



کتاب راهنمای

رنگ درمانی

مترجم: دکتر فروغ حسن شعبانی
با همکاری: مریم فرزانه



ویژه نشر

Vijeh Nashr

چاپ و انتشارات بین المللی

International Publications & Printing



تابستان ۱۳۸۶

سرشناسه	: گیمبل، تتو. Gimbel, Theo
عنوان و نام پدیدآور	: رنگ‌درمانی / [تتو گیمبل] : مترجم فروغ حسن شعبانی.
مشخصات نشر	: تهران : سائسی، ویژه نشر، ۱۳۸۶.
مشخصات ظاهری	: ط، ۱۲۰ (۱۲۸) ص. : مصور.
شابک	: ۲۵۰۰۰ ریال : 964-7463-45-6
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: عنوان اصلی : The colour therapy workbook, 1993
موضوع	: رنگ‌درمانی.
شناسه افزوده	: حسن شعبانی، فروغ، مترجم
رده‌بندی کنگره	: ۱۳۸۶ / ۹۹ / ۶ / ۴۱۴ RZ
رده‌بندی دیویی	: ۶۱۵/۸۳۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۱۰۵۵۲۰۰

رنگ‌درمانی

مترجم : دکتر فروغ حسن شعبانی
ناشر : انتشارات سائسی، ویژه نشر
حروفچینی و صفحه‌آرایی : انتشارات سائسی
لیتوگرافی : پیام
چاپ : آثار برتر
نوبت چاپ : اول
تیراژ : ۵۰۰۰
تاریخ نشر : تابستان ۱۳۸۶
قیمت : ۲۵۰۰۰ ریال
شابک : ۹۶۴-۷۴۶۳-۴۵-۶

سخن مترجم

نیروی نهفته در اعماق ضمیر باطن آدمی از قدرتی شگرف برخوردار است. اعجازهای فرآیند و زندگی فرد را بر اساس بهره‌گیری از آنها سامان می‌بخشد و سرنوشت او را رقم می‌زند. بر همین اساس تقدیر هر کسی بر پایه طرز تفکر خود او شکل می‌گیرد، خواه منفی بیندیشد و یا مثبت و این که دنیا را با چه دیدی بنگرد و چگونه این نیروهای نهانی را به یاری بخواند و برای حل مشکلاتش آنها را به کار گیرد. تخیل انسان را حد و مرزی نیست و از توانی عظیم برخوردار است و توسط همین نیرو است که بشر پای بر افلاک نهاده و تا اعماق زمین را شکافته و بر پهنه طبیعت و رنگ‌های زیبای آن تسلط یافته و به چنین مرحله‌ای از اکتشافات و اختراعات و صنعت و تمدن و فرهنگ و معنویات رسیده.

این کتاب، تاریخچه رنگ‌درمانی، کاربرد آن در درمان بیماری‌ها و نحوه انجام رنگ‌درمانی را از دیدگاه نویسنده - که خود یکی از پیشگامان این حرفه است - را توضیح می‌دهد. بدین منظور، ابتدا طیف الکترومغناطیسی و ۸ رنگ اصلی که در طول شبانه‌روز در اطراف زمین ظاهر می‌شوند، معرفی شده و تاریخچه رنگ‌درمانی در کشورهایی چون مصر و هندوستان و دلایل به کارگیری رنگ‌ها در لباس‌های مربوط به مراسم خاص هر سرزمین، شرح داده می‌شود. سپس در خصوص حواس انسان و عناصر ۵ گانه طبیعی، انرژی رنگ‌ها، مفهوم و کاربرد درمانی هر یک، نقش رنگ‌ها در سلامتی، چگونگی استفاده از رنگ‌ها در طراحی داخلی و رنگ‌درمانی در طبیعت، توضیحاتی ارائه می‌گردد.

در بخش چهارم که از اصلی‌ترین بخش‌های کتاب محسوب می‌شود، هاله اطراف بدن انسان، که شامل چندین لایه بوده و هر لایه نیز دارای رنگ مخصوص به خود می‌باشد، و همچنین نقاط پر انرژی بدن (چاکراها) به تفصیل معرفی می‌گردند. در هاله اطراف بدن ما جریانات انرژی دائماً در حال ورود و خروج هستند. زمانی که این جریانات یا "آورا" دیده نمی‌شود. اما با توقف شدن این روند طبیعی به هر شکل به عنوان مثال پدیدار شدن یک بیماری جسمی یا روحی و یا مصرف سیگار، الکل و مواد مخدر ناهنجاری‌ها و تغییر شکل‌هایی در "آورا" به وجود می‌آید که افراد متخصص با مشاهده آنها، به نوع بیماری یا مشکل فرد پی می‌برند.

سپس، ارتعاشات رنگ‌ها و لزوم هماهنگی آنها با ارتعاشات بدن انسان و نحوه ترسیم نمودار ستون فقرات هر فرد به منظور مشخص ساختن رنگ‌های مورد نیاز در درمان وی توضیح داده می‌شود. بخش‌های بعدی کتاب نیز به شرح تأثیر نورها و رنگ‌های گوناگون، شامل نورهای مصنوعی ایجاد شده در اماکن عمومی همچون خیابان‌ها و سالن‌های ورزشی، عناصر ۵ گانه طبیعی و رنگ‌های منسوب به این عناصر و ماهیت‌های بنیادین که در انرژی خاک، آب، آتش و هوا زندگی می‌کنند. پرداخته و در انتها هم چند نمونه مدیتیشن به تفصیل ارائه می‌گردد.

در مجموع می‌توان گفت که این کتاب هم برای افراد عادی و هم متخصصین این حرفه، راهنمای مناسبی به حساب می‌آید.

تئو گیمبل با استفاده از این نیروی عظیم روی رنگ‌های طبیعت تحقیق و نظریاتی را ابراز و در حد کاربردی به عرصه علم تقدیم می‌دارد.

مقدمه

رنگ درمانی با مهار انرژی موجود در طیف نوری و رنگ‌ها به چاره‌جویی و درمان بسیاری از مشکلات مربوط به سلامتی مبادرت نموده و این امکان را برای ما فراهم می‌سازد تا با انرژی‌ها و چرخه‌های طبیعی بدن خویش هماهنگ شویم و به طور کلی به تعادل بیشتری دست یابیم. این عمل با تعیین محل نقاط عدم تعادل رنگ‌ها در هاله انرژی اطراف بدن و سپس به تعادل رساندن آنها، میسر می‌گردد.

تمامی درمان‌های واقعی اذعان دارند که حواس پنجگانه، مداخل‌هایی برای درمان به شمار می‌روند. بینایی مداخلی برای رنگ درمانی و شنوایی مداخلی برای موسیقی درمانی محسوب می‌شوند. حس لامسه با ماساژ درمانی، بویایی با رایحه درمانی و چشایی با رژیم‌های درمانی ما تناسب دارند. به خاطر داشته باشید، ما همان چیزی هستیم که از آن تغذیه می‌کنیم و رژیم غذایی ما نقش به سزایی در فرآیند درمان دارد.

شناخت حواس از آن جهت مورد توجه و اهمیت است که ما در رنگ درمانی با کلیت انسان شامل جسم، ذهن و روح او سر و کار داریم. هر یک از این ابعاد دارای رنگ است، به طوری که هر چه به روح نزدیک‌تر می‌شویم، این رنگ ظریف‌تر و لطیف‌تر می‌گردد.



از آن جایی که انسان در حال تحول است، آگاهی و شعور وی نیز تغییر می‌یابد. شاید به دلیل همین سیر تکاملی است که امروزه مؤسسات رنگ درمانی مختلف، با هدف غایی یکسان، اما شیوه‌های آموزشی اندک متفاوت، ایجاد شده‌اند.

این کتاب، تاریخچه و کاربرد رنگ درمانی، به ویژه روش‌هایی را که نویسنده از سال ۱۹۵۶ عرضه داشته است، به شما معرفی می‌نماید. به منظور ارائه نمونه‌ای از این روش‌ها، یکی از جلسات رنگ درمانی را به طور خلاصه شرح می‌دهیم.

جلسه‌ای از رنگ درمانی

ابتدا به بیمار خوش‌آمد گفته و شرح حال وی تنظیم می‌گردد. این شرح حال شامل سابقه بیماری‌های قبلی، درمان‌ها و عمل‌های جراحی انجام گرفته روی بیمار و داروهایی که مصرف کرده، می‌باشد. مشکل کنونی وی نیز یادداشت شده و از بیمار پرسیده می‌شود که چرا رنگ درمانی را به عنوان شیوه درمان بیماری‌اش انتخاب کرده است.

به هر بیمار جدید تأکید می‌کنیم که رنگ درمانی شیوه مکمل روش‌های پزشکی تجویز شده است و آنها باید همواره به توصیه‌های پزشک خود عمل نمایند.

سپس "نمودار ستون فقرات" بیمار تهیه می‌شود (به صفحه ۵۳ رجوع نمایید) و از وی می‌خواهیم تا پشت آن را امضا کند. امضای بیمار به عنوان یک شاهد عمل می‌کند چرا که در برگزیده انرژی فرد است و همین انرژی است که ما را قادر می‌سازد تا در درمان بیمار موفق شویم.

پس از آن با استفاده از تکنیکی که در صفحه ۵۳ توضیح داده می‌شود به بررسی هر یک از مهره‌های ستون فقرات می‌پردازیم: بدین ترتیب که هر کجا با واکنش مواجه شویم، مقابل مهره مربوط به آن در نمودار ستون فقرات علامت ضربدر می‌گذاریم. پس از تفسیر این نمودار، رنگ‌های مناسب درمان انتخاب می‌شوند.

بیمار، لباس بلند سفیدی پوشیده (به منظور جلوگیری از تغییر شکل نور) و با آرامش در اتاق درمان می‌نشیند. صفحات رنگی انتخاب شده (از جنس شیشه‌های رنگی) داخل وسیله مخصوص رنگ درمانی قرار می‌گیرد.

سپس دستگاه روشن می‌شود. در مدت $19\frac{1}{2}$ دقیقه از هر جلسه موسیقی آرامش‌بخشی پخش می‌گردد. رنگ مورد نظر برای درمان همراه با رنگ مکمل آن در چرخه‌ای ثابت که با یک زمان سنج الکترونیکی تنظیم می‌گردد، بر بیمار تابیده می‌شود. در طول هر جلسه بیمار ممکن است صحبت کند یا بخوابد.



پس از اتمام جلسه، دربارهٔ احساس بیمار از وی پرسش می‌شود. این که آیا رنگ‌ها را در بدن خود حس می‌کند؟ آیا احساس بهبودی یا هر نوع تأثیرات جانبی دیگری دارد؟ در پایان برای این که بدن بیمار، زمان لازم برای انطباق با درمان و پاسخ به آن را داشته باشد، هفت جلسه رنگ درمانی، با فاصله یک هفته از هم، به وی توصیه می‌شود.

بی‌طرفی و ششم درونی

تمام افرادی که مایل به یادگیری رنگ درمانی هستند، بدون استثناء باید یاد بگیرند که بی‌طرف باشند تا بدون هیچ گونه پیش داوری، حداقل زمانی که به خاطر دیگران مشغول کار هستند، به جای صرف وقت برای صحبت یا کنجکاوی‌های بی‌مورد، آمادهٔ شنیدن و دیدن مشکلات بیمار باشند.

بلوغ و پختگی لزوماً به سن و هوش مربوط نیست، بلکه مرتبط با اراده‌ای واقعی است که تنها مشاهده و بررسی تمایلات بیمار را مرکز توجه قرار دهد. این موضوع خود موجب می‌شود تا پزشک، اغلب با شیوه‌هایی کاملاً شگفت‌انگیز، در برابر بیمار واکنش نشان دهد. ممکن است به طور ناگهانی درمان صحیح و شیوهٔ بکارگیری آن را تشخیص دهد. این شناخت برخاسته از ششم درونی نیز هست و تنها با گوش دادن است که از چیزی مطلع شده و آگاهی می‌یابیم.

فهرست مندرجات

بخش اول رنگ‌درمانی چیست؟.....	۱
بخش دوم تاریخچه رنگ‌درمانی.....	۹
بخش سوم رنگ‌ها می‌توانند چه کاری برای شما انجام دهند؟.....	۱۹
بخش چهارم هاله اطراف بدن و نقاط پر انرژی.....	۴۱
بخش پنجم ضرباهنگ و ریتم در رنگ‌ها.....	۵۷
بخش ششم نورهای درمانگر.....	۶۹
بخش هفتم عناصر طبیعی، انسان و عوامل ماوراءالطبیعه.....	۸۹
نتیجه.....	۱۱۷