

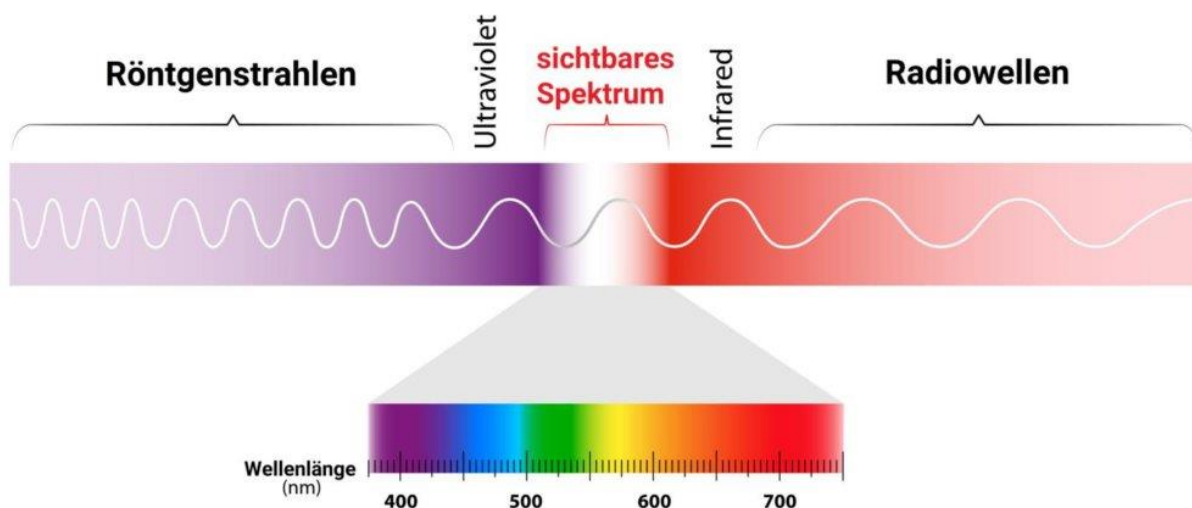
Laissez agir les couleurs - Conseils pour l'intégration d'éléments inspirés de la chromothérapie dans le travail avec la méthode Tellington

par Lisa Leicht, instructrice Tellington pour chiens et petits animaux, praticienne TTouch for You, Thérapeute par le son et la couleur

La méthode Tellington peut être merveilleusement complétée par des éléments issus de la chromothérapie. La thérapie par la lumière colorée est très ancienne ; l'effet curatif de la lumière du soleil est connu depuis la nuit des temps.

Comment fonctionne la chromothérapie ? Les couleurs sont mesurées en fréquences ou en longueurs d'onde. Les couleurs que nous pouvons voir ne représentent qu'une toute petite partie du spectre lumineux.

sichtbares und unsichtbares Licht



(Légende)

Lumière visible et invisible

rayons X ultraviolet **spectre visible** infrarouge ondes hertziennes

Longueur d'onde
(nm)

aumedo.de

Les différentes longueurs d'onde ont des propriétés différentes. Cela signifie que les propriétés des couleurs dépendent des fréquences et non de la manière dont nous les percevons visuellement ou dont nos chiens les perçoivent, pour lesquels la zone rouge n'est pas visible.

Si la lumière continue à se densifier, elle devient un son. C'est pourquoi les fréquences lumineuses peuvent aussi être 'octavées' et exprimées en sons correspondants.

Théories des couleurs

Les couleurs peuvent être classées de manière systématique, on parle alors de théorie des couleurs. Il existe de nombreuses théories des couleurs, par exemple celles de Goethe ou de Rudolf Steiner, dans lesquelles les couleurs sont classées par système et où l'on étudie entre autres leur effet sur le corps et la psyché. D'autres théories des couleurs se concentrent plutôt sur les propriétés physiques, l'interaction des différentes couleurs ou l'expression artistique. Pour nous, il est important de savoir qu'il existe plusieurs systèmes valables et que les différentes techniques d'utilisation des couleurs ont leur raison d'être.

Chromothérapie

La plupart des chromothérapeutes modernes se réfèrent à Dinshah P. Ghadiali, un contemporain de Tesla et d'Edison, qui a grandi en Inde et présenté en 1920 aux États-Unis un concept très complet de chromothérapie, le spectrochrome.

<https://spektrochrom.de>

Le spectro-chrome® fonctionne à 12 fréquences :

réchauffant :	rouge : impulsion et énergie	chakra racine
	orange : vitalité et joie de vivre	chakra sacré
	jaune : sérénité et force nerveuse	plexus solaire
	vert jaune : fraîcheur et changement	
équilibrant :	vert : équilibre et balance	chakra du cœur
rafraîchissant :	turquoise : vigilance et concentration	
	bleu : détente et relaxation	chakra de la gorge
	indigo : clarté et intuition	3^e œil
	violet : sagesse et spiritualité	chakra couronne
circulatoire :	pourpre : calme et réconfort	
	magenta : sérénité et harmonie	bindu chakra
	écarlate : une force douce et un nouveau départ	

Comme la méthode Tellington, la thérapie par la couleur vise à (r)établir un **équilibre**.

Dans le cas du spectrochrome, la couleur verte est l'équilibre au milieu. Le vert a un effet équilibrant sur le métabolisme, ainsi que germicide, c'est-à-dire contre les bactéries, les champignons et les virus.

Les couleurs qui se trouvent avant le vert dans le spectre chromatique (infra-vert) ont des longueurs d'onde plus grandes. Elles ont un effet énergisant et dynamisant, elles **stimulent** le métabolisme.

Les couleurs qui viennent après le vert (ultra-vert) ont des longueurs d'onde plus petites. Elles ont plutôt un effet relaxant, ralentissent le métabolisme, calment, équilibrent le système nerveux.

Les trois couleurs pourpre, magenta et écarlate sont des mélanges de rouge et de violet, les deux pôles des couleurs du spectre. Elles ont un effet harmonisant sur les émotions et agissent sur le système cardio-vasculaire.

Règle : chaque couleur voisine possède une partie des effets de sa voisine directe. Le blanc reflète toutes les couleurs, le noir 'absorbe' toutes les couleurs.

Conseils pour le travail avec la lumière colorée :

On peut traiter ponctuellement des zones du corps avec un stylo spécial à lumière colorée.

Il ne devrait pas s'agir d'une lampe LED. Fournisseurs : www.naturavitale.de (travaillent aussi avec des biophotons), tama-do.com (fantastique roue lumineuse) ou www.coloratbody.com (bons luminaires à un prix raisonnable).

En cas de **blessures aiguës**, les fréquences rouge (contre le choc), orange/jaune (effet arnica), en alternance avec le bleu pour soulager la douleur, sont généralement les plus appropriées.

En cas de **maladies aiguës**, souvent fébriles, le turquoise est souvent un bon choix, car il contient les propriétés du bleu (rafraîchissant) et du vert (germicide).

En cas de brûlures, le violet, qui est un mélange de rouge et de bleu, est très efficace. L'irradiation de couleurs ne remplace pas le refroidissement sous l'eau courante froide ni les principaux mouvements TTouch.

Pour les **maladies chroniques**, j'utilise souvent l'orange en alternance avec le vert, et le jaune-vert.

Pour le travail avec les animaux à la maison, je trouve l'utilisation de lampes de couleur très pratique, car elle permet d'irradier l'animal tout entier et, lorsqu'il en a assez, il peut s'éloigner ou s'envoler. Dans ce cas, il est important de ne pas utiliser de lampes LED ou d'ampoules économiques, car elles ne restituent pas tout le spectre lumineux. Des ampoules colorées conviennent, ou, dans les étables/écuries, des projecteurs de scène avec des films colorés.

Combinaison des couleurs avec la méthode TTouch

Il existe différentes possibilités de combiner le TTouch et les couleurs. Par exemple, pratiquer des mouvements TTouch pendant une irradiation du corps entier, irradier avant et/ou après le TTouch. Demander à une deuxième personne de tenir la lumière colorée pendant la séance TTouch. Toute personne qui travaille avec sensibilité visualise la lumière colorée qui s'écoule du milieu de la main ou du bout des doigts, ou qui 'entoure' l'animal ou la personne d'un nuage coloré.

Bandes corporelles Tellington colorées

Nous pouvons également utiliser les propriétés des couleurs au moyen des bandes corporelles Tellington.

J'utilise les couleurs suivantes :

Rouge/magenta : renforce les animaux faibles ayant des problèmes de circulation. Aide les animaux qui ne sont souvent pas bien incarnés dans leur corps, pas bien enracinés.

Orange/jaune : pour les animaux qui manquent de confiance en eux, de joie de vivre et de vitalité. En cas de deuil. Souvent aussi lors de processus de guérison, comme l'arnica.

Vert : crée de l'espace, pour les animaux qui sont renfermés sur eux-mêmes, le vert donne de l'espoir, parfois chez les animaux âgés, après des blessures de longue durée.

Bleu/turquoise : pour les animaux qui ont du mal à se concentrer, qui sont souvent excités, en cas de douleurs, rafraîchit et clarifie.



Le choix des couleurs : les couleurs peuvent être choisies selon les critères mentionnés ci-dessus ; on peut aussi les tester kinésiologiquement. Je trouve important que nous observions bien et que l'animal ait la possibilité de donner un feedback. Une collègue laisse les animaux choisir les couleurs, une autre demande aux propriétaires de choisir une couleur qu'ils aiment.

Pour les plus avancés : on peut aussi mesurer le **champ électromagnétique (aura)** d'un être vivant et l'équilibrer avec une lumière colorée ; une autre possibilité est de travailler sur les **chakras**, en tenant compte des **couleurs complémentaires** (couleurs opposées).

Pour toutes celles et ceux qui s'intéressent à ce type de travail, je propose **des cours**. Le prochain cours en présentiel aura lieu le 10 avril à Münsingen. Si vous êtes intéressés, je peux également approfondir le sujet en ligne.

Pour être complet, j'aimerais également mentionner le **système Aura Soma**, développé en 1984 par Vicky Wall, une Anglaise douée pour la médiumnité. Les flacons contiennent différentes huiles colorées et de l'eau, numérotées de 1 à 112. Les utilisateurs choisissent le bon flacon par couplage énergétique. J'ai fait de très bonnes expériences avec cette forme de thérapie par la couleur chez les animaux. Il faut toutefois s'intéresser de près à cette méthode pour pouvoir l'utiliser correctement.

Devenir une couleur :

Au cours de mes quatre années de formation en thérapie par le son et la couleur à l'Académie Tama-Do, j'ai été formée à différentes méthodes de thérapie par la couleur, comme leur utilisation dans le cadre de la MTC, dans le travail avec les chakras, dans l'aura, en combinaison avec des sons, des couleurs sous forme d'essences parfumées, l'utilisation de foulards en soie colorés.

Si nous voulons **développer une sensibilité aux différentes couleurs**, je trouve l'approche holistique du tama-do très utile, même si elle prend du temps : occupe-toi d'une seule couleur à la fois ! Une couleur à la fois. Où la trouves-tu dans la nature ? Quelle est son influence sur ton humeur ? Où la perçois-tu le plus intensément dans ton corps ? A-t-elle une température ? Quelle odeur lui associes-tu ? Quels sont ses souvenirs ? Y a-t-il une chanson, une histoire, un animal, une fleur à laquelle tu associes cette couleur ? Que trouves-tu sur Internet ? Quelle est l'interaction avec la couleur complémentaire, comment se distingue-t-elle de la couleur voisine ? De cette manière, tu intègres consciemment la couleur dans ton système, ce qui t'aide à choisir la bonne couleur pour toi et ton animal.

Aujourd'hui, l'effet des couleurs **fait partie de mon quotidien** : du choix conscient de mes vêtements et sous-vêtements, à l'aménagement intérieur de l'atelier et de l'appartement, en passant par l'utilisation de lunettes de couleur pour de nouvelles perspectives et l'exposition à la lumière colorée pendant que je suis assis devant l'ordinateur et que j'écris (le bleu pour plus de concentration, l'orange contre le blues hivernal).

La chromothérapie est utilisée dans pratiquement tous les traitements, elle fait partie de mes cours sur l'énergétique de la mort, et sur la vie avec des animaux (très) sensibles.

Vivre et travailler avec les couleurs m'enrichit énormément. Ce domaine est très complexe, il y a énormément de choses à découvrir et à apprendre à plusieurs niveaux. J'espère avoir éveillé votre curiosité avec cet article et j'aimerais conclure par une citation du professeur Fritz Albert Popp, qui ne cesse de m'inspirer :

« Nous savons aujourd'hui que l'homme est essentiellement un être de lumière. Et la science moderne de la photobiologie le prouve actuellement. En ce qui concerne la guérison, les implications sont immenses. Nous savons maintenant, par exemple, que les quanta de lumière peuvent déclencher ou arrêter des réactions en cascade dans les cellules, et que les dommages cellulaires génétiques peuvent être quasiment réparés en quelques heures par de faibles rayons lumineux. » Prof. Dr Fritz Albert Popp



Livres intéressants sur le sujet :

Le livre pratique « Aura-Soma » par Irene Dalichow et Mike Booth (en allemand seulement)

« Farb- und Musiktherapie für Tiere » (thérapie par la couleur et la musique pour les animaux) de Rosina Sonnenschmidt (en allemand seulement)

« Es werde Licht » (que la lumière soit) de Darius Dinshah (en allemand seulement)

« Accessing The Way of the Soul through Colour de Terres Unsoeld », Fabien Maman et Patricia Janusz (en anglais et en français), disponible sur www.tama-do.com

Applications énergétiques de la lumière colorée - Pratique de la chromothérapie chez le cheval par Andrea Kempinger et Heinz Kempinger, disponible sur www.naturavitale.de (en allemand seulement)

Applications énergétiques de la lumière colorée - Pratique de la thérapie par la lumière colorée chez le chien d'Andrea Kempinger et Heinz Kempinger, disponible sur www.naturavitale.de (en allemand seulement)