

Margaretha Gieles

kleur praat

Inzicht in jezelf
met kleuren



Uitgeverij Akasha

Inhoud

Voorwoord	9
Over <i>Kleurpraat</i>	11
Chakrakleurdiagnostiek	11
<i>Kleurpraat</i>	13
Fysieke klachten en <i>Kleurpraat</i>	14
Schema chakra's en inzichtkaarten	15
Thematiek chakra's/inzichtkaarten	16
De kaarten	19
1 Een set van 56 inzichtkaarten	19
2 Een set van 9 krachtkaarten	20
Hoe gebruik je de inzichtkaarten?	21
Legging inzichtkaarten	21
De inzichtkaarten duiden	23
Hoe gebruik je de krachtkaarten?	25
Legging krachtkaarten	25
Veelvoorkomende vragen	27

Duiding inzichtkaarten 31

Inzichtkaart 1 rood	33
Inzichtkaart 1 oranje	34
Inzichtkaart 1 geel	36
Inzichtkaart 1 groen	37
Inzichtkaart 1 blauw	38
Inzichtkaart 1 paars	39
Inzichtkaart 1 roze	41
Inzichtkaart 1 zwart	43

Inzichtkaart 2 rood	45
Inzichtkaart 2 oranje	47
Inzichtkaart 2 geel	49
Inzichtkaart 2 groen	51
Inzichtkaart 2 blauw	53
Inzichtkaart 2 paars	55
Inzichtkaart 2 roze	57
Inzichtkaart 2 zwart	59

Inzichtkaart 3 rood	61
Inzichtkaart 3 oranje	62
Inzichtkaart 3 geel	64
Inzichtkaart 3 groen	66
Inzichtkaart 3 blauw	68
Inzichtkaart 3 paars	69
Inzichtkaart 3 roze	71
Inzichtkaart 3 zwart	73

Inzichtkaart 4 rood	75
Inzichtkaart 4 oranje	77

Inzichtkaart 4 geel	79
Inzichtkaart 4 groen	81
Inzichtkaart 4 blauw	82
Inzichtkaart 4 paars	84
Inzichtkaart 4 roze	86
Inzichtkaart 4 zwart	88

Inzichtkaart 5 rood	90
Inzichtkaart 5 oranje	92
Inzichtkaart 5 geel	94
Inzichtkaart 5 groen	96
Inzichtkaart 5 blauw	98
Inzichtkaart 5 paars	100
Inzichtkaart 5 roze	102
Inzichtkaart 5 zwart	104

Inzichtkaart 6 rood	106
Inzichtkaart 6 oranje	108
Inzichtkaart 6 geel	110
Inzichtkaart 6 groen	111
Inzichtkaart 6 blauw	113
Inzichtkaart 6 paars	114
Inzichtkaart 6 roze	115
Inzichtkaart 6 zwart	116

Inzichtkaart 7 rood	118
Inzichtkaart 7 oranje	119
Inzichtkaart 7 geel	120
Inzichtkaart 7 groen	121
Inzichtkaart 7 blauw	122
Inzichtkaart 7 paars	123

Inzichtkaart 7 roze	124
Inzichtkaart 7 zwart	125
Over de auteur	127

Voorwoord

Je hebt nu een kaartspel in handen waarmee het mogelijk is inzicht in jezelf te krijgen, of een ander te helpen om tot inzichten te komen. De kaarten geven informatie over relaties, werk, emoties, talenten enzovoort. Ze vertellen precies waar jij op dit moment mee worstelt en kunnen je helpen allerlei zaken helder te krijgen.

Al langere tijd speelde ik met het idee een kaartspel te ontwikkelen. Het leek me handig voor als je ergens mee worstelt of om je een moment rustig terug te trekken voor bezinning, als aanzet tot gesprek aan de keukentafel of voor het geven van korte consulten. Dit kaartspel, genaamd *Kleurpraat*, is geschikt voor zowel thuisgebruik als in een therapeutische setting.

Kleurpraat bestaat uit twee kaartsets die afzonderlijk van elkaar gebruikt kunnen worden. Met de 56 inzichtkaarten is het mogelijk een legging te doen om inzicht in jezelf te krijgen of een diepgaand gesprek op gang te brengen. De 9 krachtkaarten kunnen na een duiding van de inzichtkaarten gebruikt worden of

gewoon wanneer je nieuwsgierig bent naar welke kleur je op een bepaald moment nodig hebt ter versterking.

Of je de kaarten nu voor jezelf gaat gebruiken of om iemand anders te helpen, ik hoop dat ze waardevolle inzichten zullen geven en tot veel 'kleurpraat' leiden.

Margaretha Gieles

Over *Kleurpraat*

Kleurpraat is afgeleid van de methode chakra-kleurdiagnostiek (CKD), die ik eind jaren negentig heb ontwikkeld. CKD is een methode om razendsnel inzichten te krijgen aan de hand van spontaan ingekleurde chakra's en auralagen. Ik zal hieronder om te beginnen meer vertellen over de CKD, zodat je vervolgens een beter beeld krijgt van wat *Kleurpraat* is.

Chakrakleurdiagnostiek

Om het fysieke lichaam heen bevindt zich een energetisch veld, ook wel 'aura' genoemd. De aura neemt energie op uit de aarde en de kosmos en geeft deze af aan zeven energiecentra, oftewel chakra's. Dat proces gaat vanzelf, je hoeft er niet bij na te denken. Chakra's zijn energiecentra die hun energie afgeven aan het stoffelijk lichaam voor fysieke functies, maar tevens wordt de energie ervan gebruikt voor mentaal-emotionele processen.

passen en de schema's te analyseren, raad ik je aan een jaartraining te volgen (www.margarethagieles.com).

Kleurpraat

Na jarenlang cursussen in CKD gegeven te hebben is me duidelijk geworden dat deze methode uitsluitend geschikt is voor therapeutisch gebruik. Al heel lang speelde ik met het idee om een vereenvoudigde versie van CKD te ontwikkelen, een manier om snel inzicht te krijgen in het NU en te zien waar op dit moment versterking nodig is. Geen gespit en graaf in het verleden, maar concreet zien wat er nu speelt. Vandaar dit kaartspel. Nou ja, spel?

Het duiden van de inzichtkaarten komt overeen met het duiden van een chakraschema. De krachtkaarten geven aan waar je op dit moment versterking nodig hebt. Beide soorten kaarten geven informatie over het heden tot ongeveer een maand terug.

Je kunt *Kleurpraat* gebruiken voor jezelf, aan de keukentafel met een vriend of vriendin of als korte reading in een professionele setting. *Kleurpraat* is ook een aanrader wanneer je met kinderen werkt. Kinderen hebben namelijk nog geen helikopterview, dus kan een gesprek lastig zijn. De kaarten kunnen je hierbij op weg helpen.

De kaarten

Zoals eerder gezegd, zijn er twee verschillende soorten kaarten: inzichtkaarten en krachtkaarten. Hieronder wordt uitgelegd hoe de sets zijn opgebouwd en waarvoor je ze kunt gebruiken.

1 Een set van 56 inzichtkaarten

Deze set bestaat uit: 7x rood, 7x oranje, 7x geel, 7x groen, 7x blauw, 7x paars, 7x roze en 7x zwart.

Deze kaarten worden gebruikt om razendsnel inzicht te krijgen in blokkades en talenten. Ze geven informatie over wat er momenteel aan de hand is in je leven, bijvoorbeeld:

- Heb je het naar je zin in je baan of wil je liever ander werk?
- Ben je (nog) boos op een ex of een huidige partner? En zo ja, hoe ga je met die emoties om?

- Heb je vroeger geen eigen keuzes mogen maken en ben je nu bezig om echt jezelf te durven zijn?
- Ben je gevoelig voor sferen en prikkels? Werd er vroeger toen je klein was naar je geluisterd of moest je je mond houden? Hoe is dat nu als volwassene, wordt er nu naar je geluisterd?
- Maak je je zorgen om een dierbare?
- Heb je recent met een verlies te maken gehad?
- Weet je wel dat je talent hebt om naar anderen te luisteren, dus bijvoorbeeld heel geschikt bent om met mensen te werken?

En ga zo maar door. Kortom, de kleuren geven je inzicht.

2 Een set van 9 krachtkaarten

Deze set bestaat uit: 1x rood, 1x oranje, 1x geel, 1x groen, 1x blauw, 1x paars, 1x roze, 1x zwart, 1x wit.

Deze kaarten gebruik je om te zien op welke gebieden je versterking nodig hebt. Je kunt de kaarten los van de inzichtkaarten gebruiken of nadat je de inzichtkaarten hebt gelegd en geduid.