

DIE FARBENREISE



Gelb - Solarplexus

Das Sonnengeflecht - Strahlkraft - Individualität - Handlungsenergie - Feuer

Das gelbe Zentrum für unser Selbstbewusstsein und unsere Individualität befindet sich in der Mitte des Bauches.

Gelb, in Goethes Farbenlehre „die nächste Farbe am Licht“, symbolisiert Klarheit und eine augenscheinliche Direktheit. Seine Form ist die Linie - die kürzeste Strecke von A nach B.

Der Solarplexus ist eng mit unserer individuellen Lebensenergie verbunden; authentisches Handeln im Einklang mit unseren Leidenschaften und Talenten stärkt uns und gibt uns Energie, während das Ignorieren dieser Bedürfnisse zu Energieverlust führt. **Folge deiner Freude!**

Bereits im Mutterleib wurdest du über die Nabelschnur von deiner Mutter energetisch und emotional versorgt. Der Ausdruck „Nabel der Welt“ verdeutlicht die zentrale Bedeutung des Solarplexus als Tor zur physischen Welt und Zentrum unseres Ichs.



Auf physischer Ebene ist der Solarplexus eine Ansammlung von Nerven in Form einer „Sonne“. Das wissenschaftlich gut erforschte „Bauchgehirn“ denkt schneller als der Verstand.

Die feurige Kraft der Wut - die Klarheit - hilft uns, klare Grenzen im Einklang mit unseren Werten zu setzen und uns für positive Veränderungen stark zu machen. Sowohl für uns selbst, als auch für unsere Umwelt.

Ein gesundes Bauchgefühl steuert ebenso, welche Nahrung unserem Körper guttut. Das Feuer der Verdauung spaltet wertvolle Nährstoffe aus dem Nahrungsbrei auf und versorgt so die Zellen mit Energie.

Die Farbe Gelb und der Solarplexus helfen uns, sonnenklar und selbstbewusst zu handeln.