



O que é e como funciona a Cromoterapia?

A Cromoterapia pode ser definida como o tratamento que, por intermédio das cores, estabelece o equilíbrio e a harmonia entre corpo, mente e emoções. Cada cor tem sua função terapêutica específica e atua em um chakra ou um órgão do corpo humano. Sendo assim, ao serem acionadas, as cores impactam fortemente nessas áreas, restabelecendo ou energizando tudo que está bloqueado ou em desequilíbrio no corpo, como as doenças, por exemplo.

O método é baseado nas sete cores do arco-íris - amarelo, azul, laranja, índigo, verde, violeta ou lilás e vermelho -, além do rosa. Cada cor possui uma vibração energética diferente e, à medida que se propagam em algum ambiente, causam efeitos curativos ou calmantes nesse espaço. Vale lembrar que não é só a visão que absorve a energia de uma cor. Todo o organismo possui capacidade de perceber e receber os efeitos da Cromoterapia. "não é só a visão que absorve a energia de uma cor. Todo o organismo possui capacidade de perceber e receber os efeitos da Cromoterapia."

COMO FUNCIONA?

Através da energia das cores, a Cromoterapia pode ajudar a trazer algumas qualidades importantes para a vida de uma pessoa. Veja o principal significado das cores:

Vermelho - intensa e estimulante, é indicada para afastar a depressão e o desânimo. É a cor das paixões, conquistas e sexualidade. Cuidado ao aplicá-la no quarto, pois pode tirar o sono, deixando a pessoa agitada.

Amarelo - muito viva, age sobre a mente, ajudando a raciocinar e mandar para longe os pensamentos obsessivos. É a cor da inteligência, do estudo e da criatividade;

Laranja - é restauradora e regeneradora, ajudando na recuperação emocional. É a cor da coragem, da reconstrução e da melhora;

Verde - é calmante e traz equilíbrio. O verde tem a capacidade de melhorar qualquer condição física negativa e energiza o corpo e a alma. É a única cor que não possui nenhuma contra-indicação;

Azul - traz paciência e serenidade, ajudando a tranquilizar o corpo e a mente. É indicada nos casos de insônia e estresse, pois ajuda a melhorar a qualidade do sono;

Índigo - ajuda a equilibrar as energias e trabalha a intuição, além de contribuir para a limpeza e purificação de ambientes;

Violeta ou lilás - é uma cor muito espiritual e mística, ajudando quem está desequilibrado emocionalmente e descrente. Quando usada em casa, ela limpa e isola os ambientes da má vibração;

Rosa - traz afeto, amor e união. Ajuda particularmente no equilíbrio dos relacionamentos pessoais e profissionais.

ORIGEM

O tratamento de doenças por meio das cores vem sendo feito desde 2800 a.C, nos povos da antiguidade, como gregos, egípcios, chineses e indianos. Essas culturas utilizavam pedras preciosas e flores para curar os doentes.

Atualmente, hospitais de vários lugares do mundo já utilizam a Cromoterapia em bebês prematuros, com o uso da luz ultravioleta. Além disso, a técnica que usa as cores é reconhecida desde 1976 pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como uma das principais terapias complementares.

APLICANDO NO DIA A DIA

Cada cor atrai um tipo de energia fundamental para o funcionamento de nosso organismo. Para trazer as boas vibrações para sua vida, é possível trabalhar com as cores na meditação, fazendo visualização de feixes de luz entrando em seu corpo, ou em ambientes, comidas e roupas.

O ideal é que cada emoção ou parte do corpo seja trabalhada com um tipo específico de cor, de acordo com a necessidade de cada uma - assim, tanto o aspecto emocional quanto a parte física podem sair do desequilíbrio e voltar a funcionar de maneira natural. Vale lembrar que os efeitos da Cromoterapia dependem da intensidade com que as cores são utilizadas.