



LESEPROBE

Haftungsausschluss

Die Informationen in diesem Handbuch sind allgemeiner und informativer Art. Sie dienen der allgemeinen Bildung, Weiterbildung und Dokumentation von möglichen Farbwirkungen im Kontext des *SpektoChrom*-Systems nach Dinshah P. Ghadiali.

Die Beiträge stellen keine medizinisch-therapeutische Beratung dar und können nicht der Beratung in Bezug auf tatsächliche gesundheitliche Probleme dienen. Sie sollten nicht versuchen, eine reale Problemstellung aufgrund der Informationen dieses Buches zu lösen. Lassen Sie sich bei gesundheitlichen Problemen stets von einem fachlich kompetenten Therapeuten Ihrer Wahl beraten.

Die Bereitstellung der Informationen in diesem Handbuch erfolgt in gutem Glauben, dennoch können Autor oder Verleger keinerlei Verantwortung oder Haftung für Resultate übernehmen, die direkt oder indirekt aus einer eventuellen experimentellen oder praktischen Anwendung dieses Wissens entstehen könnten.

Die Inhalte dieses Handbuchs wurden mit größter Sorgfalt erstellt. Für Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität dieser Inhalte kann jedoch keine Haftung übernommen werden. Schon die Tatsache, dass sich Wissenschaft, Medizin und Technologien ständig weiterentwickeln, führt dazu, dass Informationen nach einiger Zeit veraltet, unvollständig, unrichtig oder widersprüchlich sein können.

IMPRESSUM:

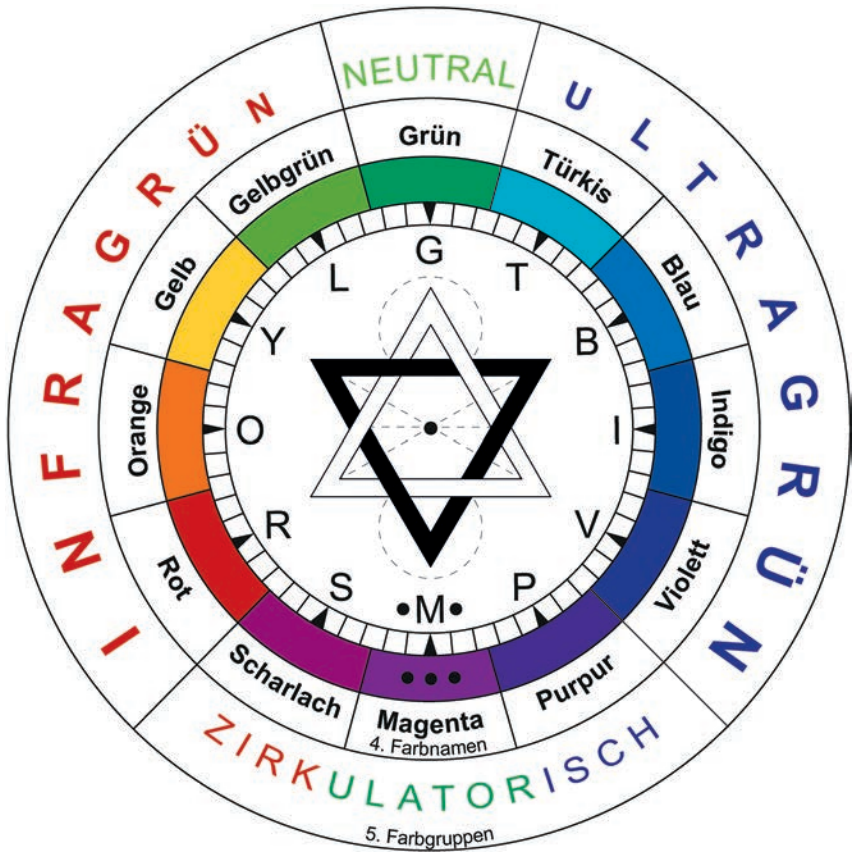
SpektoChrom-Farbbrillen Handbuch
Copyright 2021 bei Dr. med. Alexander Wunsch
ISBN 978-3-00-053277-1
2. Auflage 2021
Verlagsprojekt ZukunftSehen e. V.
Registergericht München VR 206109
Kapellenstr. 22 - 82362 Weilheim i. OB
Druck: portavice GmbH

SpektroChrom[®] - Farbbrillen

Handbuch

von

Dr. med. Alexander Wunsch



Inhalt

Anwendung	9
Die intuitive Farbwahl	11
Die Farbwörter	15
Orientierungshilfe: Die Farbstrahlen	19
Die Farbwahl nach dem Chakra-System	25
Die provokative Farbwahl	33
Farbwahl – und dann?	36
Farb-Wissen	37
Wozu Farbe?	37
Wozu Farbbrillen?	40
Die <i>SpektoChrom</i> -Methode	41
Der <i>SpektoChrom</i> -Farbkreis	42
Die Achse der Gesundheit	44
Die Alterans-Farben	45
Die Gegenfarben	47
Die Nachbarfarben-Regel	49
Die Spektralfarben	51
Die zirkulatorischen Farben	56
Übersicht: Farben, Chakras, Farb-Wörter, -Assoziationen, -Wirkungen	60
Anhang: Kombinierte Anwendungen, Bildnachweise	87

"Es ist heilsam, sich mit farbigen Dingen zu umgeben.
Was das Auge freut, erfrischt den Geist,
und was den Geist erfrischt, erfrischt den Körper."

Prentice Mulford

SpektoChrom-Farbbrillen

Farben erfreuen die Augen und das Gemüt. Sie wirken auf Körper, Seele und Geist. Der Dichter Johann Wolfgang von Goethe schrieb über Farbwirkungen:

"Um diese einzelnen bedeutenden Wirkungen vollkommen zu empfinden, muss man das Auge ganz mit einer Farbe umgeben, zum Beispiel in einem einfarbigen Zimmer sich befinden, durch ein farbiges Glas sehen. Man identifiziert sich alsdann mit der Farbe; sie stimmt Auge und Geist mit sich unisono."

Goethes Beschreibung liest sich heute wie eine Einladung – nämlich zum Gebrauch von Farbbrillen! Eine farbige Brille *umgibt das Auge ganz*, und sie erfüllt damit in idealer Weise Goethes Forderung. Sie macht es so leicht wie nie zuvor, eine Farbwirkung ganzheitlich zu genießen. Und die *SpektoChrom*-Farbbrillen bieten noch mehr: Hier sind die Gläserfarben nach dem überlegenen *SpektoChrom*-Farbsystem definiert.

SpektoChrom wurde vor über 100 Jahren von dem indischen Arzt und Lichttherapie-Pionier Dinshah P. Ghadiali geschaffen. Es ist ungleich logischer und *physio*-logischer aufgebaut als jedes andere Farbsystem: Seine zwölf Farben sind in harmonischem Abstand zueinander positioniert, und sie repräsentieren eine exakte Abstufung der *physiologischen Wirkungen*, die mit ihnen erzielt werden können. Mit *SpektoChrom* liegt also ein therapeutisches Farbsystem vor, das mit einzigartiger Zielgenauigkeit nutzbar ist.



Was bedeutet das für die Anwendung Ihrer *SpektoChrom*-Farbbrillen? Auf den folgenden Seiten finden Sie alle wichtigen Informationen. Wenn Sie sofort zur Praxis kommen möchten, lesen Sie einfach weiter: Das nächste Kapitel macht Ihnen den Einstieg leicht. Die weiteren Kapitel dienen der Vertiefung Ihres Farb-Wissens. Sie beginnen beim allgemeinen Thema "Farbe" und schreiten fort zu den Besonderheiten des *SpektoChrom*-Farbsystems. Lesen Sie diese Kapitel, wenn Sie schon erste Erfahrungen gesammelt haben, und wenn Sie Ihre *SpektoChrom*-Anwendung weiter verfeinern möchten.

Anwendung

Das Wichtigste zuerst: Worauf sollten Sie schauen, wenn Sie durch Ihre *SpektoChrom*-Farbbrillen blicken? Die Antwort: Sie benötigen entweder Tageslicht oder eine gute Lichtquelle mit *weißem* Licht.

Nur dann können die Farben ihre Wirkung optimal entfalten!
Als Lichtquellen eignen sich:

- Weiße Flächen bei Tageslicht, z.B. Haus-Außenfassaden oder Zimmerwände
- Tageslicht bei einem Spaziergang
- traditionelle Glühlampen* mit 40 oder 60 Watt, mattiert
- Opalglas-Glühlampen mit 40 oder 60 Watt ("Globe-Lampen", z.B. 10 cm Durchmesser)

*Achtung: "Energiesparlampen" und LED-Lampen sind nicht geeignet, da sie ein höchst unvollständiges Lichtspektrum erzeugen!
Sollten Sie keine Glühlampen mehr bekommen und müssen daher auf LED-Licht ausweichen, achten Sie darauf, dass der Farbwiedergabe-Index (CRI oder R_a) mindestens 95 beträgt.



Haben Sie eine dieser Lichtquellen gewählt? Dann können Sie mit der *SpektoChrom*-Anwendung beginnen! Die folgenden Abschnitte informieren darüber, wie Sie bei der Farbwahl vorgehen können. Wir stellen Ihnen mehrere Auswahl-Methoden vor, beginnend mit der einfachsten. Sie eignet sich am besten für den Sofort-Einstieg.



Die intuitive Farbwahl

Mit dieser Methode liegen Sie in vielen Fällen richtig: Wählen Sie die Farbe, die Ihnen momentan am angenehmsten ist. Wir wissen nämlich intuitiv, welche Farben uns aktuell gut tun!

Nehmen Sie den runden *Farbselektor* zur Hand (z.B. nächste Seite). Er ist Ihr wichtigster Helfer, wenn es um die Farbwahl geht. Betrachten Sie ihn, und lassen Sie alle zwölf Farben auf sich wirken. Gibt es eine, die Ihnen *jetzt* am besten gefällt?

Wenn ja: Setzen Sie die entsprechende *SpektoChrom*-Farbbrille auf, und genießen Sie die Farbe! Die Anwendung sollte ca. 5 bis 10 Minuten dauern – dies ist der allgemeine Richtwert für Farbanwendungen. Sie können die Farbe aber auch länger tragen, wenn Sie den dringenden Wunsch verspüren.

Setzen Sie danach die Brille wieder ab, und beobachten Sie: Wie sieht die Umwelt für Sie aus? Finden Sie sie verändert? Schließen Sie jetzt die Augen, und spüren Sie nach: Wie sieht Ihre Innenwelt aus? Hat sie sich verändert? Wie fühlen Sie sich im Vergleich zu vorher? Nehmen Sie sich Zeit für diese Beobachtungen. Atmen Sie zum Schluss ein paarmal ruhig durch.

Damit ist Ihre erste Farb-Sitzung beendet!



"Die Erfahrung lehrt uns, daß die einzelnen Farben besondere
Gemütsstimmungen geben."

Johann Wolfgang von Goethe

R - O - G? - G? - G? - T - B - I - V - P - M - S

Noch einmal zurück zum *Farbselektor*: Dort sind die Farben mit einzelnen Buchstaben bezeichnet. Es sind die Anfangsbuchstaben der Farbnamen – allerdings in englischer Sprache. Das führt zu zwei Abweichungen: *Gelb* heißt hier *Yellow* (Buchstabe "Y"), und *Gelbgrün* heißt *Lemon* (Buchstabe "L"). Die übrigen Anfangsbuchstaben sind identisch mit der deutschen Version. Doch in der englischen Version genügt *ein* Buchstabe, um die Farben eindeutig zu benennen.

R - O - Y - L - G - T - B - I - V - P - M - S

Tipp: Der *Farbselektor* ist ideal für die Vor-Auswahl der Farben. Die abschließende Auswahl können Sie noch besser mit den Brillen treffen, denn nur hier sehen Sie die *Originalfarben*. Wenn Sie unsicher sind, ob eine "Selektor-Farbe" tatsächlich die richtige ist, sollten Sie auf jeden Fall zu den Brillen greifen!



"Bisweilen stelle ich mir die Farben als lebendige Gedanken vor,
Wesen reiner Vernunft, mit denen ich mich auseinandersetzen kann."

Paul Cézanne

Die Farbwörter

Sie finden keine "spontane Lieblingsfarbe" auf dem Selektor? Auch dann können Sie Ihre *SpektoChrom*-Farbbrillen sofort anwenden. Lesen Sie die folgende Seite: Dort ist jede Farbe durch zwei Farbwörter charakterisiert. Sie beschreiben, wofür die jeweilige Farbe "steht", das heißt: welche *Wirkung* Sie von ihr erwarten können. Lassen Sie diesmal die Farbwörter auf sich wirken – so wie zuvor die Farben auf dem Selektor! Und spüren Sie nach, ob Sie etwas wiedererkennen: Vielleicht haben Sie diese Farb-Eigenschaften schon selbst beobachtet? Probieren Sie es aus ...



Die *SpektrumChrom*-Methode

Sie haben bisher drei Farbwahl-Methoden kennengelernt: die intuitive, die provokative und die Chakra-Wahl. Alle drei erlauben Ihnen, die *SpektrumChrom*-Farben sinnvoll einzusetzen. Doch Sie können noch einen Schritt weiter gehen: Nutzen Sie außer den **Farben** auch die *SpektrumChrom*-Methode.

Die *SpektrumChrom*-Methode ist ebenfalls eine Farbwahl-Methode. Sie ist umfassender und "wissenschaftlicher" als die übrigen Methoden, denn sie bietet *systematischen* Zugang zu den Farbwirkungen. Mit der *SpektrumChrom*-Methode können Sie Ihre Farbwahl optimieren – beinahe so, als wären Sie Ihr eigener Arzt. Wie können Sie diese Methode am besten erlernen? Unser Vorschlag:

Entdecken Sie die physiologische Eleganz des *SpektrumChrom*-Farbsystems!

Noch einmal zur Erinnerung: *SpektrumChrom* ist ungleich logischer und *physio*-logischer aufgebaut als jedes andere Farbsystem. Die zwölf *SpektrumChrom*-Farben stehen in genau definierten Beziehungen zueinander.



G



Grün (G)

"Ausgleich & Balance"

Herz-Chakra

Natürlichkeit ▪ Verbundenheit
Wohlbefinden ▪ Gleichgewicht
Reinheit ▪ Zufriedenheit ▪ Selbstliebe
Stabilität ▪ Selbstverständlichkeit

Gehirn, Hypophyse, Körper

M



Magenta (M)

"Gelassenheit & Harmonie"

Kronen-Chakra

Emotionalität ▪ Ausgeglichenheit

Gemütsruhe ▪ Befreitsein

Selbstsicherheit

Herz, Nieren, Kreislauf, Emotionen

SpektoChrom[®] - Farbbrillen Handbuch von Dr. med. Alexander Wunsch

SpektoChrom nach Dinshah P. Ghadiali ist die wohl bestfundierte Farblicht-Methode. Dieses Handbuch ist ein leicht verständlicher Leitfaden für die erfolgreiche Anwendung der *SpektoChrom*-Farbbrillen und ist für Einsteiger wie auch für fortgeschrittene Farbtherapeuten gleichermaßen geeignet.



Über den Autor:

Dr. med. Alexander Wunsch ist Arzt in Heidelberg. Sein Interesse für integrative Medizin hat ihn vor über 25 Jahren zu der therapeutischen Anwendung von Farben, Tönen und Schwingungen geführt. Daraus gingen mehrere Patente und eine Vielzahl von Geräten, z.B. für die Farblicht-Therapie, hervor. Er gilt als ausgewiesener Kenner der *SpektoChrom*-Methode, mit der er sich seit fast drei Jahrzehnten intensiv beschäftigt. Als wissenschaftlicher Berater hat er die Entwicklung der *SpektoChrom*-Farbbrillen von Anfang an begleitet.



ISBN 978-3-00-053277-1



€ 12,00 [D]
€ 12,40 [A]

SpektoChrom-Farbbrillen Handbuch

Ein Leitfaden für den Gebrauch der SpektoChrom-Farbbrillen. Es eignet sich ideal für Einsteiger, die einen leicht verständlichen Einblick in die zugrunde liegende Theorie und Praxis der SpektoChrom-Methode erhalten wollen.

von Dr. med. Alexander Wunsch

Buch mit Spiralbindung
(Schmuckband-Ausgabe)
96 Seiten
ISBN: 978-3-00-053277-1



Erhältlich im
Buchhandel

und unter
www.kretschmer.shop

ZukunftSehen e.V.

Verlagsprojekt ZukunftSehen e.V.