

De magie van

KLEUR

Rood prikkelt onze zinnen, blauw is goed voor de concentratie en oranje maakt blij.
 Kleur is overal en ongemerkt speelt het een grote rol in ons leven.
 Het kan zelfs genezen: kleurenpunctuur is een erkende therapie.

We vinden het vanzelfsprekend om kleuren te gebruiken als we een stemming willen uitdrukken: groen zien van jaloezie, rood aanlopen van woede, wit wegtrekken van schrik. Waar we ons minder van bewust zijn, is dat kleuren deze stemming niet alleen weergeven, maar ook beïnvloeden. Wie uren achter elkaar in een grijze ruimte doorbrengt, zal daar niet vrolijker van worden. Diezelfde kamer met zonnig geel geschilderde muren zal ons ongetwijfeld een stuk opgewekter stemmen. "Kleur is een elektromagnetische golf met een bepaalde frequentie", vertelt kleur- en stijl adviseur Eva Hollander. "Wij mensen hebben ook een elektromagnetisch veld om ons heen en die verschillende golven reageren op elkaar. De een is hier gevoeliger voor dan de ander. Wat goed is voor mevrouw A is dat niet automatisch voor mevrouw B. Ik ben dan ook voorzichtig met kleur en zal iemand nooit klakkeloos adviseren om bijvoorbeeld rood aan te

trekken. Stel je maar voor dat je van top tot teen gehuld bent in rood. Dat zal een ander gevoel geven dan een outfit in geel of blauw. Rood is een warme, krachtige kleur die de lichaamstemperatuur daadwerkelijk doet stijgen. Terwijl blauw er juist voor zorgt dat je temperatuur daalt. Geel daarentegen is een vrolijke kleur die je naar buiten trekt."

De verbinding tussen uiterlijk en innerlijk

"Wij zijn gewend om kleur te interpreteren via onze ogen," vervolgt Eva, "maar er zijn ook andere kanalen waardoor we kleur voelen, alleen werkt dat subtieler. Ik heb eens een kleuradvies gegeven aan blinden en slechtzienden en wat me opviel, was dat mensen die helemaal niets konden zien beter wisten welke kleur hen stond dan mensen met een beperkt gezichtsvermogen. Zij kozen vaak voor harde kleuren omdat zij die nog konden waarnemen, →



De stijladviseur:

'Elke kleur heeft
 zijn eigen
 boodschap
 waarmee je kunt
 laten zien wie
 je bent'

Cultuur is van invloed

De beleving van kleur is persoonlijk. Terwijl de een sombere gedachten krijgt bij de kleur bruin, is het voor de ander juist een warme aardekleur. Herinneringen en ervaringen spelen hierbij een rol. Wie bijvoorbeeld een warme, liefdevolle oma heeft gehad die zich altijd in lavendelpaars kleepte, zal deze kleur later hoogstwaarschijnlijk associëren met genegenheid. Ook cultuur is van invloed. Zo is de kleur wit in veel oosterse landen een rouwkleur, terwijl wij in het westen eerder iets zwarts aantrekken naar een begrafenis. Nederland is sowieso geen kleurrijk land. Onze calvinistische achtergrond, waarbij het lichaam amper aandacht krijgt en vrouwelijkheid niet gewaardeerd wordt, speelt hierbij een rol. Maar ook ons weertype. Omdat Nederland ver van de evenaar ligt, hebben we meer waterdamp in de lucht, waardoor de atmosfeer vergrijsd. Hierdoor zal een fel gekleurd bloesje dat onder de Thaise zon geweldig stond het hier een stuk minder goed doen.

terwijl blinde mensen op hun gevoel afgingen. Zo was er een blinde mevrouw met een porseleinachtige huid waarover een vleugje framboosroze lag. Haar oogleden hingen naar beneden zodat haar irissen niet te zien waren. Eerst legde ik onder haar gezicht een lap goudkleurige stof die niet harmoniseerde met haar huid. Er gebeurde niets. Maar toen ik hetzelfde deed met een zilverkleurige stof, reageerde haar lichaam meteen. Haar ogen gingen open, prachtig helderblauw, en ze begon te stralen. Zelf kon ze het niet zien, maar ze voelde dat deze kleur bij haar paste."

Kleur is de verbindende schakel tussen je uiterlijk en je innerlijk. "Als je uiterlijke kleuren overeenstemmen met je innerlijk, kom je in je kracht te staan. Dit geeft rust en zelfvertrouwen. Als mensen bij mij komen voor een kleuradvies, kijk ik eerst naar huid-, haar- en oogkleur. Sommige mensen hebben een framboosroze toon in hun huid, anderen een zalmroze. Draag je kleuren die met je huidtoon in harmonie zijn, dan maakt dat je mooi en stralend. Kleuren die er tegenin gaan, framboosroze

tonen bij een zalmroze huid, maken vaal. Daarnaast speelt het contrast tussen huid-, haar- en oogkleur een rol bij het kiezen van een kleur. Vervolgens komt het innerlijk om de hoek kijken. Iemand kan aan de buitenkant overwegend milde kleuren hebben, bijvoorbeeld blauwe ogen in combinatie met blond haar en een lichte huid, maar dat zegt niets over haar binnenkant. Die is misschien heel temperamentvol en daar passen dus andere kleuren bij. Daar moet je naar op zoek.

Soms zijn de uiterlijke kleuren in conflict met het innerlijk en 'verdwijnen' mensen in een kleur. Dan zie je eerst een leuk jasje lopen en vervolgens ontdek je dat er ook nog iemand in zit. Elke kleur heeft zijn eigen boodschap waarmee je kunt laten zien wie je bent. Overigens wil dat niet zeggen dat je per se kleur moet dragen. Sommige mensen hebben er behoefte aan zich af te schermen met donkere kleding. Dat is prima, maar ook dan kun je kiezen voor een tint die je innerlijke schoonheid tot zijn recht laat komen. Zwart is vrij hard en kan alle kleur uit je gezicht trekken.

Zachter donkerbruin is dan misschien beter. Maar je kunt ook kiezen voor ondergoed in een kleur van je keuze, of een sie-raad, of een gekleurd topje onder een truitje. Op deze manier creëer je een kleiner en dus minder opvallend kleuroppervlak terwijl je toch licht brengt in het geheel."

Kleuren die genezen

Ook in de gezondheidszorg schat men het gebruik van kleuren steeds meer op waarde. Zo worden baby's met geelzucht onder een blauwe lamp gelegd om op kleur te komen. En diverse ziekenhuizen schakelen voor hun inrichting over van onbestemd grijs en wit naar vrolijke kleuren op de kinderafdeling en rustgevende kleuren op de andere afdelingen. Patiënten zeggen zich hier prettiger bij te voelen en dat bevordert weer het genezingsproces. Natuurgeneeskundige Caroline Frumau gaat een stap verder. In haar praktijk True Colour behandelt ze mensen met gezondheidsproblemen door middel van gekleurd licht. "Kleurenpunatuur is een vorm van acupunctuur", vertelt ze. "Maar in plaats van naalden plaats je bij kleurenpunatuur gekleurd licht op de huid." Ze draait een staafje van gekleurd glas op een pen en toont het bundeltje groen licht dat eruit stroomt. "Dit is zeer geconcentreerd licht

True Colour

Kijk voor meer informatie over kleurenpunatuur of voor een consult bij Caroline Frumau op: www.truecolour.nl of bel 06-18 66 36 88.

dat tot diep in de celkern doordringt. Twintig tot dertig seconden per acupunctuurpunt is al genoeg om de energie in het lichaam in beweging te zetten en het genezingsproces op gang te brengen. Bij kinderen stip ik de punten nog korter aan. Over het hele lichaam zijn acupunc-

die wordt vergoed door verschillende verzekeraars. Toch zijn ze in een land als Zwitserland veel verder op dit gebied. "Daar vinden ze het vanzelfsprekender om gebruik te maken van kleur. Zwitsers onderzoek laat zien dat kleurenpunatuur goed helpt bij migraine en slaapproble-

WORKSHOP

Meer weten over de magie van kleur? Op 9 mei organiseert Eva Hollander de workshop 'De kleurentheorie van Goethe: poëzie of waarheid?' Kijk voor meer info op www.stijlstudio.nl. Ook voor als u op zoek bent naar persoonlijke kleuren.

tuurpunten, maar ik maak veel gebruik van de voeten en het gezicht. Dit is een beetje afhankelijk van de klacht. Pijn doet het niet. Sommige mensen voelen niets, andere ervaren een tinteling of een warme golf die door het lichaam stroomt.

Als mensen bij me komen, maak ik eerst een kirlian-foto. Dit is een afdruk van de vingertoppen en tenen waarop ik kan zien waar de energie uit balans is. Hier stem ik de behandeling op af. Elke kleur heeft een andere energie-inhoud en dus een andere werking. Blauw is bijvoorbeeld een ontspannende kleur die goed is voor de concentratie. Groen werkt harmoniserend en rood is activerend. Meestal maak ik gebruik van verschillende kleuren. Als iemand pijn heeft of een ontsteking die gekalmeerd moet worden, neem ik koele kleuren zoals blauw, groen en paars. Bij een keelontsteking voel je de keel opengaan nadat deze is behandeld met groen licht."

Geen placebo-effect

Kleurenpunatuur is een erkende therapie

men. Zelf weet ik uit mijn praktijk dat het voor nog veel meer klachten is in te zetten. Denk aan reuma, ziektes van lever, nieren, blaas, maag, darmen, maar ook mensen met psychische klachten kunnen baat hebben bij kleurenpunatuur. Hiervoor gebruik ik de vier ziels/geestkleuren roze, purper, turkoois en lichtgroen. Sommige mensen denken dat je erin moet geloven en dat er een placebo-effect optreedt, maar dat is niet waar. Ik heb ooit een negen maanden oude baby behandeld. Het kindje had al die maanden iedere dag gespuugd. De week na de eerste kleurenpunatuurbehandeling met groen licht, spuugde hij een dag niet. De week na de tweede behandeling was dit twee dagen en na de derde behandeling spuugde hij vrijwel niet meer. Dat kun je toch niet toeschrijven aan een placebo-effect? Het mooie van kleurenpunatuur is dat er, anders dan met medicijnen, geen bijwerkingen zijn die de energiebalans van het lichaam verstoren. Dat scheelt een hoop onnodige ballast. Bovendien is het daarvoor ook geschikt voor kinderen." ■

De natuurgeneeskundige:

'Voor een ontsteking die gekalmeerd moet worden, neem ik koele tinten als blauw, groen en paars'