

# Kristallmensch-Adventskalender

1 3 5 7 9 11 12 15 17 18 20 22  
2 4 6 8 10 13 14 16 19 21 23 24



## Licht und Farben

### **Eine Übung zum Erspüren von Licht und Farben sowie deren Wirkungen**

Hallo ihr Lieben, hier kommt eine weitere Lektion zu euren Wohnungen und Geschäftsräumen. Wieder könnt ihr sie auf dem Sofa absolvieren. Nun liegt der Fokus auf dem Licht und den Farben. Freut euch auf ein heilendes Farbbad, auf eine verwirrende Farbschlacht, aus der sich alle eure Organe und Körpersysteme das nehmen werden, was sie dringend brauchen.

### **Eine kunterbunte Heilmeditation**

Neben den Heilwirkungen, die ihr spüren werdet, geht es hier auch um eure Fähigkeit, mit geschlossenen Augen „zu sehen“, das Unsichtbare zu erkennen und, daraus resultierend, gesunde und effektive Entscheidungen zu treffen. Denn heilen könnt ihr nur euch selbst. Und dafür ziehen wir heute einmal die Farben „aus den Schubladen“.

Außerdem ist dies ein kräftiges Farb-Update zu Lektion 5, tv-Seminar 5 und Die Dritte Haut, 10 Elementekreis ZEIT, 11 Elementekreis RAUM

**Auch im Dunkeln sind alle Farben und Lichter anwesend.**

Licht hat morgens, mittags, abends und nachts unterschiedliche Qualitäten - die Strahlung, Intensität und Wirkung betreffend. Dasselbe gilt für die verschiedenen Jahreszeiten und Wetterlagen, Himmelsrichtungen und Standorte.

Unser natürliches Licht kommt von den Sternen. Als undifferenziertes diamantweißes Ur-Licht macht es sich auf den Weg zu uns – und kommt nach neun Teilungen durch dimensionale Spektralfilter hierher, hinein in unsere Welt. Milliardenfach gespalten, verdünnt und vervielfältigt. Hier trifft das Sternenlicht auf die Erde und weckt das silberne Erdenlicht mit seinen unzähligen opalisierenden Schimmern in den Elementar-, Pflanzen- und Tierwelten.

Dieses „Undifferenzierte Licht“ spielt bei eurer Lichtkörperentwicklung eine ganz zentrale Rolle (vgl. *Lektion 5, tv-Seminar 5 und Dunkel-Licht-Serie 4 Lichtkörper und Abstieg*).

Und zwischen diesen beiden leuchtet das goldene Sonnenlicht. Es scheint zyklisch - nur tagsüber, doch dann bringt es alle Sternen- und Erdenfarben zum Leuchten. Auch nachts sind alle Farben anwesend. Dann leuchten sie einfach nur nicht im Außen, sondern in deinem Inneren, während du schläfst.

So hat schließlich jede Farb-Licht-Mischung ihre eigene Zeit. Der Lauf der Zeit bestimmt die Qualität des Lichtes und damit deine körperliche, seelische und geistige Entwicklung - mal fördernd und beschleunigend, mal fordernd und abbremsend.

Das natürliche Licht der Erde, die uns bekannten Farben, incl. der, in die Tausende gehenden, unsichtbaren Nuancen, sind sehr fein auf unseren Organismus und unsere Psyche abgestimmt.

Die Aktivphasen unserer Organe (*Organuhr*), die körperlichen Fließströme, die vitalen Bewegungsabläufe und die tägliche innere Reinigung werden durch verschiedenste Licht-Farb-Frequenzen gelenkt und unterstützt.

Spüre doch einmal in einen solchen Zyklus hinein, hier in den der vier Himmelsrichtungen:

#### **OSTEN:**

**Morgen:** erwachen, zur Erde zurückkehren, lebendig werden, aufstehen

**Die Farben der Sonne:** Orange (*Wandlung*) und Gelb (*Kraftentfaltung*)

**Aktive Organe:** der Dickdarm (*Altes loslassen*), der Magen (*Neues aufnehmen*), die Milz (*Filtern der Stoffe und Vitalisieren des Körpers*)

**unterstützende Farben:** Zitronengelb (*Frische*), Orange (*Wandlung*), Lachsrosa (*Frieden*), Hellblau (*Geburt*)

#### **SÜDEN:**

**Mittag:** Zenit der Aktivität, Rückzug von der Sonne

**Farben der Sonne:** Weißgelb (geistige Klarheit), grelles Weiß (Hochaktivität)

**Aktive Organe:** das Herz (Liebeskraft), der Dünndarm (Klarheit, Sorglosigkeit)

**unterstützende Farben:** Rosa (Liebe), Grün (Heilung)

#### **WESTEN:**

**Abend:** entspannen, passiv werden, zur Ruhe kommen, Eindrücke verinnerlichen

**Farben der Sonne:** Rosa (Liebe), Rot (Vergebung), Orange (*Wandlung*)

**Aktive Organe:** die Harnblase (Trauer entlassen), die Nieren (Ausgleich finden), der Kreislauf (in Bewegung bleiben), der Dreifache Erwärmer (Regulierung des Lebens)

**unterstützende Farben:** Sonnengelb (Wärme), Lachsrosa (Frieden, Heilung), Erdtöne und Ocker (Verwurzelung)

#### **NORDEN:**

**Nacht:** Regeneration der Seele, Körperbewusstsein auflösen, Heimat

**Farben des Himmels:** Indigoblau (Mysterien), Schwarz (Abwesenheit)

**Aktive Organe:** die Galle (Zersetzen der Fette), die Leber (Mäßigkeit), Lunge (Kommunikation und Geist)

**unterstützende Farben:** Hellblau (Rückanbindung an die Urquelle), helles Violett (Wandlung im Geiste)

Fühle jede einzelne dieser Farb-, Zeiträume und alle miteinander als das große Ganze, das auch du bist.

#### **Licht aus vier Himmelrichtungen**

Hat eine Wohnung nur Fenster in zwei Richtungen, so bietet der Tages-Licht-Kreislauf auch nur aus zwei Richtungen aktive Unterstützung. Mit der Zeit werden die fehlenden Kräfte in Form von körperlichem und psychischem Unwohlsein spürbar.

Hier sind geeignete Maßnahmen als Ersatz und zur Integration der fehlenden Aspekte zu treffen, zum Beispiel Bilder und Wandfarben, die die fehlenden Lichtqualitäten ersetzen und die damit verbundenen Themen stärken - in Verbindung mit der eigenen geistigen Kraft und Absicht, die diese Bilder und Farben lebendig macht.

#### **Wahrnehmungsübung**

Mache nun eine Wahrnehmungsübung, um dich in den unsichtbaren Räumen besser zurecht zu finden. Deine Seele teilt sich dir klar mit. Sie sieht alles und braucht einiges, wovon du nichts weißt. Dein Körper muss nicht erst krank werden, um die Bedürfnisse der Seele zu erkennen.

Verständige dich vor äußeren Entscheidungen mit deiner Seele. Sie spricht durch die innere Stimme, über Bilder oder über Körperreaktionen mit dir. Übe dies ein wenig und öffne dich der inneren Wahrnehmung. Damit kannst du künftig viel Zeit, Energie und Kosten sparen.

Schließe in solchen Momenten deine Augen, entspanne den Kopf und konzentriere dich auf die Sache, um die es geht. Herz und Aura sind offen und damit auf Empfang.

Das „Nein“ der Seele kannst du als unangenehme Körperreaktion fühlen, z.B. Verengung der Haut, Anspannung des Körpers, flacher Atem, körperliche Schwere, Druck im Leib, leichte Angst- oder Lähmungsgefühle - oder einfach durch düstere innere Bilder und Worte.

Das „Ja“ der Seele fühlst du als angenehme Körperreaktion, als Gefühl der Ausdehnung und Weite oder gar als gefühlte Auflösung deiner Körperkontur, als Wärme, Kribbeln oder Strömen, als Leichtigkeit und tiefes Atmen, als Glücksgefühle, lichtvolle innere Worte und Bilder.

## **Zweite Wahrnehmungsübung**

Ich stelle mir vor - und lasse mich in diese Vorstellung hineinfallen, dass ich am Morgen im Frühling an einem offenen Fenster stehe, das nach Osten zeigt.

Es ist Morgen – Frühling.

Das Fenster zeigt nach Osten und ist offen.

Ich atme tief ein.

Was fühle, sehe oder höre ich?

Was erlebe ich?

Ich stelle mir vor, ich stehe am Mittag im Sommer an einem offenen Fenster, das nach Süden zeigt.

Es ist Mittag – Sommer.

Das Fenster zeigt nach Süden und ist offen.

Ich atme tief ein.

Was fühle, sehe oder höre ich?

Was erlebe ich?

Ich stelle mir vor, ich stehe am Abend im Herbst an einem offenen Fenster, das nach Westen zeigt.

Es ist Abend - Herbst

Das Fenster zeigt nach Westen und ist offen.

Ich atme tief ein.

Fühle, sehe, höre, erlebe.

Ich stelle mir vor, es ist Nacht, mitten im Winter. Ich stehe an einem offenen Fenster, das nach Norden zeigt.

Es ist Nacht - Winter

Das Fenster zeigt nach Norden und ist offen.

Ich atme tief ein.

Was fühle, sehe und höre ich?

Was erlebe ich?

Ich danke, lasse los, atme tief aus und komme zurück.

## **Farbe ist Bewusstsein**

Jede Materie in dieser Welt ist durch Farb-Licht-Frequenzen, Klangschwingungen und Formen entstanden. Allesamt Bewusstseinsformen der höheren Dimensionen.

Was wir bloß als Farben wahrnehmen, sind in Wirklichkeit kosmische Bewusstseinszentren und Ozeane des Lebens, Lebensräume ganzer Zivilisationen, aber auch Heilströme

und Wesenheiten. Erzengel und MeisterInnen der geistigen Hierarchie, selbst die atlantischen Priester und Priesterinnen sind einzelnen Farbstrahlen zugeordnet, in deren Qualität sie ihre Kräfte und Mächte bündeln, entfesseln und wirken lassen.

Unser menschliches Bewusstsein kann nur Splitter dessen erfahren, was Farben wirklich sind. Das kannst du hier und jetzt ein bisschen ausdehnen und vertiefen.

Farbe und Licht werden seit Jahrtausenden in der Diagnose und Therapie von Krankheiten eingesetzt. Kein Wunder, denn auch der menschliche Körper besteht aus einem Universum verdichteter, kosmischer Licht-Farb-Schwingungen und Schallfrequenzen.

Farben sind die geistige Grundlage deines Körperlebens. Daher haben sie große Heilkraft, wenn sie aktiv und richtig eingesetzt werden.

### **Verschiedene Farben Unterschiedliche Wirkung**

Jede Farbe hat ihren kosmisch-planetarischen Ursprung, ihre spezielle Schwingungsfrequenz und Wirkung. Ein paar Beispiele:

**Gelb-, Orange- und Rot-Töne** aktivieren und wärmen auf verschiedene Art, wogegen **Blau-, Grün- und Braun-Töne** eher beruhigen und kühlen.

**Rosa-, Blau- und Grün-Töne** heben auf unterschiedliche Art die Aktivität an, während **Rot- und Braun-Töne** eher senken.

**Grün-, Ocker- und Braun-Töne** verbinden, während **Blau-, Gelb- und Orange-Töne** eher trennen.

Spüre diesen Eigenschaften nach und experimentiere ein wenig damit, sowohl mit den Farben als auch mit deiner Wahrnehmung und Intuition!

Willst du dich selbst besser kennenlernen und verborgene Kammern deines Lebens öffnen, dann solltest du lernen, Farben in ihrem eigentlichen Sinn zu verstehen.

Im Hinblick auf die Bedürfnisse deiner Wohnung und Räume kann eine unangemessene Farbwahl dafür sorgen, dass heilende Schwingungsfrequenzen blockiert werden, das aktivierende Farben Unruhe stiften und beruhigende Farben Depression stimulieren.

Je sanfter und pastellener die Farbtöne sind, desto leichter und heilsamer fließen und wirken sie. Helle Töne wirken pluspolig-elektroskopisch und befreiend, leicht. Je dunkler und dumpfer die Farbtöne sind, desto magnetischer und schwerer sind sie, überlagern und blockieren feine Energien - und damit die vitalen Körpersysteme von Mensch, Tier und Pflanze.

### **Farben und Wohnungselemente**

So ist es nicht verwunderlich, dass sich viele Menschen in ihren Räumen unwohl fühlen und die Ursachen bisher noch nicht herausbekommen haben. Farben spielen in der Gesundheit von Häusern, Lebensräumen und Bewohnern eine tragende Rolle.

Das gleiche Prinzip gilt natürlich auch für Bettwäsche (*hier eher Blau-, Violett- und Grüntöne*) sowie alle Ausstattungselemente.

## Die sechs Farben im Elementekreis Die ideale Farbmatrix der Tages- und Lebenszyklen

Jede Farbe hat eine ureigene Qualität, die im Ablauf irdischer Zyklen und des Lebens von Bedeutung sind. Fehlen bestimmte Farben in deiner Umgebung, dann können sich auch die entsprechenden Lebenskräfte nicht voll entwickeln. Hier ist Ausgleich gefordert - und heilsam. Spüre in die einzelnen Elemente hinein.

### Element Wasser

Lebensphase: Fötus / Geburt

Tageszeit: Nacht

Aktive Organe: Gallenblase, Leber, Lunge

**Schwarz, Weiß und Blau** kennzeichnen den kosmischen Ozean des Lebens, in den eingetaucht, unsere Seele mit dem Geist kommuniziert. **Weiß, Perlmutter** sind die Schimmer in der Dunkelheit auf der Oberfläche des Lebensozeans, das gegen Morgen vom eisblumenblauen Kristalläther durchdrungen, Kräftigung ins Körperleben bringt. Hier keimt das Leben aus den Tiefen des Erdinneren empor. Atme diese Farben kraftvoll in dein Leben.

### Element Stirnfeuer

Lebensphase: Säugling und Kleinkind (0 - 4 Jahre)

Tageszeit: früher Morgen

Aktive Organe: Dickdarm, Lunge

**Zartes Rosa** hilft, den Raum der Überseele zu verlassen, **zartes Hellblau** hilft, die Rückanbindung an die kosmische Heimat beizubehalten. **Helles Violett und Magenta** führen von den himmlischen in die irdischen Sphären. Diese Farben erscheinen jeden frühen Morgen am klaren Firmament, bevor die Sonne aufgeht. Verbinde dich mit ihnen, auch wenn du sie nicht mit dem physischen Auge sehen kannst – deine Organe spüren und brauchen sie.

### Element Holz

Lebensphase: Kind und Jugend (4-14 Jahre)

Tageszeit: Morgen, Vormittag

Aktive Organe: Magen, Milz, Bauchspeicheldrüse, Herz

**Zartes Lindgrün** lockt die Seele in die irdische Sphäre und füllt sie gleich mit allen Kräften und Strömen der Heilung, für den Fall, dass sie diese irgendwann einmal braucht. **Helles Gelb** schenkt ihr Frische, Lebensfreude und den Mut, ihrem Weg zu folgen. Kräftiges **Grün und helles Braun** fördern die Verwurzelung der Seele auf Erden und ihr Wachstum in dieser Welt. Dies sind die Farben des Vormittags, die du jeden Tag im tiefen Einatemzug aufnehmen solltest, um deinen körperlichen und seelischen Organismus zu nähren.

### Element Kehlfeuer

Lebensphase: Jugend und Jungerwachsen (14-30 Jahre)

Tageszeit: Mittag, früher Nachmittag

Aktive Organe: Herz, Dünndarm, Harnblase

**Rot** ist die Farbe der Kommunikation und des Austausches, die den Tag in seiner Phase und den Menschen in seiner Altersstufe antreibt und Vertrauen schenkt. **Orange** wandelt und reinigt bei der Trennung von der Kindheit zur Jugend - und schließlich aus dem

Elternhaus heraus. **Rubinrot und Gold** helfen an der Schwelle des Erwachsenwerdens, das eigene Herzbewusstsein zu finden - und immer wieder zu öffnen. Gleißendes weißes Sonnenlicht im Zenit, zeigt die Gegenwart des Geistes in voller Präsenz, die nährt - aber auch verbrennen kann. Spüre dieses Farbspektrum in dir und nähre damit dein Leben.

### **Element Erde**

Lebensphase: Erwachsen, Reife (30- 60 Jahre)

Tageszeit: später Nachmittag

Aktive Organe: Nieren, Kreislauf, Sexualität

**Sonnengelb** unterstützt das heilende Empfinden von Wärme und Kraft. Es lässt auf allen Ebenen die Ernte des Lebens reifen (körperlich, familiär, beruflich, seelisch, geistig). **Lachsrosa** schenkt Erholung und Ruhe nach getaner Arbeit sowie Heilung für die Wunden des Lebens. **Ocker und Rotbraun** hüten zuverlässig die Erdverbundenheit, das Fundament und den Reichtum im Alter. Lasse dieses Farbspektrum hier und jetzt - und künftig jeden Nachmittag - in dich fließen.

### **Element Metall**

Lebensphase: Reife, Alter und Greis (ab 60 Jahren)

Tageszeit: später Abend, Nacht

Aktive Organe: Dreifacher Erwärmer, Gallenblase

**Grau** fördert den Rückzug des Bewusstseins aus dem Körperaum in die Seelenreiche, wo noch vieles zu klären ist. **Weiß** stärkt die innere Klarheit und Zuversicht in die geistige Welt. **Silber** öffnet die eigenen inneren Sphären und die tiefinnere stille Freude an der eigenen Ewigkeit. **Schwarz** trennt von der äußeren Welt ab und konzentriert das Innere auf einen winzigen Punkt, der eins ist mit der unendlichen Weite des Lebensozeans, jenseits jeder menschlichen Wahrnehmung.

Auch dieses Farbspektrum nimm immer wieder in dir auf, damit jene Energien der Angst sterben können, die dein Leben sterblich machen.

## Links und Empfehlungen zum Thema

### **Kristallmensch-Adventsshop**

**Hier findet ihr alle zum Thema passenden Produkte**

<https://shop.kristallmensch.net/aktionen/adventsshop-2017/>

Youtube-Video zu Licht und Farben <https://youtu.be/a3xbH4WGHxA>

### **Weitere Empfehlungen zum Thema:**

tv-Seminar 03 Körper Haus und Landschaft

<https://www.kristallmensch.tv/category/40/seminar/03-körper-haus-und-landschaft>

tv-Seminar 05 Nahrung und Lichtnahrung

<https://www.kristallmensch.tv/category/42/seminare/05-nahrung-und-lichtnahrung>

Videoschulung Die Dritte Haut <https://shop.kristallmensch.net/die-dritte-haut/>

Insb.10 Elementekreis ZEIT, 11 Elementekreis RAUM

Lektionenpaket 3 Licht Körper und Gesundheit

<https://shop.kristallmensch.net/lektionenpaket-3-das-licht-der-koerper-und-die-gesundheit/>

insb. Lektion 5

Arbeitswerkzeug Elementekreis

<https://shop.kristallmensch.net/shop/arbeitswerkzeug-elementekreis/>

**Kostenfreie Messevideos:**

Elementekreis ChakraMagie

<https://youtu.be/Eg9HV2I-O0Q>

Nutzt auch die Stichwortsuche unserer [Neueinsteigerseite](#), insbesondere die Empfehlungen dort zum Thema Haus, Wohnungen und Geschäftsräume sowie Elemente und Elementekreis

Dezember 2017

