

<https://www.diariolasamericas.com/la-energia-los-colores-cromoterapia-n4184813>

### **La energía de los colores (Cromoterapia)**

20 de septiembre de 2019 - 14:09 - Por ALINA RUBI

Los colores no solo mejoran nuestra salud física, al tener propiedades terapéuticas en función del tono cromático utilizado, pueden aliviar el estrés, la ansiedad y la depresión

- 
- 
- 
- 



**La magia del color ha acompañado a los seres humanos desde la antigüedad.**  
Imagen Hans Braxmeier / Pixabay

Los colores son vitales para nuestra vida, básicos en las modas, a la hora de seleccionar algún accesorio o decoración, pero lo primordial es que reflejan nuestras emociones. Los colores que nos rodean influyen en nuestro cuerpo, desde los alimentos que comemos, la ropa con la que vestimos, el color de nuestras paredes, etc. La magia del color ha estado presente en los seres humanos desde la antigüedad. Los griegos eran conocedores de los cambios biológicos en el organismo cuando se usaba el tratamiento con colores y los egipcios usaban los colores mediante los cuarzos y pinturas como base para diferentes tratamientos. Muchas civilizaciones adoraban el sol porque sus rayos contienen todos los colores del espectro.

El concepto de aplicar el color para obtener un efecto sanador en los seres humanos se remonta al médico y filósofo musulmán Avicena quien demostró que el uso de los colores era primordial para tratar padecimientos, estableciendo los preliminares de la

Cromoterapia. La terapia con colores o cromoterapia fue vista con recelo por científicos hasta que volvió a renacer en el siglo XX. El mérito se lo lleva el químico, físico y doctor hindú Dinshah Ghadiali, considerado el padre de la Cromoterapia moderna, quien creó una enciclopedia de tres tomos en el año 1933 indicando tratamientos para 316 enfermedades con mezclas de colores.

Los colores no solo mejoran nuestra salud física, al tener propiedades terapéuticas en función del tono cromático utilizado, pueden aliviar el estrés, la ansiedad y la depresión. Un ejemplo común es su aplicación en el tratamiento de la ictericia neonatal, a través de una luz azul se ayuda al bebé a reducir la bilirrubina, sustancia metabólica que hace que la piel tenga un tono amarillo. Esta sustancia en grandes proporciones puede dañar el cerebro del bebé.

Cada uno de los colores tiene un efecto específico para cada parte del cuerpo humano. Los colores no deben ser usados al azar, sino que cada uno tiene su función y significado:

**Rojo:** Ayuda a superar pensamientos negativos. Activa la energía. Ayuda a personas que padecen de decaimiento y pasividad. Incrementa la circulación sanguínea. Puedes utilizarlo en pequeñas dosis en tus espacios para activar el ánimo y la pasión

**Verde:** (se considera universalmente el color de la salud) Color relajante. Promueve la alegría, confianza y esperanza. Ayuda a equilibrar el cuerpo y en el ambiente. Estabiliza emociones y aumenta las defensas del organismo.

**Azul:** Color relajante que ayuda a aclarar la mente. Actúa contra el estrés y el insomnio. Ayuda en tratamientos de las glándulas tiroideas y paratiroides, garganta y cervical. Puedes usarlo en tus espacios para generar calma, paz y armonía.

**Violeta:** Color de la intuición y la espiritualidad. Ayuda en problemas emocionales como depresión e insomnio. Elimina toxinas físicas o energéticas. Puedes usarlo en tus espacios para trabajar la inteligencia y la intuición.

**Amarillo:** Estimula el cerebro y mejora los reflejos. Ayuda en la digestión y mejora el estreñimiento. Es el color de la alegría y la seguridad. Puedes usarlo en tus espacios para equilibrar las vibraciones.

**Naranja:** Ayuda a lidiar con pérdidas emocionales, mejora problemas de calambres, artritis e inflamaciones. Puedes usarlo en tus espacios para activar nuevos proyectos y estimular la fluidez del dinero.

**Plata:** Color de paz y perseverancia. Ayuda psicológicamente a lidiar con problemas del pasado.

**Oro:** Considerado el color más fuerte para curar enfermedades, te conecta con altas vibraciones energéticas. En tus espacios puedes usarlo para activar la abundancia.

**Blanco:** (Aunque técnicamente el blanco no es un color, ya que es el resultado de la mezcla de todos los colores en proporciones iguales) Purifica el cuerpo. Genera y paz equilibrio. Tus espacios se mantendrán limpios y en armonía perfecta.

**Negro:** Aumenta la autoconfianza. Actúa como protector de malas energías, no debe usarse en altas dosis para evitar estancamientos y bloqueos.

**Rosa:** Ayuda a pensar positivamente, sin restricciones. Ayuda en conflictos de confianza, contra la agresividad. Úsalo en tus espacios para generar simpatía y amor por lo que te rodea.

“El color es la lengua materna del subconsciente” Carl Gustav Jung