

Thérapie des couleurs Rosselke Zech –Wertheim Aymes

(Site Internet Heil-Heurythmie, Section médicale. 2014) site ICAAT

Traduction Bernadette Hégu août 2016

Le but de cette version sur la thérapie par les couleurs est une réflexion définissant la thérapie décrite par Rudolf Steiner. Il mentionne dans la XVI^{ème} conférence, 5 avril 1920, de « Médecine et Science Spirituelle »¹, une thérapeutique « dont il faudra bien, à l'avenir, tenir plus largement compte ». Au cours des ans plusieurs thérapeutiques par la lumière et la couleur ont été développées. Dans la médecine conventionnelle, également, sont incluses les influences des concepts des couleurs en thérapie. Et j'ai l'impression que là, les données de Rudolf Steiner ne sont pas encore assez travaillées et vérifiées. Il se peut qu'il y ait dans ce premier cours aux médecins, plusieurs aspects complètement nouveaux présentés à l'observation médicale ; et les médecins doivent suivre, eux-mêmes, une certaine formation pour développer leurs capacités de diagnostics, afin de pouvoir travailler avec ces données de façon pratiques. L'extrait sur l'action de la thérapie des couleurs est relativement court et donc difficile à comprendre.

Que veut dire Rudolf Steiner avec « améliorer les autres systèmes par une forte stimulation des fonctions de la tête » et « améliorer les fonctions de la tête par les autres systèmes » ? A la fois en termes de physiologie et pour les états pathologiques ? A nouveau il indique : « ces données joueront, selon ce que je crois, dans un proche avenir, un rôle très important et par elles non seulement la lumière, mais les thérapies des **couleurs** joueront un très grand rôle. »

Une clé pour comprendre l'indication peut être trouvée dans le même cycle de la II^{ème} conférence, dans laquelle la polarité entre hystérie et neurasthénie a été décrite comme un exemple de base pour les processus qui se jouent dans l'organisme humain². A nouveau, un problème de compréhension se pose pour nous, à cause de cette description et parce que les concepts -hystérie et neurasthénie-, ont été définis et utilisés de diverses façon par la psychiatrie, alors en plein développement. Ils doivent être observés comme une description pour les processus, dont Rudolf Steiner veut nous montrer leur dynamique.

« L'hystérie, nous pouvons choisir ce terme, pour désigner cette tendance du métabolisme à devenir trop indépendant. » (Trop grand développement de l'autonomie du processus métabolique)... L'homme supérieur n'est pas assez fort, pour maîtriser l'excitation (durchfassen), le bouillonnement (durchkochen) de l'inférieur ... Cela incite l'activité en surplus de la partie inférieure de l'organisation humaine, à une trop forte extériorisation.

La neurasthénie décrit la situation suivante « en un fonctionnement du pôle supérieur sollicitant trop fortement l'organisation supérieure », de sorte que l'activité ne pénètre pas en bas dans le courant inférieur. Autant pour l'hystérie que pour la neurasthénie, le supérieur est trop faible pour maintenir l'équilibre des activités, parce qu'un maintien trop fort est décrit comme un signe de faiblesse. Ce qui dans la manifestation commune de la symptomatique est peut-être identique, alors que l'origine est à chercher dans la polarité de l'activité inférieure et supérieure de l'homme. Ce n'est pas une simple polarité, mais une dynamique en soi différenciée, et Rudolf Steiner appelle notre empathie dans le **processus**.

Dans la XVI^{ème} conférence¹ cette représentation à la base de la mobilité des activités de l'homme supérieur et inférieur réapparaît pour la description de la thérapie des couleurs, par laquelle une influence de cette irrégularité, sera pointée jusque dans la situation menant à la pathologie.

Ensuite l'action du rouge tout comme celle du bleu sera décrite, puis la différence entre une thérapie des couleurs et une thérapie de la lumière/colorée (chromothérapie) sera faite clairement. Pour la

chromothérapie, qui par exemple a été utilisée dans la naturopathie à cette époque, avec la lumière rouge, bleu et verte, on atteint une action directe sur l'organe. « Ainsi, il y aura une action sur le système physique et seulement par ce biais du système physique sur le JE ».

Avec la couleur des locaux, la thérapie des couleurs « sera active en toutes circonstances sur le JE », « quand on procède à l'exposition, de manière à réaliser la sollicitation à travers la conscience par l'impression colorée, par le fait que la couleur est présente, ce qui peut être obtenu, au lieu de laisser briller la lumière colorée sur une personne, je la mets dans un local, d'une certaine couleur, alors l'action est telle qu'elle va pénétrer tous les organes, en direction de ceux de la conscience. Par **cette thérapeutique subjective par les couleurs dans tous les cas l'action se fera sur le JE**, alors que la thérapeutique objective (lumière colorée) agit sur le système physique et seulement par le biais du système physique, indirectement sur le JE ».

Les aveugles réagissent aussi à cette différence : « de même, quand j'introduis une personne aveugle dans une pièce, rouge ou bleue, c'est pour lui aussi une grande différence...quand je l'introduis dans une pièce aux **murs bleu, j'agis ainsi sur lui, en provoquant un retrait des fonctions de la tête en direction du reste de l'organisme.** » Prenons seulement la description du processus dans la deuxième conférence, cela voudrait dire, qu'en regard de la neurasthénie le fonctionnement du supérieur, qui est trop fortement lié à l'organe tête, se défait et peut s'immerger dans l'autre système.

« Je le conduis dans une salle, qui est colorée en rouge, ses fonctions trop intenses de l'organisme vont vers la tête ». En rapport avec l'hystérie cela voudrait dire, que le supérieur deviendrait plus fort, pour maîtriser l'inférieur.

La situation décrite m'est devenue plus claire, en étudiant le cours de pédagogie curative (3, S. 125-126), j'ai essayé de peindre deux exercices de peintures qui ont été dessinés au tableau, avec les couleurs correspondantes à la description, et tout de suite j'ai remarqué que Rudolf Steiner pour les deux exercices a utilisé les mêmes couleurs. Mais pour l'un des exercices, - qu'il recommande aux professeurs pour les enfants, pour lesquels la compréhension s'accumule (stocken) dans la tête -, finalement il enveloppe tout avec le **bleu**. L'autre exercice pour enfant, « pour lequel la compréhension ne s'arrête pas, mais se déverse (durchsickern) comme à travers une passoire par la tête », il forme avec la même couleur comme une forme croisée au centre avec le rouge. Le bleu n'intervient pas ici.

Les deux concepts: „stocken und durchsickern“ « accumuler et déverser » ont été pour moi une clé et un supplément à la compréhension de l'action des espaces rouge et bleu sur l'organisme. Les deux, - aussi bien accumuler que déverser - sont décrits comme partant de la tête, tout comme l'hystérie et la neurasthénie, à leur origine, ont une activité trop forte ou trop faible de l'homme supérieur.

L'effet thérapeutique finalement de la thérapie des couleurs, comme elle a été décrite dans la XVI^{ème} conférence¹, veut exprimer, que par un **changement** d'une activité à l'autre on met la situation pathologique en mouvement. « Cela à moins d'importance, si on met la personne dans un local bleu ou rouge, mais beaucoup plus si une personne après avoir été dans le rouge, on la mène dans le bleu. »

Ainsi il est compréhensible que cela tienne uniquement au changement. En ce qui concerne la durée, la liberté est donnée au thérapeute, lorsqu'il est bien clair pour lui quelle est la première couleur et quelle est la seconde. La réaction de l'âme du patient est très différente, mais cela ne doit pas déterminer la séquence. Mais on peut lui répondre, après l'avoir exposé courtement à la première couleur à laquelle il a réagi avec antipathie, par les changements, lentement d'abord aux cours des différentes séances dans le temps. L'antipathie et la sympathie des patients sont de fait intéressantes

pour le diagnostic, mais elles ne doivent pas influencer l'indication. Cela ne tient pas à l'effet psychique, mais très clairement aux irrégularités physiologiques pathologiques.

« Lorsque je suis en présence d'un sujet chez lequel je constate d'une manière générale la nécessité d'améliorer le reste de son système organique en stimulant la tête, alors je le ferai passer d'une pièce bleue vers une rouge. Si je veux améliorer ses **fonctions tête** à travers le reste des organes, je le ferai passer d'une pièce rouge dans une bleue ».

Cela veut dire : quand les fonctions de la tête accumulent, sont fixées fortement dans la partie supérieure, que le supérieur prend trop fortement le dessus de l'organe supérieur, -neurasthénie-, elles pourront être améliorées par le bleu. Il se fait que les fonctions de la tête se retirent vers les autres organismes, délaissent la tête ; je commence avec la situation existante et la change en bleu. Quand les fonctions de la tête sont faibles au début - hystérie-, déversent, elles doivent être stimulées par le geste du rouge. Je commence avec le bleu et donne l'impulsion avec le rouge. On peut aussi expérimenter les mouvements correspondants de la boule (rouge) et du creux (bleu). (Retenir/remplir - épandre/vider-Ntrd))

La terminologie de Rudolf Steiner «hystérie et neurasthénie» comme aide pour définir les changements constitutionnels, trouve sa complémentarité dans la XVI^{ème} conférence¹ avec la thérapie des couleurs « du bleu vers le rouge et du rouge vers le bleu ». On commence par la situation dans laquelle le patient est captif, et le conduit vers ce que la polarité fait vivre. La thérapie des couleurs peut produire un nouveau mouvement d'équilibre à partir de la perception de l'orientation unilatérale de la maladie et être une base pour une récupération par la conduite dans une dynamique inverse. Une thérapie de la liberté !

Pour l'expérimentation pratique, on utilise deux pièces, les deux accessibles de l'extérieur. J'ai, à disposition, quelque chose comme deux mètres sur trois, avec un passage, séparé par un rideau, avec dans chaque pièce un siège confortable. Naturellement on renonce à la lumière. Par l'influence de la lumière du jour les conditions du temps de la journée et de la météorologie deviendraient très restrictives. Je me suis décidé pour une source de lumière diffuse avec gradations. Les pièces sont lazurées respectivement d'indigo et de rouge de garance. La durée dépend d'abord, comme déjà expliqué, de la réaction des patients, cependant la séquence était soit bleu - rouge ou soit rouge - bleu. L'ultime moment thérapeutique tient compte du changement entre les données de la polarité.

Dr. Rosselke Zech (+ 2014)

Index

1 R. Steiner, Médecine et Science Spirituelle. GA 312. Conférence 5.4.1920 7. E.A.R

2 R. Steiner, Médecine et Science Spirituelle. GA 312. Conférence du 22.3.1920 E.A.R

3 R. Steiner, Les Bases Spirituelles de l'Education. GA 305. Conférence du 22.8.1920 Triades

- Cours de Pédagogie Curative. GA 317. Conférence du 30 juin 1924 / planche 7. E.A.R