

SUZY CHIAZZARI

Das große

Farbenbuch

Heilung mit Farbe • Kleidung und Make-up
Farbe in Raum- und Gartengestaltung
Farben für Persönlichkeit und Seele • Farbdät



Aus dem Englischen von Rita Höner

ARKANA
Goldmann



INHALT

iesem- Buch.,

TEIL ZWEI

UNSERE PERSÖNLICHEN FARBEN

TEIL EINS

DAS REICH DER FARBEN

Was sind Farben?	12
Farben wahrnehmen.	14
Wie beeinflussen Farben unseren Körper?	16
Die Psychologie der Farben.	18
Farben im Pflanzen- und Tierreich	22
Farben als Symbole und bei Ritualen	24



Unser individuelles Kolorit	28
Ihre dominante Farbschwingung	29
Finden Sie Ihre Seelenfarben.	30
Die Jahreszeiten-Farbtypen	34
Farben und Stimmungen	38
Farbabneigungen	41
Ihr Farb-Biorhythmus	42
Kleiden Sie sich gesund	44
Farben kombinieren.	48
Natur- und Kunstfarben	50
sowie -fasern.	50
Ihre Kleidung	52
Kleidung für Kinder.	53
Kleider für den Beruf.	54
Hautpflege und Kosmetik	58
Der kosmetische Farbkreis.	62
Farben und die Persönlichkeit	64
Ätherische Öle für Ihre Schönheit	
Düfte.	70

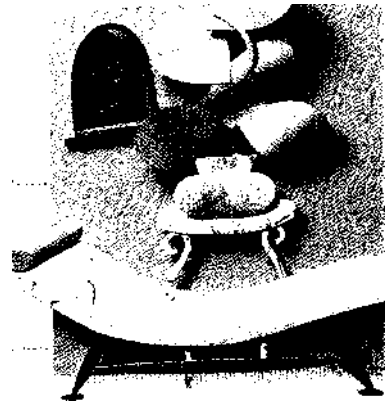


TEIL DREI

FARBEN UND LEBENSMITTEL



Farben und ganzheitliche Ernährung	14
Wie die Farben der Lebensmittel-heilen	16
Lebensmittel und Klima	82
Farbdiät für eine bessere Gesundheit	84
Rezepte für eine heilende, farbbewußte Ernährung	86
Blumen in der Küche	100
Mit ätherischen Ölen kochen	102
Speisen farbbewußt servieren	104



TEIL VIER

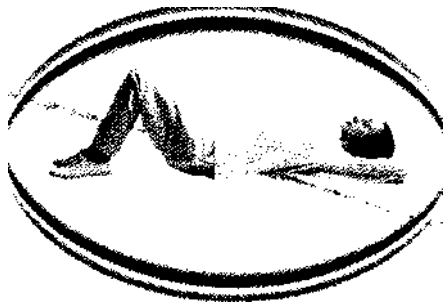
FARBEN UND WOHN- RAUMGESTALTUNG

Seelenfarben in der Wohnung	108
Farbfamilien	116
Farben kombinieren — die natürlichen Gesetze der Harmonie	120
Farbkonzepte für mehr Harmonie	122
Farbkombinationen und Einrichtungsstil	125
Spezielle Techniken des Farbauftrags	126
Muster, Texturen und Formen einsetzen	128
Die Farben natürlicher Materialien	132
Beleuchtung	134
Farben im ganzen Haus	138
Übersicht: Farben in der Raumgestaltung	162
Farben in öffentlichen Gebäuden	164

TEIL FÜNF

**FARBEN
IM GARTEN**

Einzelne Farben großflächig einsetzen 168
Farben im Garten kombinieren 112
Die sich ändernden Farben im Garten 116
Wilde Gärten. 180
Kräutergärten. 181
Blumen ins Heim bringen. 182
Potpourris. 1,84
Blumen schenken. 186



TEIL SECHS

**MIT FARBEN
HEILEN**

#

Farben und Heilung. 190
Farben und das Organsystem. 192
Gesundheitliche Schwächen. 193

Mit Farben Energieungleichgewichte
feststellen. 194

Körper- und Persönlichkeitstyp
und die Elemente. 198

Solarstrahlenenergie. 200

Farbbäder. 204

Behandlungen mit farbenergetisch
aufgeladenem Wasser. 208

Bachblüten und Blütenessenzen 210

Über die Aura heilen. 212

Die Chakras 214

Farbenergien in den
Körper lenken. 218
Chromotherapie

und Farbakupunktur. 222

Farben visualisieren und »einatmen« . . 226

Farbaffirmationen. 236

Heilen mit Kristallen
und Edelsteinen. 238



Schlußwort 246

Glossar. 248

Literatur. 250

Nützliche Adressen. 251

Index. 252

