



**COLORI
TERAPIA
DELL'ANIMA**

ATTRAVERSO I COLORI I SENSI APPRENDONO LA REALTÀ CHE CI CIRCONDA

L'uomo percepisce i colori
attraverso il **senso della vista**

questo possiede, esplica e
manifesta anche altre funzioni
che non sono connesse soltanto
all'ambito prettamente visivo e
sensoriale; ma possono svolgere
anche un **ruolo morale, sensibile,
estetico.**

**Le percezioni cromatiche avvengono non solo all'interno
dell'occhio, ma anche a livello emotivo, animico,
immaginario, spirituale...**

Lo studio del colore riguarda più discipline

FISICA E MATEMATICA	-le trasformazioni energetiche nella composizione della luce, l'ottica e l'analisi matematica per lo sviluppo di modelli rappresentativi del fenomeno della luce e dei colori
CHIMICA	- lo studio e la sintesi di sostanze colorate e coloranti
FISIOLOGIA	-il funzionamento dell' occhio e la generazione, elaborazione, codifica e trasmissione dei segnali nervosi dalla retina al cervello ;
BIOENERGETICA	- Studio della persona umana in termini dei suoi processi energetici : la relazione tra corpo, mente e processi energetici.
MEDICINA OLISTICA	- L'arte di curare e del prendersi cura di sé – considerando l'essere umano come unità di corpo – anima – spirito - in sinergia con la medicina tradizionale;
PSICOLOGIA , PSICOLOGIA SPERIMENTALE E PSICOFISICA	-studia come le diverse tonalità influenzano le emozioni, il comportamento, il pensiero e le decisioni umane. Analizza le reazioni psicologiche e fisiologiche, Test psicologici con il colore. La psicofisica studia la relazione tra lo stimolo e la risposta del sistema visivo (la colorimetria è una parte della psicofisica);
SIMBOLOGIA E SEMILOGIA	- La simbologia è lo studio dei simboli, mentre la semiologia è lo studio dei segni. Il linguaggio dei colori come linguaggio simbolico
FILOSOFIA, SPIRITUALITÀ	- Luce e colori nelle antiche cosmogonie e negli studi, ricerche e indagini relative al livello trascendente e spirituale dell'esistenza

Il colore e' intimamente legato alla natura della luce.

Ogni colore possiede un'essenza che esprime delle
qualità.

Alla natura e al linguaggio del colore non ci si avvicina
solo con l'osservazione razionale, ma soprattutto
attraverso un contatto “intimo” e **immaginale**.

CROMOTERAPIA

A watercolor illustration of a person in a meditative pose, with a rainbow gradient filling their body. The colors transition from blue at the top, through green, yellow, orange, and red, to pink at the bottom. The background is white with scattered black dots and faint watercolor splatters.

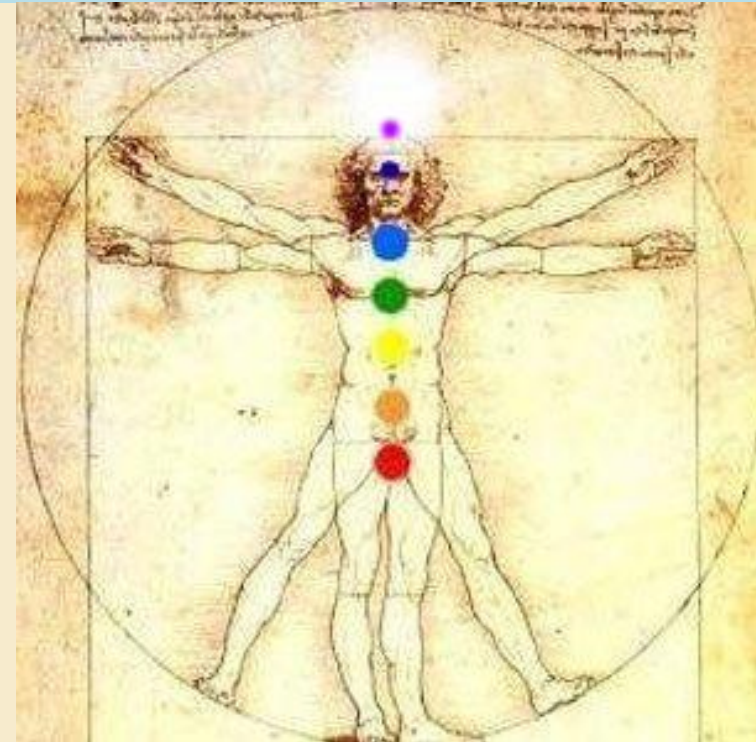
La cromoterapia e' un'arte che richiede di "sentire" i colori;

non e' una terapia sintomatica, cioe' non cura direttamente il dolore o la malattia, ma è in grado di riequilibrare il disturbo psico-energetico che sta alla base di ciò che ha prodotto in origine il sintomo.

Lo stato di salute corrisponde al ripristino dello stato di equilibrio

Colori, una TERAPIA olistica

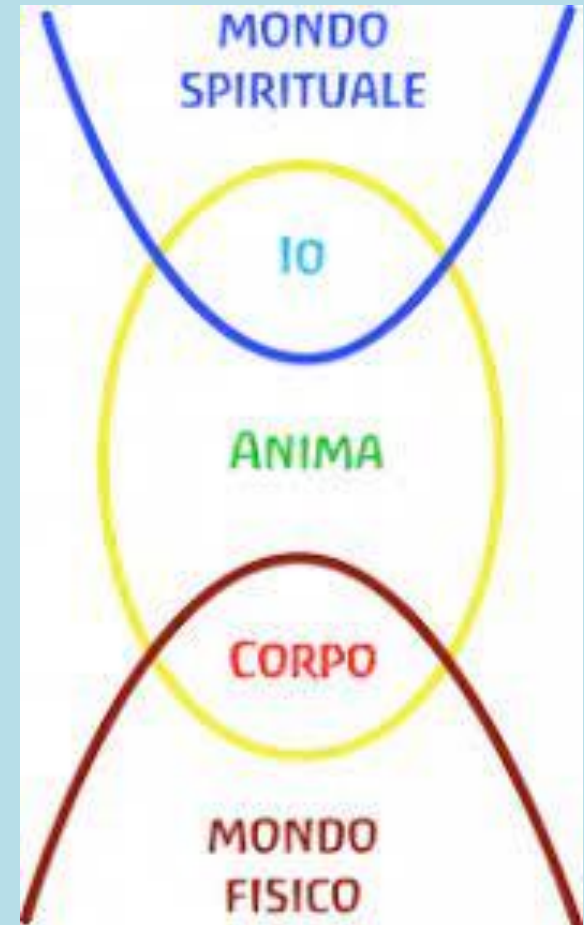
- La **medicina olistica** è un approccio alla salute e alla cura che **considera l'individuo come un insieme di corpo, mente e spirito**,
- Il turbamento dell'armonia psiche-corpo avviene sul **piano della coscienza** e si mostra attraverso il corpo. (**piano fisico**).



L'obiettivo è di sviluppare una maggiore **consapevolezza** di sé, una maggior attenzione ai messaggi del proprio corpo, e, soprattutto, un senso di maggiore padronanza della propria vita, focalizzandoci sul controllo su noi stessi e non su ciò che è fuori da noi e quindi dal nostro controllo.

La struttura umana

- Con il **Corpo** apriamo i nostri sensi al mondo fisico-sensibile.
- L'**Anima** rappresenta la nostra interiorità, ciò che vive all'interno di noi stessi.
- Lo **Spirito** è ciò che riusciamo a far vivere nella nostra anima e che ci rapporta a dei valori che non sono semplicemente sensibili ma che sono collegati a realtà che sono esistite, che esistono e che esisteranno a prescindere dalla nostra stessa esistenza.

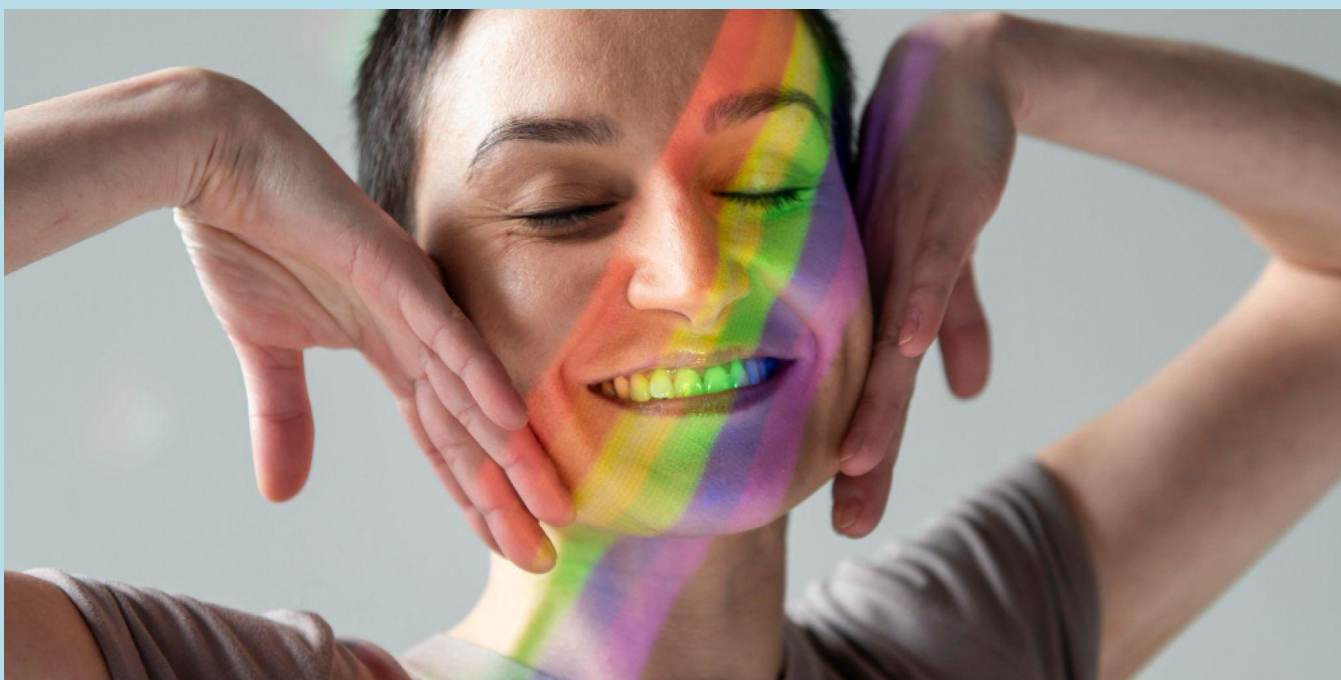


Come agiscono i colori?

La **cromoterapia** si basa sul principio che ogni colore possiede corrisponde una determinata caratteristica in grado di influenzare sia la psiche che il corpo.

L'azione dei colori influenza diversi piani

- Azione Fisica
- Azione psico - emozionale
- Azione mentale
- Azione spirituale



- **Azione esteriore** – esercitata sul corpo fisico - Tramite frequenze luminose che aiutano a riportare armonia ed equilibrio al sistema corpo-mente - **può essere misurata**
- **Azione interiore** – psico-emozionale – animico – spirituale. Utilizzo del colore come supporto nel processo di guarigione. Il **Linguaggio simbolico del colore** aiuta ad individuare le tematiche profonde coinvolte nel disagio

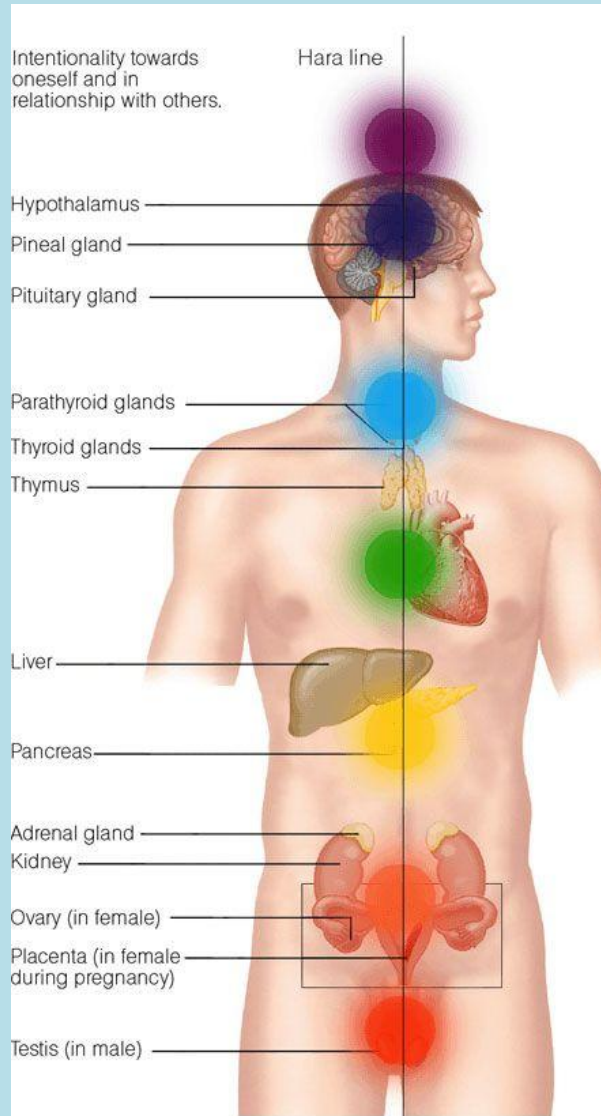
Cromoterapia: azione fisica



Le tonalita' dei singoli colori agiscono in modo diverso sul corpo.

- I **colori caldi** (tonalita' del rosso sino al giallo) attivano, stimolano il corpo, la mente e l'anima;
- Le **tonalita' fredde** (dal blu al viola) tranquillizzano e rilassano.
- Il verde, come colore neutro, porta equilibrio a tutti i livelli e ha la proprieta' di fermare i processi degenerativi delle cellule.
- Piu' i **colori sono puri e chiari**, piu' velocemente e fortemente penetrano nel corpo e nelle cellule e piu' veloce e' anche il loro effetto.

Cromoterapia: azione fisica



L'energia emessa dai colori ha la capacità di penetrare all'interno delle nostre cellule e di intervenire nei processi biologici del nostro organismo, producendo un'amplificazione o una riduzione delle reazioni enzimatiche, della respirazione cellulare e della trasmissione dei segnali nervosi.

Colori e psiche

Le sensazioni che accompagnano certi colori fanno parte della psicologia del colore, un insieme di reazioni che automaticamente si associano a quel colore.

TEST DI LUSHER

« E' uno strumento di misura oggettivo simile a un termometro in grado di rilevare lo stato psicovegetativo soggettivo.»

Prof. Max Lüscher

Colore	Bisogno fondamentale	Significato Fisiologico	Significato Psicologico
BLU	Contentezza ed affetto	Sedazione, calma	Contentezza
VERDE	Sostenere se' stesso	Contrazione, stabilita'	Determinazione
ROSSO	Agire e riuscire	Stimolazione, eccitazione	Attivita'
GIALLO	Guardare avanti ed aspirare a qualcosa	Dilatazione, sollievo	Cambiamento

Peter Mandel e la cromopuntura

«E' mia convinzione che in futuro si dimostrerà l'importanza della terapia con i colori quale strumento medico»

Dott. P. Mandel – Manuale pratico di cromopuntura

- ❑ La **cromopuntura** (trattamento di punti recettori del corpo con fasci di luce colorata) è una tecnica terapeutica attraverso la quale l'operatore posiziona fasci di luce colorata su punti precisi della cute o aree cutanee.
- ❑ La premessa teorica è la **Medicina Tradizionale Cinese** (i meridiani fungono da «**sistema conduttore di luce**»): se i punti di agopuntura o zone cutanee vengono stimolati mediante luce colorata, questa giunge tramite i meridiani fino agli organi o al sistema organico.

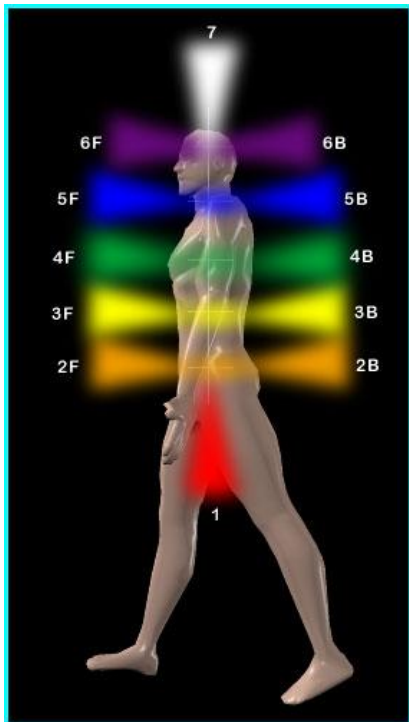


CROMOPUNTURA EFFETTI

- **Stimola la circolazione** (sovraccarico del fegato, della milza, dei reni, dei polmoni, dell'apparato digerente e della spina dorsale.)
- **Agisce sulla frequenza cardiaca**
- **L'applicazione del colore in un punto del corpo agisce sul metabolismo nel suo insieme.** (favoriscono la formazione di enzimi, oligoelementi e vitamine nel corpo)
- **I colori si legano all'ossigeno** : per questo con la cromoterapia la respirazione cellulare e organica del corpo vengono migliorate
- L'assorbimento del colore influisce anche sulle **cellule sanguigne, sulle ghiandole e su tutti i processi chimici nel corpo.**



- Nel corpo ci sono particolari punti che reagiscono molto velocemente ai trattamenti energetici.
- Questi punti sono i **chakra**: in particolare il **plesso solare, il chakra del cuore e il terzo occhio**.
- I trattamenti effettuati su queste zone hanno un effetto rapido e forte.



Frequenza cromatica	Ghiandola dotata di vibrazione simpatica	Organo o parte del corpo dotati di vibrazione simpatica	Sistema corporeo dotato di vibrazione simpatica
ROSSO	Ghiandole surrenali	Reni, vescica, arti inferiori	Muscoli, sangue
ARANCIONE	Ovaie, testicoli	Organi genitali, colon	Apparato digerente, sistema linfatico
GIALLO	Pancreas	Fegato, colecisti, milza	Sistema nervoso autonomo
VERDE	Timo	Cuore, arti superiori	Circolazione, sistema nervoso parasimpatico
BLU	Tiroide	Paratiroide, gola, orecchie	Apparato respiratorio, circolazione venosa
INDACO	Ipofisi	Occhi, naso, diencefalo (area inferiore del cervello)	Sistema scheletrico, ossa
VIOLETTO	Ghiandola pineale (o epifisi)	Telencefalo (area superiore del cervello), testa	Sistema nervoso centrale, colonna vertebrale, psiche

Il colore può essere
assorbito in vari modi dal
corpo:



- Attraverso l'alimentazione
- Attraverso gli alimenti irradiati con i colori
- Attraverso la luce solare
- Attraverso l'irradiazione della pelle con la luce artificiale
- Attraverso il bagno nei colori
- Attraverso l'applicazione sulla pelle di oli colorati
- Attraverso la meditazione con i colori

IL LINGUAGGIO DEI COLORI: UN AIUTO NELLA IDENTIFICAZIONE DEL DISAGIO

Il colore parla esprime quel che noi stessi siamo o vorremmo essere

Secondo Jung i sentimenti si esprimono attraverso i colori e la totalità dei colori esprime la totalità psichica.

Attraverso **il linguaggio del colore** è possibile cogliere le tappe e individuare le risorse per favorire il processo di guarigione

- La scelta del colore rispecchia gli stati d'animo, i processi interiori, le problematiche, i bisogni e le potenzialità dell'individuo.
- Saper leggere il linguaggio dei colori significa poter cogliere il problema o il disagio, anche quando questo non viene espresso verbalmente





Sistema Aura-Soma

La scelta e la cura con i colori

Il codice colore nel sistema Aura-Soma

I colori che scegliamo e dai quali ci sentiamo attratti ci rivelano cose importanti sulla nostra personalita' e sulla nostra anima:

- *noi siamo i colori che scegliamo*
- *non esiste separazione fra coscienza che sceglie e colori che vengono scelti*
- *i colori scelti riflettono il processo della coscienza e i bisogni dell'essere*

Questi principi stabiliscono una stretta relazione fra il colore che viene scelto dalla persona e la coscienza che opera la scelta



**SEI I COLORI
CHE SCEGLI**



LUCE E OMBRA NEI COLORI E NELLA PSICHE



- La **polarità luce – ombra** è nella natura stessa del colore, secondo Goethe.
- La **psicologia riconosce ai colori un valore simbolico universale**; corrispondono a precise strutture psichiche e mostrano aspetti di luce e di ombra.
- **Ogni colore ha un aspetto di luce e un aspetto d'ombra**
 - tematica positiva o tematica da risolvere, superare e trasformare
 - Può rappresentare aspetti consci o inconsci
- La terapia con il colore aiuta nella **trasformazione degli aspetti in ombra in luce**
 - *accettazione del negativo e suo accoglimento come polo energetico.*



Aura-Soma : un'insieme sinergico

- **Cromoterapia** : il potere curativo dei colori; ripristinare l'equilibrio energetico della persona.
- **Fitoterapia**: il potere terapeutico del regno vegetale: estratti di erbe e/o olii essenziali naturali;
- **Aromaterapia**: attraverso l'olfatto, agisce sul sistema limbico e risveglia il potenziale di guarigione che e' presente in ciascuno di noi.
- **Cristalloterapia**: le energie e il potere curativo dei cristalli. L' equilibrio materiale, strutturale ed energetico del cristallo ha il potere di "riordinare" e riequilibrare
- **Acque di luce**



Aura-Soma: un'insieme sinergico



➤ **Equilibrium** : applicati direttamente sul corpo fisico; agiscono, oltre che sul corpo fisico, sul campo elettromagnetico.

La frazione superiore e' a base oleosa, quella inferiore a base acquosa.

Le due componenti possono essere dello stesso colore o di colori diversi

➤ **Pomander**: sono una combinazione di 49 erbe, oli essenziali, cristalli e pietre. Il loro colore è collegato ai 7 chakra.

Agiscono sul campo elettromagnetico e sul corpo eterico

➤ **Quintessenze**: ricavate da 49 erbe disciolte in soluzioni di alcool di legno; favorire l'apertura degli esseri umani verso i piani piu' sottili e di aumentare la sensitivita'. Agiscono sul corpo astrale verso l'interno, con un effetto che ritorna poi al corpo eterico, al campo elettromagnetico e al corpo fisico



ARTETERAPIA

“L’arte ha valore per la sua capacità di perfezionare la mente e la sensibilità più che per i suoi prodotti finali” (Fred Gettings, 1966)

L’ARTE ENTRA TERAPIA con lo scopo di “aiutare ad aiutarsi”.

NEL PROCESSO ARTISTICO, emozioni, sentimenti, conflitti interiori **prendono forma**

- **Creatività**, libera espressione, esplorazione dei potenziali espressivi, comunicativi e relazionali
- **L’arte terapia del colore diventa narrazione del sé**



L’arte è consapevolezza vitale
L’arte educa alla libertà
L’arte è meraviglia
Chi riesce a meravigliarsi sa
guarire

CURARE CON I COLORI È UN'ARTE

Se riusciamo a diventare un tutt'uno con il colore in modo da non fare esperienza su di esso o attraverso di esso, ma in esso – esperienza di noi stessi come colore – allora percepiremo le forze di guarigione del colore.

Sperimentare ed esprimere il colore aiuta nel percorso di trasformazione e guarigione

- Entrare in una relazione «vivente» con il colore
- aiuta a rigenerare la forza vitale, indebolita dalla malattia, dal disagio fisico e psichico, dallo stress dall'ansia...
- **Gli esercizi con il colore** sono occasione di risveglio per la coscienza di chi li incontra e sono un balsamo per l'anima



L'arteterapia nelle strutture sanitarie

UN APPROCCIO TERAPEUTICO NON CONVENZIONALE CHE UTILIZZA IL PROCESSO CREATIVO (PITTURA, DISEGNO, SCULTURA) PER MIGLIORARE IL BENESSERE FISICO, MENTALE ED EMOTIVO DEI PAZIENTI.

- **AIUTA** l'elaborazione di emozioni complesse, riduce l'ansia, favorisce la socializzazione e la riabilitazione in contesti come oncologia, hospice, geriatria e pediatria, umanizzando i luoghi di cura.

Benefici e Applicazioni Principali

- **Contesto Oncologico e Palliative:** Aiuta ad elaborare vissuti traumatici, paura e dolore, offrendo sollievo emotivo e un senso di realizzazione.
- **Pediatria:** Trasforma il tempo ospedaliero in un momento ludico, rendendo l'esperienza meno traumatica
- **Geriatria:** Stimola la memoria, la manualità e la socializzazione negli anziani.
- **Riabilitazione:** Favorisce il recupero dell'immagine di sé e dello schema corporeo

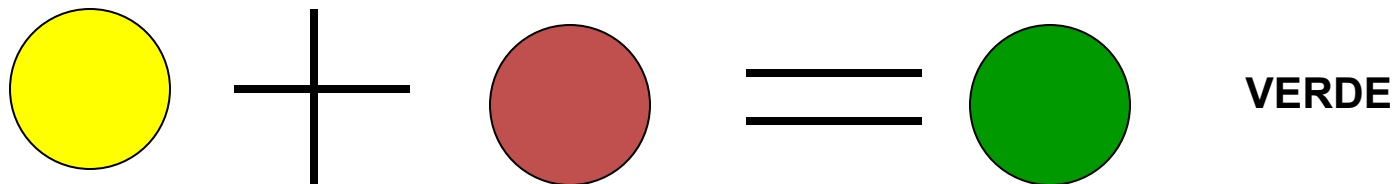
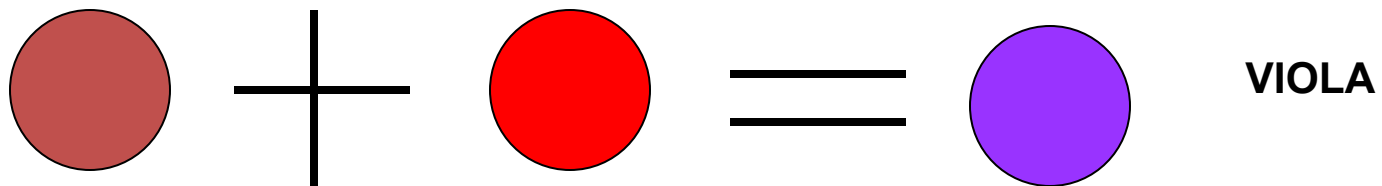
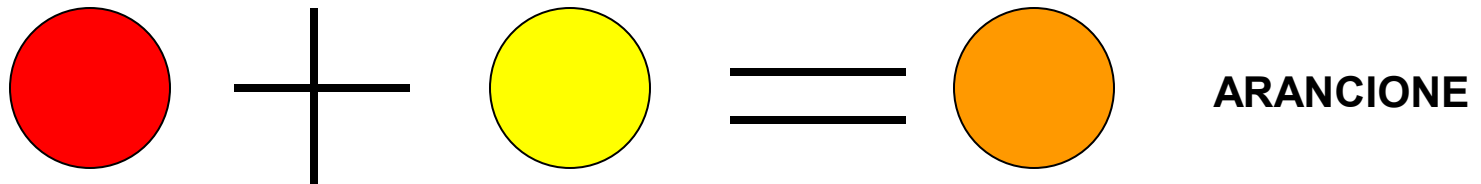


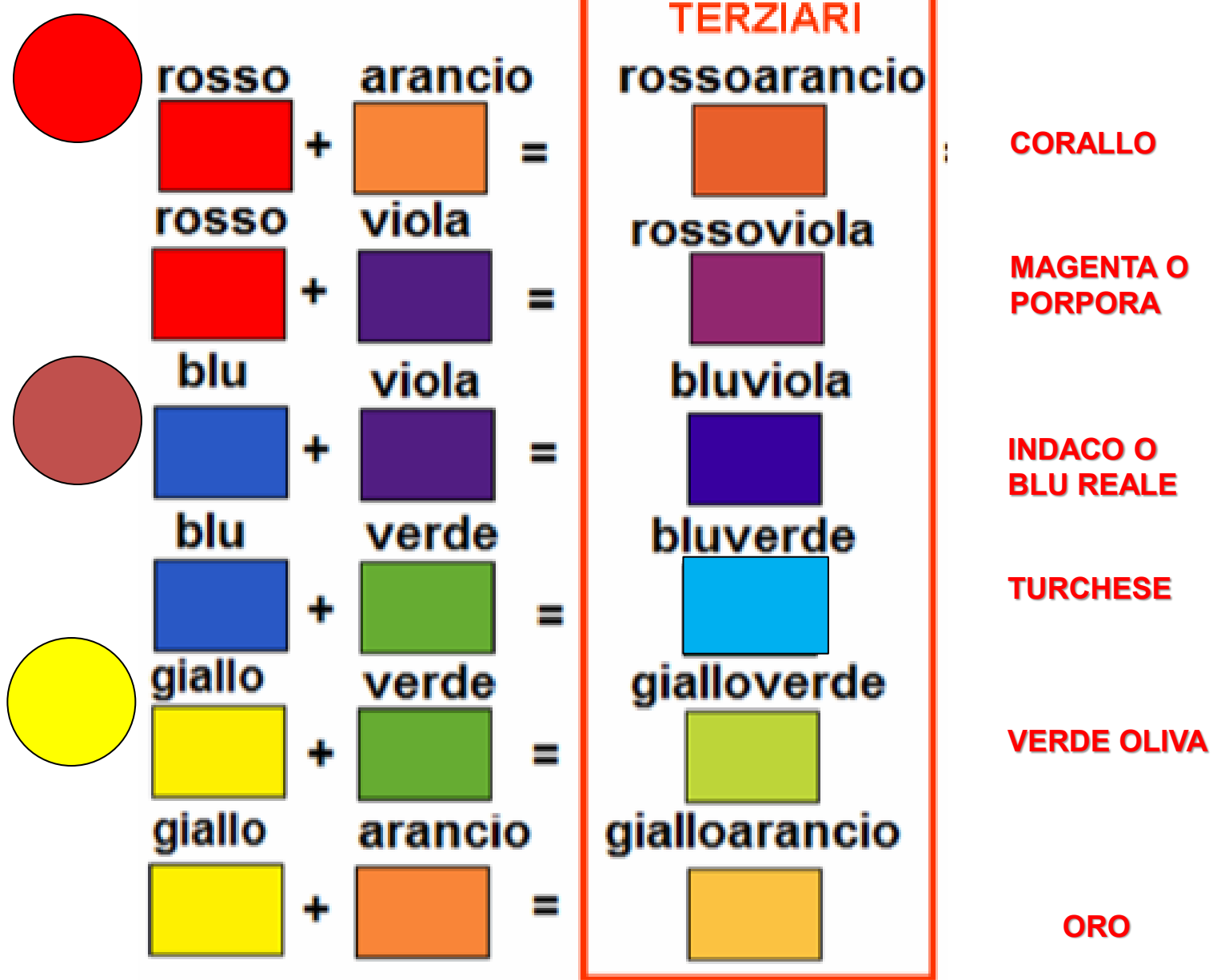


LE PROPRIETA' DEI COLORI

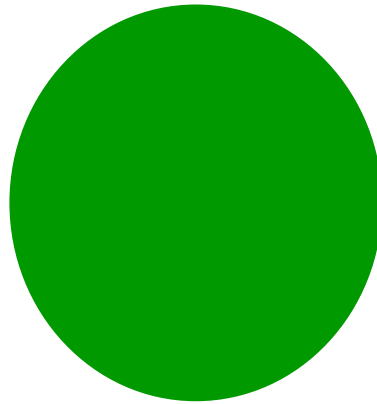
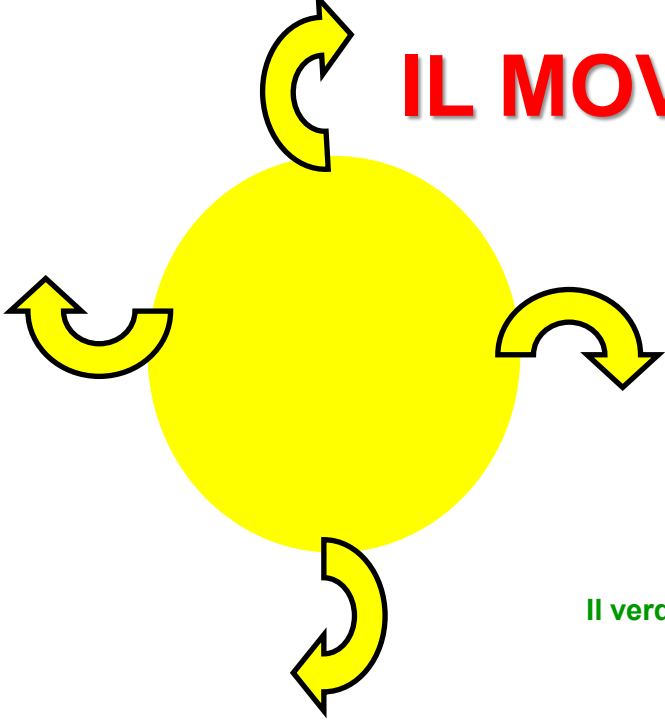


**I COLORI COMPLEMENTARI O SECONDARI
DERIVANO DALLA COMBINAZIONE DEI
COLORI PRIMARI TRA DI LORO.**

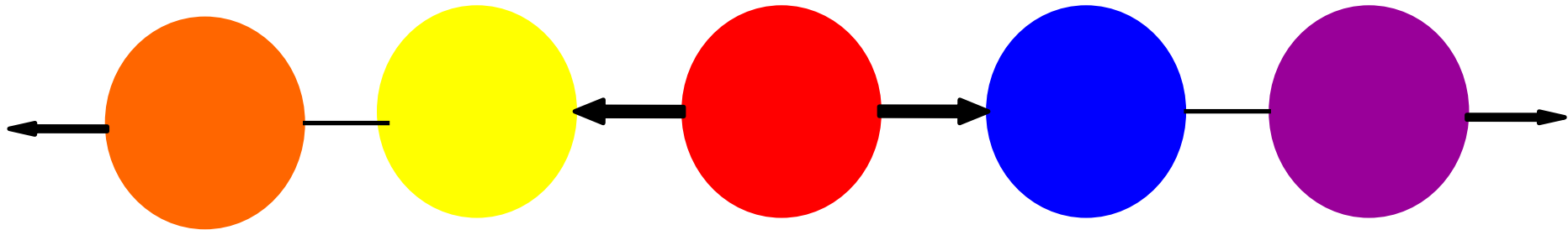
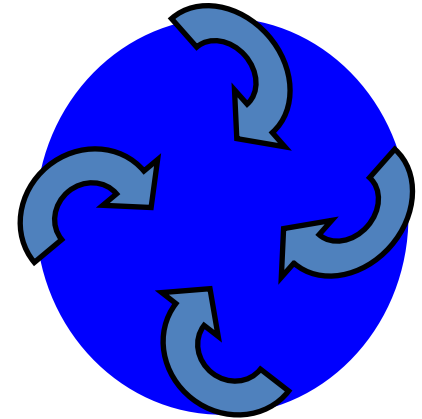




IL MOVIMENTO DEI COLORI



Il verde è il colore del centro, neutro e stabilizzatore;



Colori CALDI:

il giallo, l'arancione, il rosso e il rosa;

➤ **MOVIMENTO VERSO L'ESTERNO**
senso centrifugo

movimento in se'

Colori FREDDI :

il blu, l'azzurro e il viola.

➤ **MOVIMENTO VERSO L'INTERNO**
senso centripeto

I cinque livelli interpretativi: esempio sui tre principali colori

COLORE	MOVIMENTO	SIMBOLICO	SPIRITUALE	MENTALE	EMOZIONALE	ENERGIA
ROSSO	Dinamico Il ROSSO pulsa (doppio movimento, in avanti e indietro)	Semaforo Luci rosse Croce rossa Sangue	Risveglio, Fiamma purificatrice	Concentrazione	Passione, Coraggio Rabbia	Energia terrena - di radicamento
GIALLO	Centrifugo Il GIALLO schizza, emanandosi a raggiera	Sole, Luce	Illuminazione (integrazione della conoscenza e dell' esperienza)	Chiarezza Conoscenza intellettuale	Felicità Gioia	Energia della volontà individuale - elaborazione ed assimilazione
BLU	Centripeto Il BLU include e spazia	Cielo Sangue blu Blueprint Acqua	Comunicazione Fede Volontà divina	Autorità Introversione	Serenità Calma Pace Nutrimento Tristezza	Energia di espressione – gola, tiroide, paratiroide

ROSSO



Il ROSSO pulsa

movimento dinamico attivo e reattivo

**Il rosso si impone,
vuole dominare.**

Tema Principale

ENERGIA VITALE



ROSSO: POTENTE - DINAMICO - FISICO

La lunghezza d'onda del colore rosso nello spettro visibile è compresa all'incirca tra **620 e 760 nanometri (nm)**. Rappresenta la parte dello spettro elettromagnetico con le lunghezze d'onda più lunghe e le frequenze più basse, posizionandosi subito prima della radiazione infrarossa. **Il ROSSO e' la piu' lenta delle lunghezze d'onda e la piu' stimolante.**

Gli occhi ne registrano prima la presenza, rispetto agli altri colori dello spettro elettromagnetico.

ENERGIA Estroversa - Dominante-

colore del **movimento e dell'attività**. Fortemente stimolante, è spesso indossato da persone estroverse e vitali, impulsive ed energiche ma anche tendenti all'aggressività. Se invece ad indossarlo è una persona tranquilla, allora è in cerca di calore o nasconde i propri sentimenti.

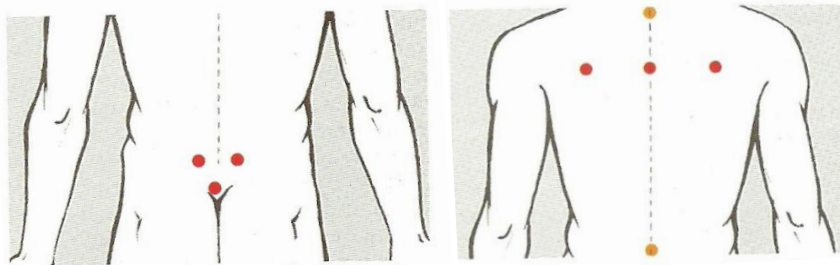
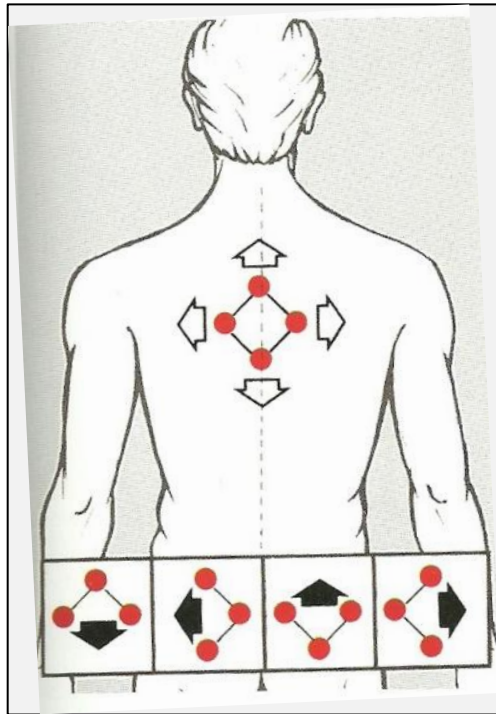
Rosso: i livelli interpretativi nella scelta del colore

LUCE	OMBRA
<p>Energia e forza vitale, dinamismo, volontà, amore, passione, generosità, abbondanza, forza, potenza, impulsività, dinamismo, audacia, coraggio, concretezza, eros, sessualità, fertilità, fuoco, calore, Risveglio della coscienza, radicamento, disidentificazione, amore sacrificale.</p>	<p>Mancanza d' energia, depressione, rassegnazione, svogliatezza, rabbia, ira, ribellione, ostilità, aggressività, odio, frustrazione, risentimento, difficoltà con gli aspetti materiali della vita, sopravvivenza, mancanza di coraggio, poca concretezza, problematiche sessuali (legate al funzionamento degli organi sessuali o alla procreazione)</p>

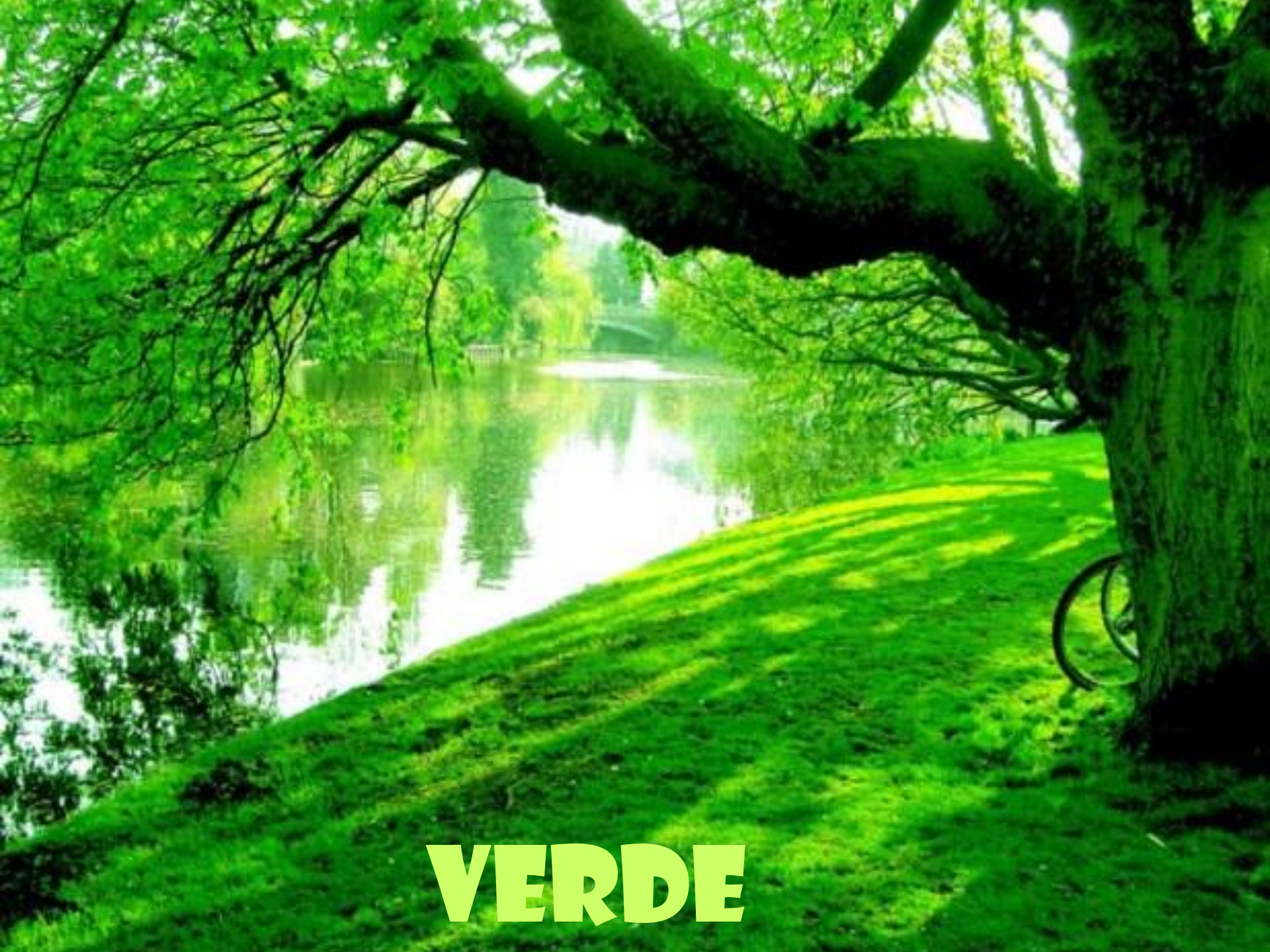
Rosso: proprietà ed effetti

PROPRIETA'	Colore caldo, connesso al corpo fisico. Energia vitale, rappresenta la vita, vitalità, passione, sessualità, radicamento
EFFETTI SULL' ORGANISMO	Stimolante, eccitante: accelera il battito cardiaco, alza la pressione arteriosa, stimola la circolazione sanguigna, l'attività nervosa e ghiandolare, i muscoli, il sistema nervoso simpatico, gli organi della riproduzione. Stimola il rilascio dell'adrenalina
EFFETI SULLA PSICHE	Rafforza la volontà e il coraggio, aumenta la forza interiore e la sicurezza di sé. Vince l'inerzia, aiuta a promuovere lo spirito d'iniziativa a chi ha difficoltà a reagire e a prendere decisioni, rendendo concrete le azioni e il raggiungimento degli obiettivi.
TRATTI DELLA PERSONALITA'	Coraggio, sicurezza di sé, spontaneità, grande forza di volontà, onestà, concretezza, estroversione
UTILIZZO	Carenza di energia fisica, stanchezza, anemia, reumatismi, artriti, lombaggini, raffreddore, contrazioni muscolari, infezioni batteriche virali, ferite infette. E' utile nei periodi di convalescenza dopo malattie debilitanti
QUANDO USARLO	Al mattino, durante il giorno. Non utilizzare la sera
CONROINDICAZIONI	Febbre, problemi di cuore, pressione alta, stati infiammatori acuti, eccitazione, ipertensione, agitazione, ansia, insonnia
AFFINITA' ENERGETICA	Centro coccigeo

Rosso: indicazioni nella cromopuntura



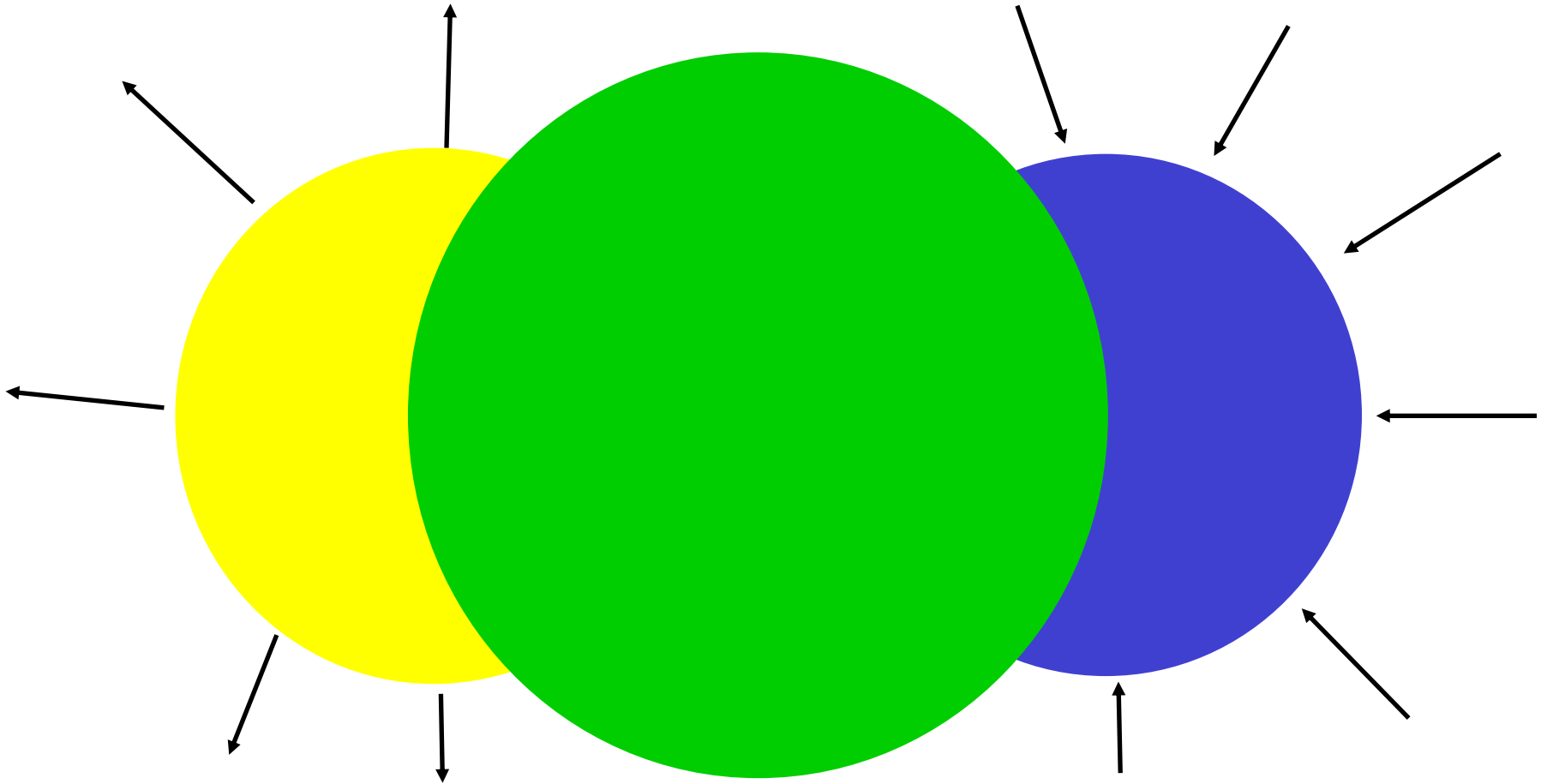
- ❑ E' un colore dinamico : trasmette **attività, movimento e calore**
- ❑ **IPERTENSIVO E RISCALDANTE; ECCITANTE** - Aumenta la circolazione sanguigna, **alza la pressione** arteriosa, stimola la produzione di emoglobina
- ❑ Tonifica il cuore, rivitalizza l'organismo, aiuta l'assimilazione del ferro
- ❑ Rigenerazione, stimolazione, apporto di energia – di cui hanno bisogno anche i vasi sanguigni, il cuore, I polmoni, I muscoli, le ossa.
- ❑ **VITALIZZANTE, STIMOLANTE** (ghiandole surrenali, tiroide), **ENERGIZZANTE** (Sist. muscolare, fegato, emisfero sx cervello)
- ❑ Cura gli squilibri endocrini, specie in ambito riproduttivo e le disfunzioni sessuali
- ❑ **Indicato per stati depressivi**, aumenta l'apporto adrenalinico nel sangue, conducendo forza e vivacità
- ❑ **A livello spirituale**, risveglia alla coscienza di sè



VERDE

Kandisky:

"il blu possedendo un moto diametralmente opposto, frena il giallo e i due movimenti opposti si annientano e si ottiene una totale immobilita' e quiete.....Sorge cosi' il verde".



**Colore distensivo - Grande vitalita':
rappresenta la Natura e i suoi cicli
Continuita' con il passato e rinnovamento
Il mondo del sentire- Ampiezza di visione (360°)**

Tre funzioni fondamentali: cuore, polmoni, timo



- Nella zona del torace sono raccolte le tre funzioni fondamentali per la vita: **CARDIACA; RESPIRATORIA; IMMUNITARIA.**
- Le tre funzioni
 - **i polmoni** per la respirazione
 - **il cuore e apparato respiratorio:** un ciclo completo attraverso ogni inspirazione ed espirazione. Sono forza centripeta e forza centrifuga, nascita e morte, passività e attività, riuniti in un ritmo di perfetto equilibrio.
 - **Il timo** è localizzato tra lo sterno e il cuore, davanti a quest'ultimo. Ghiandola fondamentale: permette la nascita e lo sviluppo del **sistema immunitario.**

VERDE



Aspetti di Luce:

- Armonia – Equilibrio – Calma - Dare e Ricevere in modo equilibrato**
- Giusta gestione dello Spazio e Tempo**
- Amore per la Natura - Crescita - Apertura -**
- Compassione - Spazio del Cuore - Vivere con il Cuore**
- Ampia capacita' di vedute**
- La giusta Via - La Direzione - La Verita' - Conoscere la propria direzione -**
- Determinazione**
- Amore per la Sincerita'**
- Capacita' di Giudicare e di Decidere (discernimento)**
- Liberta' - Generosita' - Centratura**

VERDE



Aspetti d' Ombra:

Mancanza di Spazio (sino alla claustrofobia)

- Mancanza d'Amore (cuore chiuso)

Problemi con il Tempo - Problemi con lo Spazio - Problemi con il dare e il ricevere - Claustrofobia - Oppressione – Non saper vivere in modo armonioso con i ritmi naturali

Problemi con la Liberta' (sino alla persecuzione)

Indecisione - Invidia (voler essere nello spazio altrui)

- Giudizio (negativo) - Chiusura - Avarizia - Crudelta' - Avidita' - Gelosia (possesso eccessivo)

VERDE



AZIONE TERAPEUTICA

- RILASSA, RIEQUILIBRA, NORMALIZZA
- Associato al CUORE, ai POLMONI, al TIMO
- Rigenerazione cellulare e a tutti i livelli
- Armonizza il CORPO, l'ANIMA e lo SPIRITO

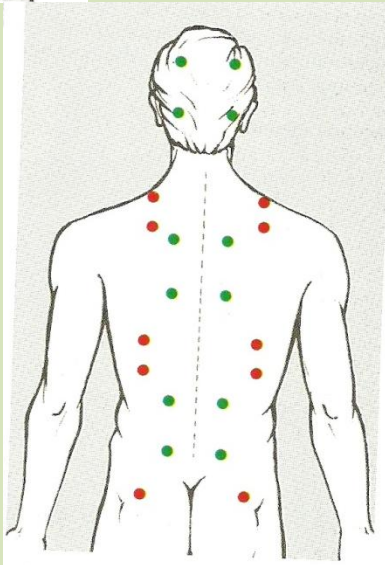
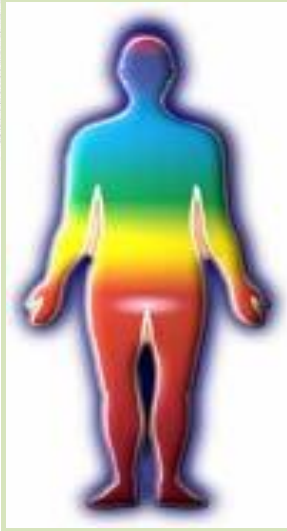
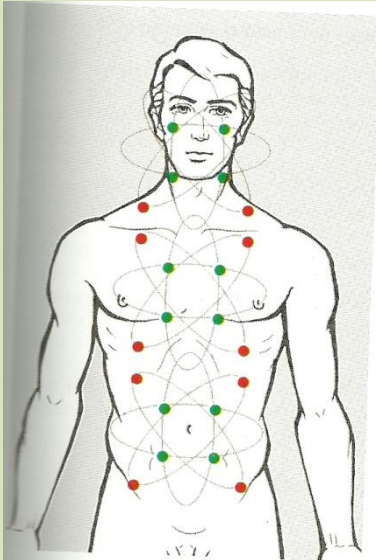
INSEGNAMENTO: *imparare ad aver fiducia nel divenire della vita, perche' ci sono un tempo ed un luogo per ogni cosa, e non e' possibile affrettare gli eventi –*

LE LEGGI DELLA NATURA

Verde: proprietà ed effetti

PROPRIETA'	Colore connesso ai SENTIMENTI. Colore dell'AUTOCONSERVAZIONE, della NATURA, simbolo della stabilità ed equilibrio. Rappresenta la pace, l'armonia e il rinnovamento e simboleggia l'amore terreno, la capacità di amare sé stessi e gli altri.
EFFETTI SULL' ORGANISMO	E' armonizzante e riequilibrante su tutti i tessuti. Promuove un benessere generale sull'organismo, ne aumenta la vitalità e ripristina l'equilibrio delle sue funzioni. Tonifica e rinfresca . Benefico per il sistema nervoso simpatico, regola la pressione sanguigna riequilibra la pressione arteriosa, stimola l'ipofisi. Pulisce e bilancia l'energia. Ha un'azione antisettica, antibatterica, disinfettante e germicida .
EFFETI SULLA PSICHE	Calmante e rilassante , pacifica i sensi e i pensieri, dona stabilità emotiva.
TRATTI DELLA PERSONALITA'	COMPENSIVO, EQUILIBRATO, COMPASSIONEVOL, FLESSIBILE, GENEROSO, ROMANTICO, UMILE.
UTILIZZO	Stress, ansia , insonnia, mal di testa da troppo lavoro, problemi di cuore, tachicardia, pressione alta, ipertensione, difficoltà respiratorie , asma, bronchiti, tosse, tensioni muscolari, ulcere gastroduodenali. Proliferazione cutanee (porri, verruche). Malattie di tipo cronico.
QUANDO USARLO	Preferibilmente la sera, prima di andare a dormire o durante il giorno per rilassarsi se necessario.
CONROINDICAZIONI	Il verde, grazie alla sua azione riequilibrante, non ha controindicazioni particolari.
AFFINITA' ENERGETICA	Centro del petto.

VERDE nella cromopuntura



- **RILASSA, RIEQUILIBRA, NORMALIZZA**
- **Azione disintossicante decongestionante, calmante, rinfrescante**
- Ottimo per le **infiammazioni croniche**
- **Ristagni e disturbi broncopolmonari**
- **Diabete** (cromopuntura sugli occhi chiusi riduce il tasso ematico di glucosio - glicemia)
- Rigonfiamenti, tumori
- Malattie articolari
- Armonizza il **CORPO**, l'**ANIMA** e lo **SPIRITO**
- A livello spirituale: *imparare ad aver fiducia nel divenire della vita, perche' ci sono un tempo ed un luogo per ogni cosa, e non e' possibile affrettare gli eventi* - **LE LEGGI DELLA NATURA**

Come equilibrare il cuore

- **Stare a contatto con la natura**

- Trascorrere del tempo in mezzo alla natura e osservarne e apprezzarne la bellezza stando all'aria aperta, in mezzo agli alberi, con gli animali, oppure aiutando le persone più sfortunate, aiuta a nutrire il cuore

- **Meditazione**

- La meditazione è uno strumento molto utile, perché aiuta a controllare i pensieri e indirizzarli verso la positività e l'amore incondizionato.
L'amore non può essere misurato ed è illimitato nella sua crescita ed espansione...**più amore si dà agli altri e più se ne riceve!**

- **Amare sé stessi**

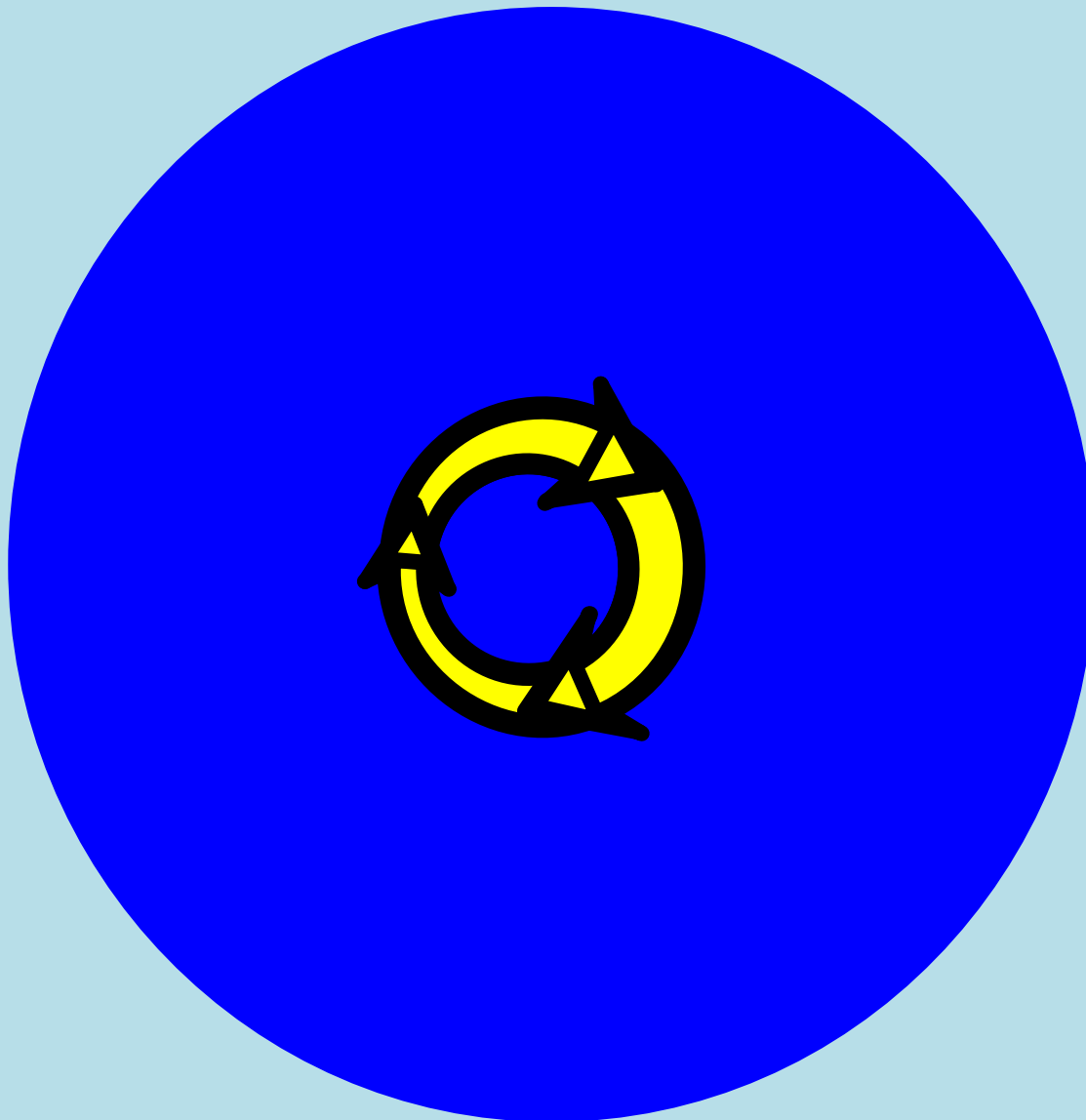
- cosa di fondamentale importanza per riportare equilibrio al Cuore. Concedersi degli spazi interamente per la cura e l'amore nei confronti di sé, trovare il tempo per fare ciò che si ama, e fare ogni giorno quelle attività che fanno stare bene.
- Considerarsi un essere unico e irripetibile, in grado di dare e ricevere immenso amore.

- **Perdonare**

- Per imparare ad amarsi il primo passo è **lasciarsi** il passato **alle spalle**, e con lui ogni senso di colpa, **ogni rimorso** e praticare il perdono sia nei confronti di sé stessi che degli altri.



DLU



II BLU INCLUDE E SPAZIA

**DOPPIO MOVIMENTO, prima CENTRIPETO, INDIVIDUATIVO, poi
CENTRIFUGO, in dilatazione interna**

BLU

*Il blu e' il colore della quiete e della profondita' meditativa:
e' un perdersi nell'infinito e nel nulla,
"un nulla eccitante, pero', una contraddizione composta
di eccitazione e di pace"*

Goethe

5° Chakra - area della gola

GOLA: e' l'area del corpo attraverso cui riceviamo la fonte primaria della nostra sussistenza, l'alito della vita, messo a disposizione dall'aria che ci circonda e dal cielo blu.

Inspirazione: reca la voce primordiale divina, la fonte, per trasmettere l'energia che sta dietro la creazione;

Espirazione: l'aria passa sulle corde vocali per emettere la voce

il BLU non e' solo il colore della parola, ma anche quello dell'ASCOLTO, dell'UDITO e della perspicacia.



BLU - Aspetti di Luce

Pace - Calma - Comunicazione interiore ed esteriore

**Protezione - Autorita' – autorevolezza – Diplomazia
Affidabilità – Rispetto**

Fede – Fiducia – Integrità etica

Il nutrimento della madre - l'aspetto maschile (protettivo del padre)

Accettazione - Comprensione - Flessibilita' Adattabilità

BLU: aspetti d'ombra

Mancanza di Pace - Difficolta' di comunicazione - Difficolta' con l'aspetto maschile e femminile - Difficolta' con l'autorita' - Autoritarismo - mancanza di rispetto

**Isolamento - Chiusura profonda - Rigidita'
Sfiducia - Tendenza a trattenere - Controllo
Diplomazia (Ipocrisia)**

Luce Blu come terapia delle lesioni cutanee

Considerata una terapia innovativa fino a pochi anni fa, oggi la fotobiomodulazione con luce blu è considerata uno standard di cura per le lesioni cutanee.

EFFETTI TERAPEUTICI

- risoluzione dell'inflammation, riduzione del dolore; immunomodulazione e induzione della guarigione delle ferite e della rigenerazione tissutale

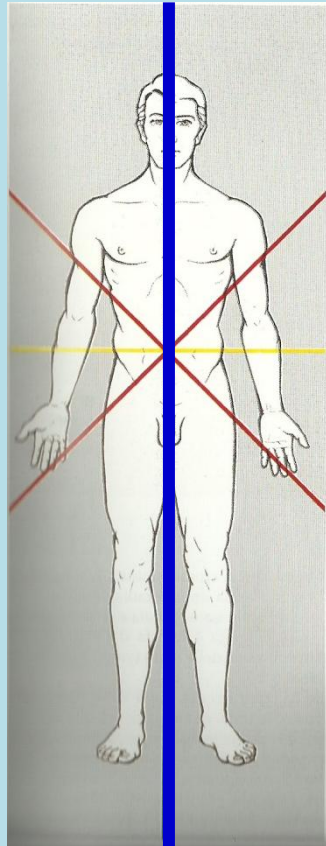
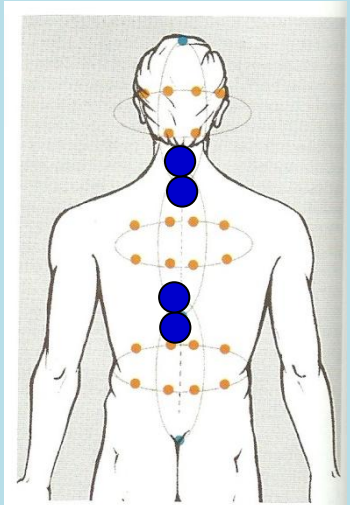
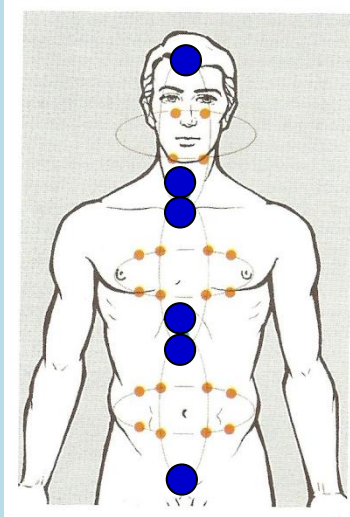
MECCANISMO TERAPEUTICO DELLA LUCE BLU

- l'energia veicolata dal fascio luminoso viene assorbita dalle molecole endogene naturalmente presenti nei tessuti, e utilizzata per promuovere reazioni chimiche o produrre cambiamenti conformazionali in alcune biomolecole.

Blu: proprietà ed effetti

PROPRIETA'	Colore freddo connesso alla COMUNICAZIONE e alla PACE. Rappresenta la calma, la tranquillità e il rilassamento, l'espressione di sé e il contatto con le proprie verità interiori.
EFFETTI SULL' ORGANISMO	Riequilibra il sistema nervoso: riduce la pressione arteriosa, la frequenza cardiaca e respiratoria, stimola il sistema parasimpatico. Ha proprietà antisettiche, analgesiche e antinfiammatorie.
EFFETTI SULLA PSICHE	Rilassa e calma la mente sovraeccitata stimola l'introversione e l'introspezione nei confronti dei propri sentimenti ed emozioni
TRATTI DELLA PERSONALITA'	Leale, responsabile, diplomatico, affettuoso, premuroso, ispirato.
UTILIZZO	Stress , agitazione, insonnia da troppi pensieri, nervosismo, irritabilità , mancanza di organizzazione. Mal di gola , problemi alla tiroide, alle spalle, alle braccia. Febbre, tosse, laringite, mal di denti. Gengive infiammate, ascessi, afte, infiammazioni , dolori osteoarticolari, spasmi muscolari. Tagli, ferite, prurito, bruciate, scottature solari, punture di insetti. Dolori mestruali, coliche intestinali, emorroidi. Utile per perdere peso. Calma i bambini iperattivi.
QUANDO USARLO	Preferibilmente la sera , prima di andare a dormire o durante il giorno se vi è necessità di calmare. Da usare in qualsiasi momento per favorire e sostenere la comunicazione.
CONROINDICAZIONI	Depressione, pallore, ipotermia, ipotensione
AFFINITA' ENERGETICA	Collo e gola

BLU nella cromopuntura



- CALMANTE, DISINFETTANTE, RINFRESCANTE (gonfiori, infiammazioni)
- ARMONIZZATORE, RIEQUILIBRANTE, RAFFREDDANTE, ANTINFIAMMATORIO, ANTISETTICO
- Funzione **antalgica e antispastica** (contro i dolori)
- Irritabilità ed insonnia indicano spesso un'iperfunzione tiroidea che reagisce al BLU (calmante)
- Calma le crisi isteriche
- **Battericida**; mal di gola, di denti, stomatiti, gengiviti, faringiti etc..
- **Antiemorragico, cicatrizzante**
- L'esposizione alla luce blu modifica il livello della **melatonina**, favorendo il sonno
- Disturbi del metabolismo
- Aiuta le funzioni generative (gestazione, parto, allattamento)
- Ittero: fototerapia con luce blu
- **A livello spirituale**: utile per accompagnare nelle fasi di passaggio nascita-morte

ARANCIONE

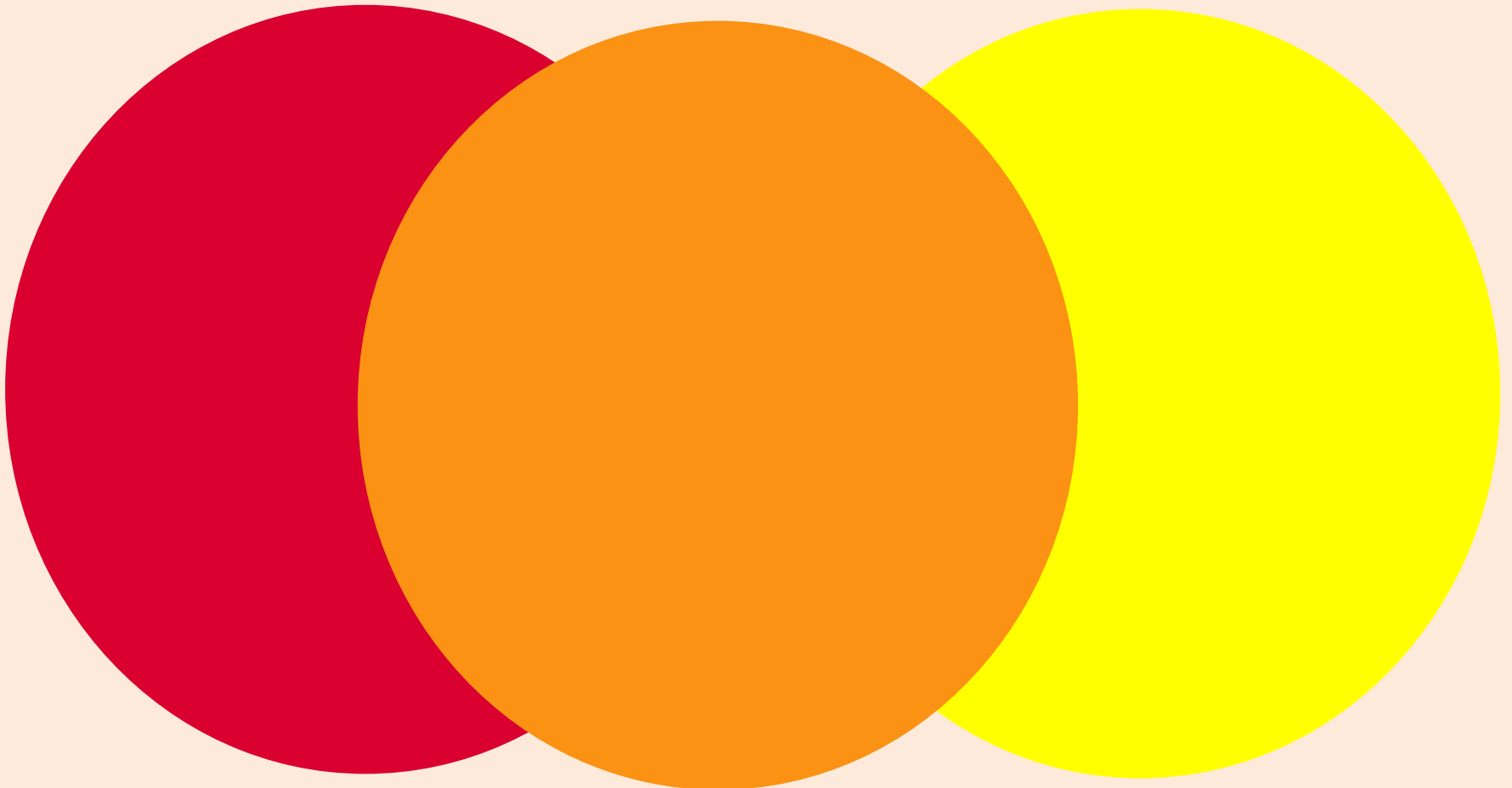
L' ARANCIONE TOCCA

(Verticalmente, poi in moto circolare delimitato)

il ROSSO e' un colore dinamico, che e' caratterizzato dal movimento in se' stesso.

il GIALLO irraggia, riceve un movimento dal centro verso l'esterno e sembra quasi avvicinarsi all'osservatore. L'occhio viene abbagliato dal cerchio giallo

I' ARANCIONE associa dinamismo ed espansione.



E' efficace in caso di depressione.

Le caratteristiche equilibrate, nell'arancione, sono: movimenti aggraziati, intelligenza emotiva (parte dx cervello), sapere sperimentare il piacere, saper accudire sè stessi e gli altri, capacità di cambiare.

La scelta dell'arancione indica il bisogno di ricerca di esperienze intense, sotto ogni aspetto, da cui trarre e sperimentare nuove sensazioni piacevoli e conoscitive.

colore che assorbe traumi e shock

Traumi e violenze che portano a disequilibri di arancione (riferibile per l'età infantile):

abusi sessuali, inganni, abusi emotivi, situazioni

instabili, abbandono, freddezza, rifiuto, negazione degli stati emotivi del bambino, manipolazione emotiva, restrizione dei normali movimenti, rigore morale o religioso, negazione del piacere, violenza fisica, famiglia di alcolizzati, caratteristiche ereditarie



Arancione: caratteristiche

LUCE

Indipendenza, armonia, bellezza, saggezza istintiva, gioia, divertimento, sessualita' gioiosa, autostima, socievolezza, essere estroverso, cordialita', distacco dal mondo della materia, devozione, fecondità creativa, profonda introspezione, estasi

OMBRA

Bisogno di dipendenza (Cibo, relazioni, droghe, fumo, alcool...), Codipendenza...), attaccamento a persone o/e cose

shock, trauma, abuso,

introversione, disistima, tristezza, blocco emotivo, disarmonia, depressione

ARANCIONE nella cromopuntura

L'azione dell'arancione è paragonabile all'avviamento di un motore in caso di debolezza o calo di energia (depressione, stanchezza, svogliatezza, frustrazione...)

■ **CORROBORA, APRE, TONIFICA, SBLOCCA**

■ Proprieta' **ASSIMILATIVE ed ENERGIZZANTI**

■ Aiuta a recuperare l'entusiasmo e la vitalita'

■ Collegato con l'assunzione del cibo e l'assimilazione – stimola l'appetito

■ Regola l'attivit  degli organi sessuali (impotenza, frigidit , nevrasenia sessuale)

■ Malattie cardiache: insufficienza (arancione) – spasmi (blu): Ipertensione blu - **Ipotensione arancione**

■ Stimola la la secrezione dei liquidi corporei e il sistema linfatico

■ Azione liberatoria a livello emozionale

■ A livello spirituale   associato alla devozione



Arancione: proprietà ed effetti

PROPRIETA'	Colore caldo, connesso alle EMOZIONI. Rappresenta ALLEGRIA, GIOIA, ENTUSIASMO, CURIOSITA'
EFFETTI SULL' ORGANISMO	Ha un'azione energetica ma non eccitante come il rosso, regola l'attività respiratoria ed espande i polmoni, stimola l'appetito, l'attività delle ghiandole endocrine, è fluidificante, cardiotonico, aiuta a rimettere in circolo l'energia dove ristagna, elimina la sonnolenza mattutina
EFFETTI SULLA PSICHE	E' rasserenante , mette entusiasmo, allegria e gioia di vivere, risvegliando il bambino interiore. Stimola le emozioni e i sensi, rimuovendo le inibizioni. Libera le limitazioni, stimola la capacità di cambiare e la creatività. Favorisce la capacità di relazione
TRATTI DELLA PERSONALITA'	ENTUSIASTA, GIOIOSO, ENERGICO, COSTRUTTIVO, DIVERTENTE, SOCIEVOLE
UTILIZZO	Mancanza di gioia, depressione, malumore, emozioni represses, bronchite, asma, reumatismi, crampi, irrigidimenti, sclerosi varie (anche arteriosclerosi). Aiuta a sciogliere i calcoli renali o biliari, favorisce l'assorbimento del calcio, stimola la digestione. Essendo un ottimo rivitalizzante, e' utile in presenza di rughe, smagliature e pelle invecchiata. Favorisce la produzione del latte nel seno materno.
QUANDO USARLO	Soprattutto al mattino, per eliminare il problema della sonnolenza mattutina o, comunque, durante il giorno
CONROINDICAZIONI	Usare con moderazione in caso di disturbi nel comportamento alimentare - poiché stimola l'appetito - ed in caso di sovraccitamento sessuale.
AFFINITA' ENERGETICA	Centro dell'addome



Il GIALLO risplende, emanandosi a raggiera

PLESSO SOLARE
il centro dell'essere,
nucleo dell'INDIVIDUALITA'

E' il colore della radiosità e della
determinazione (forza di volontà'), ma
anche della tendenza al dominio, al potere
Forza di Volontà', Potere, l'IO

È simbolo della coscienza del Sé,
riconoscimento da parte degli altri, del
sapersi, conoscersi e percepirsi,
dell'intuizione





Il giallo corrisponde al senso di un **libero sviluppo personale**; è prediletto da coloro che cercano di relazionarsi con gli altri e con il mondo in modo libero e non conflittuale

PROPRIETA'

Esprime **distacco, cambiamento, evoluzione, liberazione**, lontananza in termini di spazio; si manifesta come ricerca del nuovo.

Chi rifiuta il Giallo tende ad avere **poca fiducia in sé stesso, poca autostima**

GIALLO

PROPRIETA'



**Stimola l'attenzione e l'apprendimento,
acuisce la mente e la concentrazione.**

Viene associato alla parte sinistra del cervello e in genere al lato intellettuale, con effetto di stimolazione e aiuto nello studio.

Mente attiva, occupazioni intellettuali, chiarezza mentale e modo di pensare organizzato e strutturato.

PENSIERO PRATICO, ISPIRAZIONE, SAGGEZZA
acquisita attraverso l'APPRENDIMENTO e il
PENSIERO RAZIONALE.

Forza d'opinione (volonta').



GIALLO

Paure conosciute

La PAURA che si esprime con il giallo puo' essere superata dalla forza della ragione o dall'intelletto.

O RO

Paure sconosciute, a cui non si sa dare un nome

Giallo: i livelli interpretativi nella scelta del colore

LUCE	OMBRA
Gioia - felicità - intelligenza - chiarezza mentale - Allegria, Fiducia, Sorriso, Potere, Forza di Volontà, coscienza dell'IO, conoscenza - grande capacità di apprendimento; autostima	Confusione - paure conosciute - ansia - depressione - nervosismo - troppa razionalità' (intellettualismo), Cinismo, Gelosia, Codardia, Mancanza di Fiducia, cattiva gestione del potere.

GIALLO IL COLORE DELLA...
GIOIA



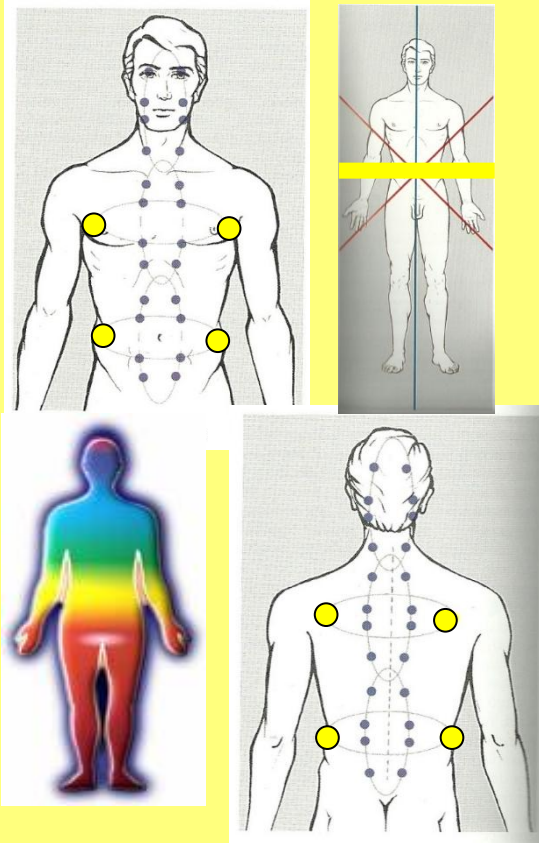
- **In cromoterapia** il giallo grazie alla sua luminosità e intensità aumenta il tono neuro-muscolare ed è in grado di stimolare la sintesi del collagene.
- Molte volte nelle condizioni depressive, si assiste ad un progressivo allontanamento dai colori solari, caldi ed energetici. Non stupisce allora che il rifiuto del giallo, quale espressione di un'energia in movimento, può spesso precedere la comparsa di uno stato depressivo.
- La forza vitale del giallo viene incanalata costruttivamente e orientata verso la meta dello "stare bene".
- Possiamo definirlo antidepressivo.

Giallo: proprietà ed effetti

PROPRIETA'	Colore caldo, connesso all'attività cerebrale (emisfero sinistro del cervello). Rappresenta la solarità, la fiducia in sé stessi e il potere personale, l'ottimismo, l'autostima, l'efficienza
EFFETTI SULL' ORGANISMO	Aumenta il tono muscolare: eccita le fibre nervose, stimola le funzioni digestive , la produzione dei succhi gastrici, attiva le secrezioni della bile e del pancreas, azione purificatrice nei confronti del fegato e dell'intestino, riducendo il gonfiore e concorre ad eliminare i parassiti intestinali. Stimola il metabolismo , aumentando le secrezioni endocrine e il sistema linfatico. Ha un effetto depurante e favorisce l'eliminazione delle tossine. Rigenera il sistema nervoso e stimola la prontezza di riflessi.
EFFETTI SULLA PSICHE	Stimola le facoltà mentali , la concentrazione e la memoria, favorisce l'apprendimento. Fa aumentare l'interesse e la curiosità. Stimola la responsabilità, l'affidabilità e la capacità di portare a compimento i propri impegni. Aumenta la motivazione e aiuta a trasformare le idee in azioni. Rende saggi, rafforza la personalità e la capacità di essere sé stessi. Dona fiducia e ottimismo rinforzando l'autostima.
TRATTI DELLA PERSONALITA'	Buon umore, ottimista, fiducioso, indipendente, intelligente
UTILIZZO	Spossatezza mentale, mancanza di concentrazione, scarsa memoria, nervosismo, tristezza, cattiva digestione, mal di stomaco, gonfiore addominale, digestione lenta, stitichezza, problemi epatici, diabete, magrezza, anoressia, cellulite, ritenzione idrica, eliminazione tossine, osteoporosi, cute (eczemi), cicatrici.
QUANDO USARLO	Al mattino e durante il giorno.
CONROINDICAZIONI	Agitazione, nervosismo, febbre, diarrea, infiammazioni acute, palpitazioni cardiache, sovraeccitazione fisica e nervosa
AFFINITA' ENERGETICA	Plesso solare (zona del torace sotto il diaframma)

Giallo

- ❑ Agisce sul sistema ghiandolare e linfatico (in cromopuntura usato con il complementare viola) – e sugli organi e apparati collegati - rinforza il sistema ghiandolare
- ❑ Porta benefici al tratto gastrointestinale: stimola la digestione ; aiuta ad eliminare le tossine attraverso il fegato e l'intestino.
- ❑ Nel corpo umano il giallo mette in movimento la linfa e favorisce il drenaggio dai centri linfatici. E' un ottimo depuratore del sangue, tonifica i nervi.
- ❑ La coppia giallo – oro agisce come riequilibrante del sistema nervoso ed è ottima per le patologie della pelle (insieme al blu)
- ❑ stimola l'attenzione e l'apprendimento, acuisce la mente e la concentrazione. Facilita l'autocontrollo, stimola efficacemente le facoltà superiori, dona lucidità cosciente,
- ❑ Esteriorizzante: per situazioni di chiusura, ristagno emotivo o intellettuale
- ❑ Anche la sfera spirituale viene stimolata dall'irradiazione con il colore giallo, rafforza l'intuizione



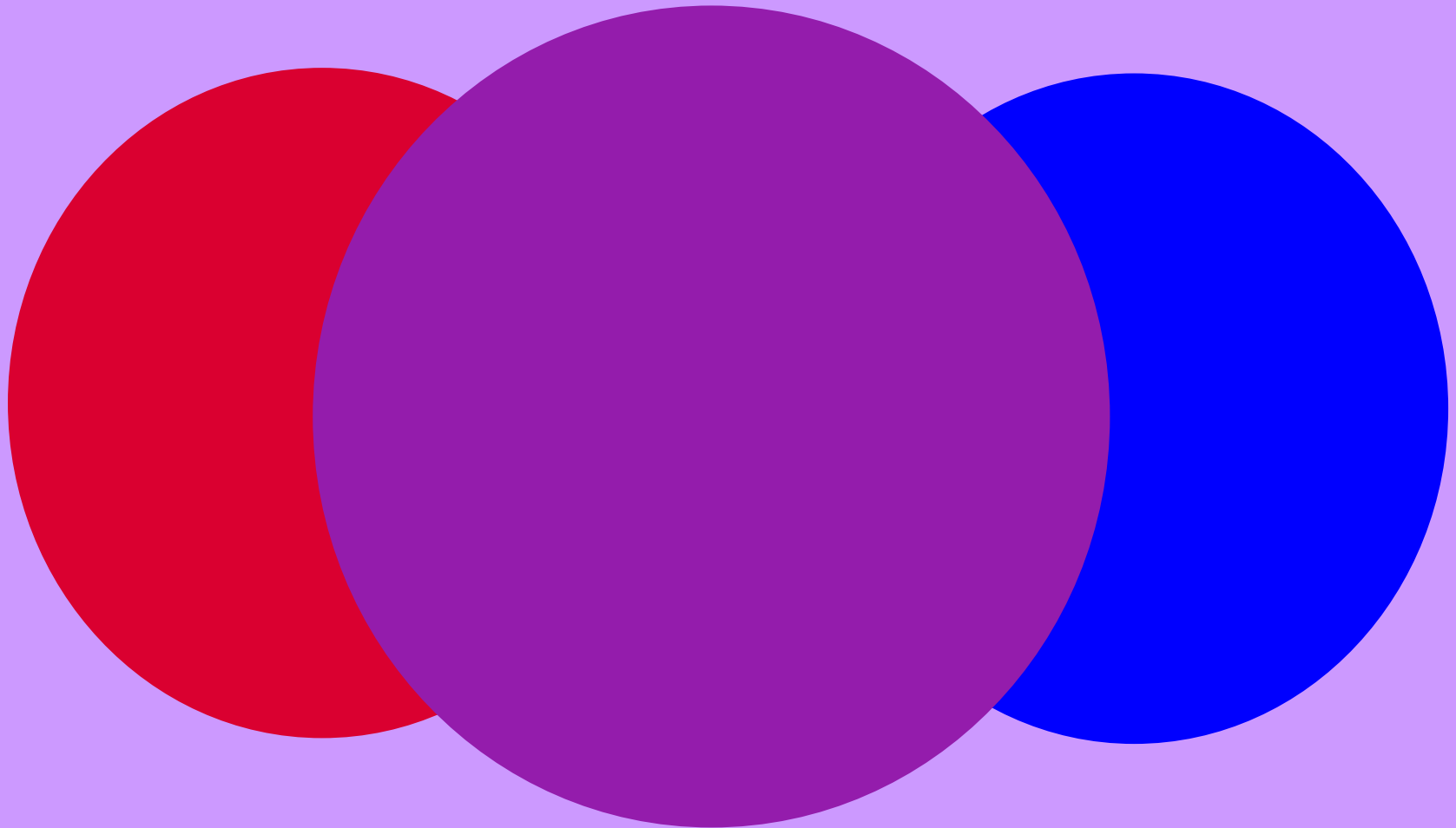
CONSIGLI PER RIATTIVARE L'ENERGIA GIALLA

- Passa del tempo al sole, percepisci il calore del sole sul tuo corpo
- Pratica dei semplici esercizi respiratori per far lavorare correttamente il diaframma
- Visualizza una luce gialla nel terzo chakra e senti come la tua postura cambia. Senti come cambiano le tue sensazioni;
- Vesti giallo, mangia cibi gialli, bevi acqua solarizzata gialla e circondati di oggetti gialli;
- usa dell'olio essenziale di limone, ylang ylang o zenzero o una miscela di questi
- scegli una pietra con una vibrazione gialla, come occhio di tigre o ambra; portala al collo o in tasca, captane l'energia;
- Guardando le altre persone che incontri, senti l'energia del tuo potere personale che si esprime attraverso lo sguardo
- ripeti il mantra «IO SONO»

VIOLA

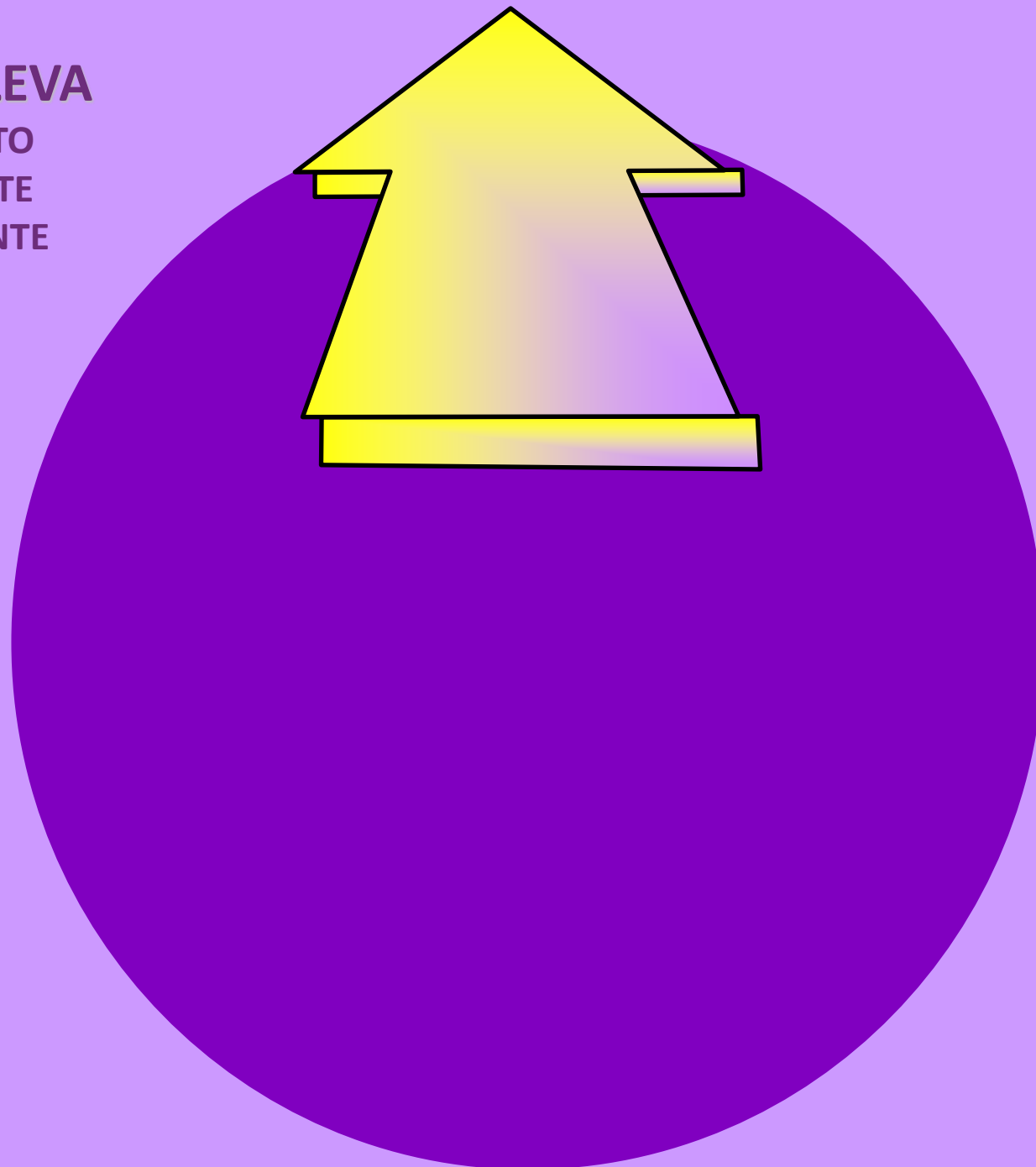
Il Viola e' un colore che tende ad allontanarsi da chi guarda... e' un rosso fisicamente e psichicamente piu' freddo... ha in se' qualcosa di malato, di spento, di triste.

Kandisky



II VIOLA ELEVA

MOVIMENTO
ASCENDENTE
E DISSOLVENTE



VIOLA

Caratteristiche principali

- **Colore freddo: alta frequenza; bassa penetrazione ; alto livello energetico**
- **Colore dei mondi diversi e innovativi, dell'intuizione artistica, dell'invenzione**
- **movimento intrinseco che porta verso l'alto: superamento dei limiti - trasformazione; trasmutazione;**
- **unione degli opposti superamento delle situazioni di dualita' - essere disposti a cambiare visione - non essere imprigionati in un modo di pensare - cercare una nuova via (terza via - somma delle due)**

VIOLA

ASPETTI DI LUCE:

GUARIGIONE - SPIRITUALITA' - SERVIZIO –
DEDIZIONE ED IMPEGNO VERSO ALTI
IDEALI - CORAGGIO DI ESPRIMERE NEL
MONDO I PROPRI VALORI - LIBERTA'
INTERIORE

ARMONIA TRA MASCHILE E FEMMINILE

RICONCILIAZIONE - PROFONDA CALMA
INTERIORE – MEDITAZIONE

TRASFORMAZIONE - TRASMUTAZIONE -
CONTEMPLAZIONE

VIOLA - ASPETTI D' OMBRA



PROFONDE FERITE

SEPARAZIONE - SOFFERENZA DOLORE – LUTTO
STATO DI INDIFFERENZA ED ESTREMO
DISTACCO CHE PORTA ALLA PROFONDA
SEPARAZIONE - DA SE' - DAGLI ALTRI - DAL
MONDO

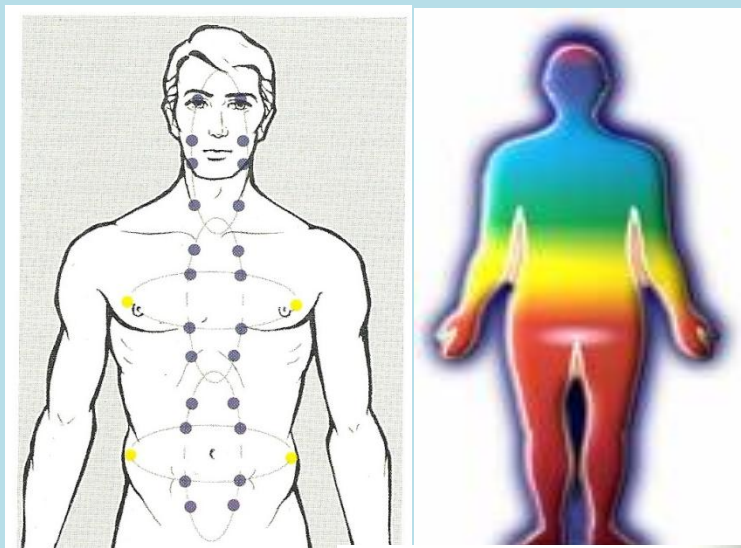
DISAGIO NELL'ACCETTAZIONE DELLA VITA SULLA
TERRA

PROFONDA INTROVERSIONE CON TENDENZA A
RITIRARSI NELLA NEVROSI E
NELL'IPERSENSIBILITA - PAZZIA
NON VOLER ESSERE IN QUESTO LUOGO
PROFONDA CHIUSURA

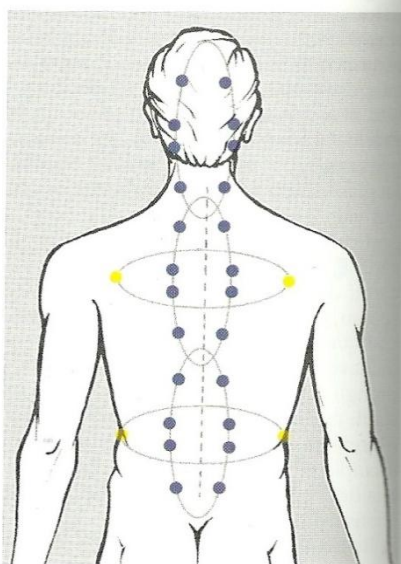
IPERCEREBRALITA'

OSSESSIONE MENTALE O RELIGIOSA –
FANATISMO - ORGOGLIO SPIRITUALE

VIOLA nella cromopuntura



Figg. 170, 171 - Punti nodali giallo-viola



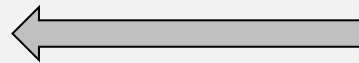
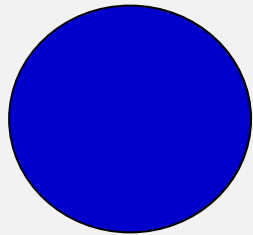
- **Azione calmante**, favorisce la disposizione al sonno, rilassa, lenisce,
- E' stato definito: la morfina dei colori
- Stimola la linfa e influenza la milza
- **RIEQUILIBRA LA MENTE E LA PSICHE** - utile per lo stress intellettuale, mentale
- Usato per tutti i disturbi mentali e neurologici e alterazioni della personalita'
- Normalizza l'attivita' endocrina e ormonale
- Calma l'iperattivita'; scioglie la tensione a tutti i livelli
- Utile per equilibrare la produzione di muco
- Depura il sangue e favorisce la produzione dei globuli bianchi
- Aiuta la crescita spirituale

Viola: proprietà ed effetti

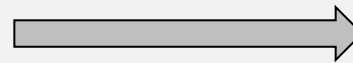
PROPRIETA'	Colore freddo, connesso alla SPIRITUALITA'. Rappresenta la CONSAPEVOLEZZA, MISTICISMO, LE NUOVE APIRAZIONI, I TALENTI, LA CREATIVITA' ARTISTICA, LA SEDUZIONE
EFFETTI SULL' ORGANISMO	Stimola la circolazione venosa, l'attività della milza, la formazione dei globuli bianchi. Regola la pressione sanguigna e la circolazione linfatica, cura i disturbi della vescica e le contusioni, distende i nervi e i muscoli.
EFFETI SULLA PSICHE	Stimola i pensieri e l'intelletto , calma i disturbi mentali e nervosi quando prevale irritazione ed eccitabilità.
TRATTI DELLA PERSONALITA'	CARISMATICO, UMANISTICO, ARTISTA, GENTILE, CORRETTO, FORTE MENTALMENTE, LEADER SPIRITUALE
UTILIZZO	Affaticamento mentale, nevrosi, irritabilità, nervosismo, traumi, ipertensione, insonnia, crampi, nevralgie, sciatica, reumatismi, dolori muscolari, caduta di capelli, malattie della cute, dermatosi, cefalee. Meningite epilessia, cistite ed infiammazioni della vescica, disturbi renali, della vescica, cellulite, vene varicose, infezioni. Modera l'appetito.
QUANDO USARLO	Preferibilmente la sera, prima di andare a dormire o durante il giorno, per stimolare la creatività e l'immaginazione, o se si svolgono attività spirituali (meditazione).
CONROINDICAZIONI	Depressione, tristezza, inappetenza, astenia, pressione bassa. Non usare se si è distratti o deconcentrati, in quanto si potrebbe alimentare la perdita del senso della realtà.
AFFINITA' ENERGETICA	Sommità del capo

Terapia con i colori complementari

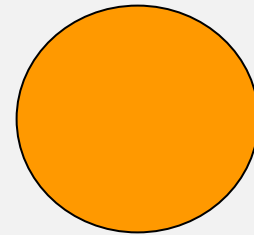
- **BLU-ARANCIONE:** rapporto di scambio tra l'effetto calmante (BLU) e quello stimolante (arancione)



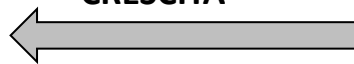
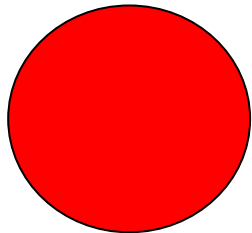
SEDARE



STIMOLARE

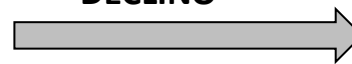


- **ROSSO_VERDE:** rapporto di scambio tra crescita (ROSSO) e declino (VERDE)



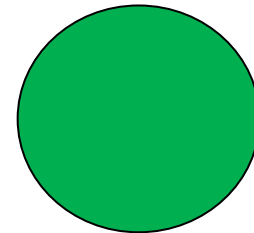
CRESCITA

AGGRESSIVO

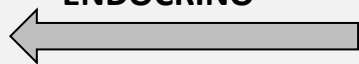
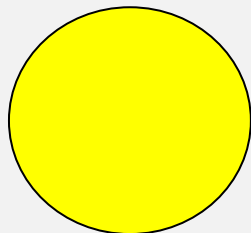


DECLINO

MITIGANTE

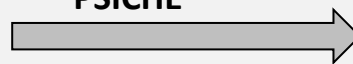


- **GIALLO-VIOLA:** rapporto di scambio tra mente razionale (GIALLO) ed emozione (VIOLA)



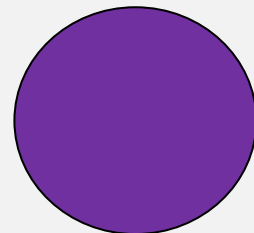
ENDOCRINO

RAGIONE

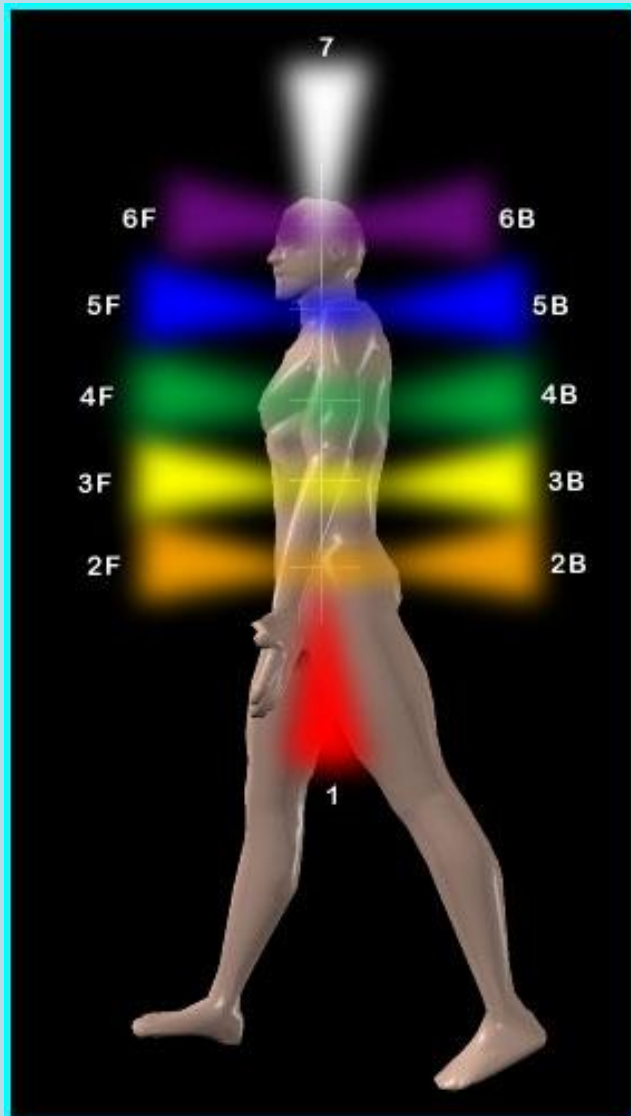


PSICHE

EMOZIONE



Centri energetici, colori, qualità



*... il colore e' un mezzo per
influenzare direttamente
l'anima.*

Il colore e' il tasto.

L'occhio e' il martelletto.

*L'anima e' il pianoforte con
molte corde.*

Kandisky - Lo spirituale nell'arte

