewicht der Farbe Orange. Stellen Sie sich diese Fragen, immer wenn Sie Orange sehen, egal wo Sie gerade sind:

- ☒ Wo in meinem Leben besteht ein Ungleichgewicht?
- ☒ Bin ich in meiner Mitte? Achte ich auf die Bereiche, die mein Leben ganz und vollständig machen?

AKTIVIERUNG MIT FARBIGEN GEGENSTÄNDEN

Diese Aktivierung ist in stressigen oder hektischen Zeiten äußerst hilfreich, da das Berühren einer orangen Farbstütze den zusätzlichen Effekt hat, uns im jetzigen Augenblick zu erden. Es ist leichter, in der Gegenwart zu bleiben, wenn man sich in diesem Augenblick körperlich engagiert. Manchmal möchte ich nach einem ganzen Tag voller Readings mit vielen verschiedenen Klienten meine Energie wieder ins Gleichgewicht bringen. Eine Methode, die ich dann anwende, ist, etwas in meinem Büro zu berühren und es dann laut zu benennen. Beispielsweise fasse ich die orangefarbene Vase auf meinem Schreibtisch an und sage: „Das ist eine Vase.“ Dies ist eine ganz simple Technik, mit der ich mich mit meinem Körper im jetzigen Bewusstsein erden kann.

Andere orangefarbene Farbstützen, die Sie in den Alltag einbauen könnten, sind zum Beispiel:

☒ **Getrocknete Laubblätter**

Ich liebe die Herbstfarben und die unterschiedlichen Orangetöne draußen in der Natur. Sammeln Sie orangefarbene Laubblätter und trocknen Sie sie, um sich auf diese Weise etwas von dieser Energie ins Haus zu holen und sie das ganze Jahr über sehen zu können.

☒ **Kurkuma**

Getrocknete und frische Kurkuma ist leuchtend orange und lässt sich unter Ihr Essen mischen. Außer der ausgleichenden Energie von Orange eignet sich Kurkuma auch hervorragend als Heilmittel aller möglichen Entzündungen und stellt das Gleichgewicht Ihres Immunsystems wieder her.

☒ **Orangen**

Wenn ich mit oranger Energie arbeite, gehört eine Tüte frischer Orangen oder Mandarinen zu meinen Lieblingsfarbstützen. Ich bewahre die Früchte in einer

Schüssel im Wohnzimmer oder in der Küche auf. Sie sind nicht nur eine visuelle Erinnerung an diese ausgleichende Energie, sondern strömen auch ihren belebenden Duft aus, wenn man sie berührt. Für mich verstärkt der Duft von Orangen die Verwendung von Orange als Farbstütze. Auch versprühe ich gerne Orangen- und Ylang-Ylang-Essenzen als eine entspannende Gedächtnisstütze, die mich daran erinnert, mich auf das Gleichgewicht zu konzentrieren. So macht die Farbe Orange nicht nur das Gleichgewicht zur Priorität, sondern der Orangenduft verleiht meinem Zuhause auch noch ein Gefühl der Sauberkeit und Frische.

Dieses Buch erklärt einige Schlüsselfarben, wie sie eingesetzt und warum sie verwendet werden können, inklusive Mantras, hilfreichen Meditationen aber auch ihre Schattenseiten. Dougalls Wissen ist nachvollziehbar. Seine Leidenschaft und sein Wissen über Farben sind erstaunlich und es ist großartig zu verinnerlichen, wie man durch die Kraft der Farben sein Leben bereichern kann. Dieses Buch klärt auch über die spirituellen Kräfte der Farben auf und diese Prinzipien gelten auch für den Alltag – bedenkt man die Wahl der Kleidung und der Dekoration. Überaus hilfreich!

Dougall Fraser ist Autor und kosmischer Coach, der sich darauf spezialisiert hat, die Farbenergie um uns herum zu interpretieren. Er zeigt auf, wie wir mittels der Kraft der Farben verschiedene Aspekte unseres Lebens verbessern können und steht Menschen auf der ganzen Welt zur Seite, die ihre Intuition durch Meditation, Gruppenkurse und privates Training zu wecken.

Dougall wird im September 2018 in Frankfurt und Bern, Schweiz Vorträge halten und Workshops geben. Im Oktober 2018 wird er in München einen Vortrag und einen Workshop halten.

Anna Ulrich

Eine Neuerscheinung aus dem Reichel Verlag
Dougall Fraser

Die geheime Kraft der Farben - Wie Farben Körper, Geist und Seele stärken
ISBN 978-3-94643399-6, gebunden, 280 Seiten, € 16,90