

KOLOROTERAPIA, CZYLI JAK KOLORY WPŁYWAJĄ NA NASZE ZDROWIE

Koloroterapia jest znaną od starożytności, bezpieczną metodą dostarczania harmonii i równoważenia energii w naszym ciele, umyśle i duchu. Chociaż niektórzy psychologowie sceptycznie podchodzą do wpływu kolorów na nasze życie, okazuje się, że kolor może mieć wpływ nie tylko na nasze samopoczucie, ale również na... kwestię pomysłnego zdania ważnych egzaminów.

Psychologia koloru

Badania psychologiczne i psychiatryczne przyczyniły się do rozwoju tzw. terapii barw.

Użycie koloru pomaga pacjentowi odnaleźć własną drogę wyrażania emocji.

- Najlepszym testem, który pozwala zdiagnozować stan emocjonalny pacjenta, okazał się stworzony w latach 60. test szwajcarskiego psychologa Maxa Lüschera.
- W książce „Color Test” umieścił seriami kilka kolorowych kart, których miały pomóc pacjentowi wyrazić swoje emocje i pokazać jego prawdziwy system psychologiczny.

Co symbolizują barwy?

W kwestii czynników, które wpływają na emocjonalny efekt oddziaływania barw, duże znaczenie ma to, z czym je sami kojarzymy (czy z czymś przyjemnym, przykrym, smutnym etc.) oraz ich symbolika.

W Polsce powszechnie przyjmuje się, że kolor:

- czarny – symbolizuje śmierć lub żałobę;
 - czerwony – miłość lub walkę;
 - biały – czystość lub niewinność;
 - żółty – zazdrość;
 - zielony – nadzieję;
- pomarańczowy – radość lub królewską władzę;
 - szary – ubóstwo, nędzę;
 - niebieski – wierność, spokój lub harmonię;
 - purpurowy – władzę lub godność i okazałość;
- fioletowy – godność, skromność, pokorę lub mistykę.

Koloroterapia, czyli lecznicze działanie kolorów

- Uzdrawiającą moc kolorów wykorzystywano już w starożytnym Egipcie i Chinach.
- Współcześnie koloroterapia stosowana jest zazwyczaj w medycynie naturalnej.
- Duży nacisk na kolor i jego znaczenie dla naszego zdrowia kładzie ajurweda (system medycyny indyjskiej).

Kolorowa pomoc.

Co mogą barwy? Okazuje się, że bardzo wiele...

Koloroterapia z powodzeniem jest stosowana do:

- Zwalczania problemów ze złą przemianą materii.
- Podnoszenia ogólnej odporności organizmu.
- Zwiększenia energii i poprawy samopoczucia.
- Wspomagania produktywności.
- Zwalczania nieśmiałości.
- Poprawy kondycji tkanek i skóry.
- Pobudzenia lub uśpienia.

- Ogrzania lub oziębienia.
- Podrażnienia lub ukojenia.
- Wznoszenia się na wyższe stany duchowe.
- Pogłębiania samoświadomości.
- Ujawniania stanu emocjonalnego, cech umysłowych i sekretów ludzkiej psychiki.
- Zmiany energii otoczenia i ugruntowania własnej pozycji.

C.d.n. Pozdrawiam,
Maria Gabryelczyk