



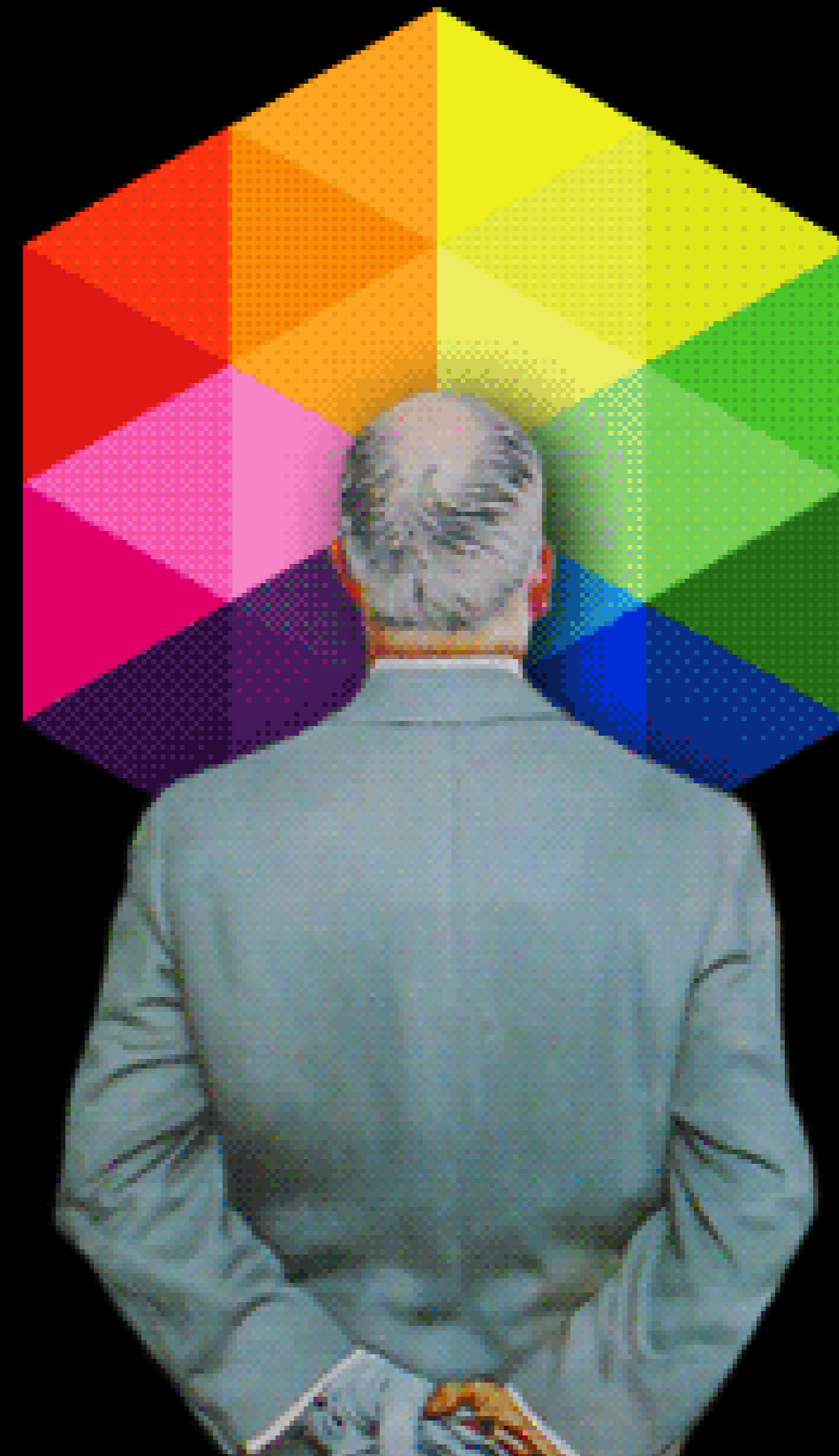
# CROMOTERAPIA

# O PODER DAS CORES

As cores exercem um enorme poder em nossa vida. Podem estimular ou desestimular certos estados mentais. São capazes de nos fazer sentir, extraordinariamente, bem ou mal.

1. Por que você prefere certas cores?
2. Por que certas cores fazem você sentir emoções?
3. Como você sabe, as cores existem. Você as enxerga e as percebe da mesma forma?
4. Como utilizar as cores em seu benefício?
5. Por que as cores existem?

Neste módulo, você expandirá a consciência para as possibilidades e capacidades dos estímulos luminosos coloridos que existem à sua volta



# Literatura

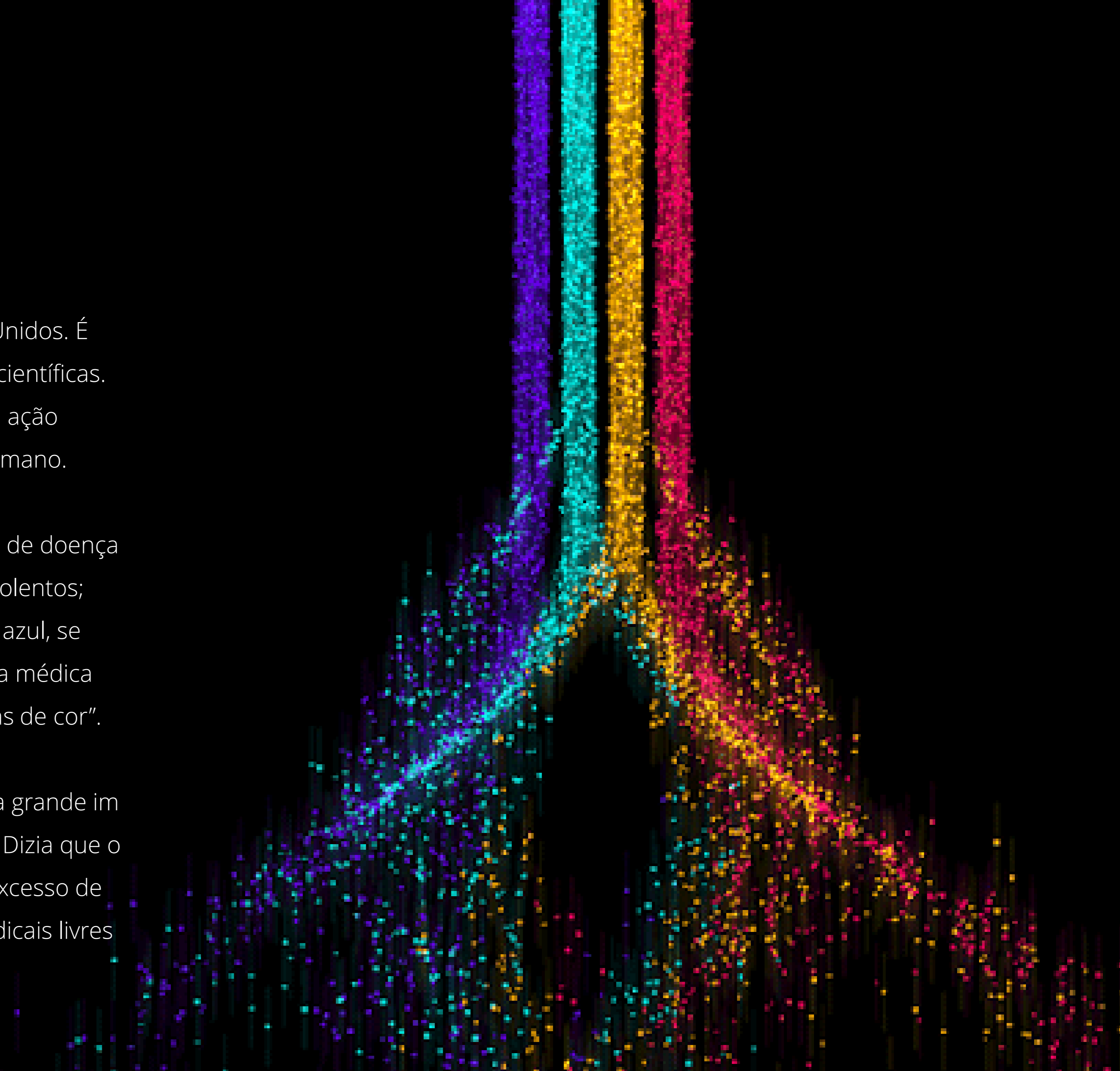
DINSHAH GHADIALI ,

é médico indiano, residente em New Jersey, Estados Unidos. É considerado o estruturador da Cromoterapia em bases científicas.

Esse médico descobriu os princípios que explicam a ação terapêutica de cada cor sobre o organismo do ser humano.

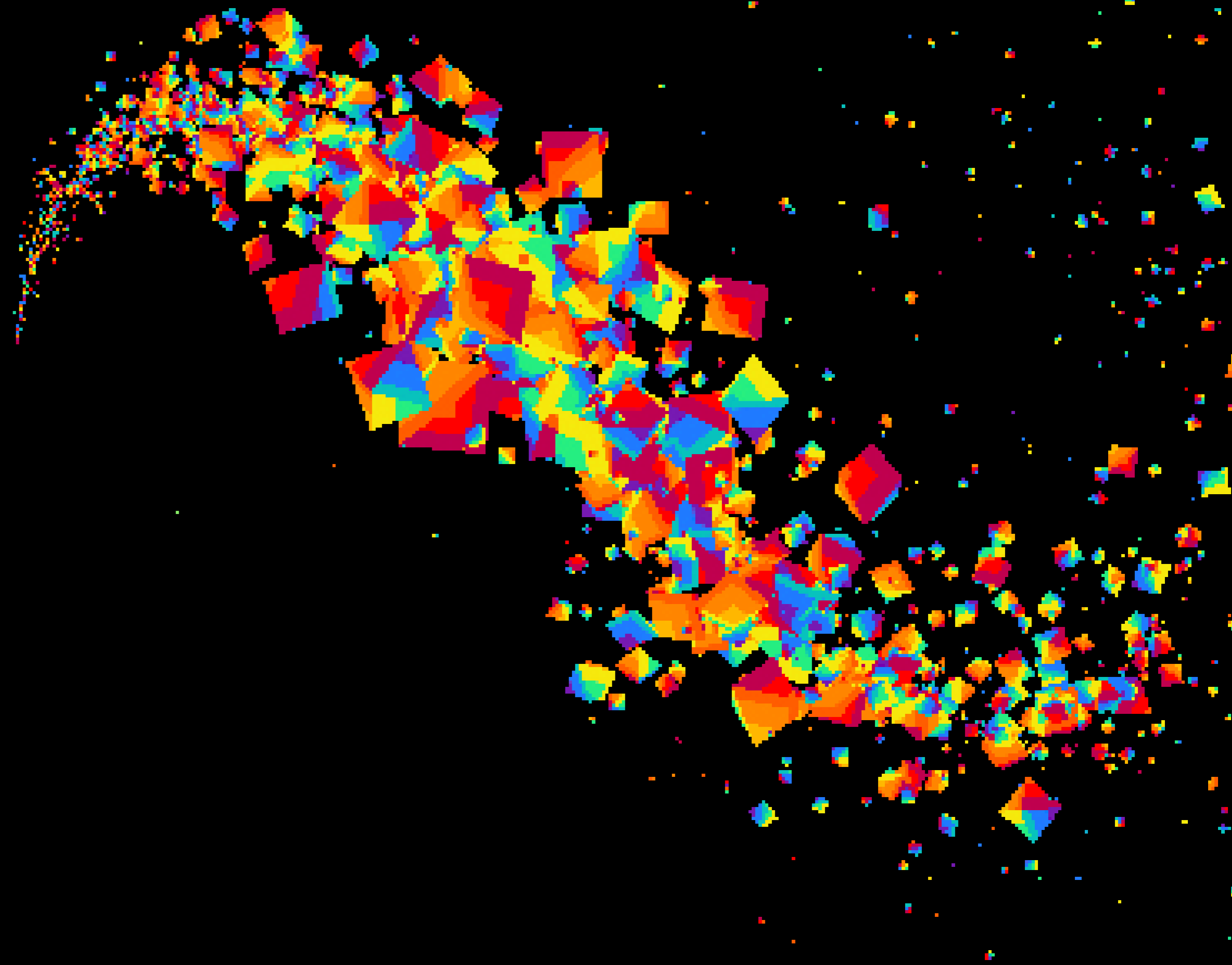
EDWIN BABBITT . Ele observou que pacientes portadores de doenças mentais, em contato com o raio vermelho, ficavam violentos; enquanto que, colocados sob a influência da vibração azul, se acalmavam. Concluiu o Dr. Babbitt: “Algum dia a matéria médica haverá de constituir-se a partir de substâncias carregadas de cor”.

MAC NAUGHTON Médico, em Londres, Inglaterra. Relata a grande importância da cor amarela na ativação do sistema linfático. Dizia que o azul produzia o oxigênio necessário para neutralizar o excesso de hidrogênio e de carbono, reduzindo (por oxidação) os radicais livres e alguns ions dissociados.



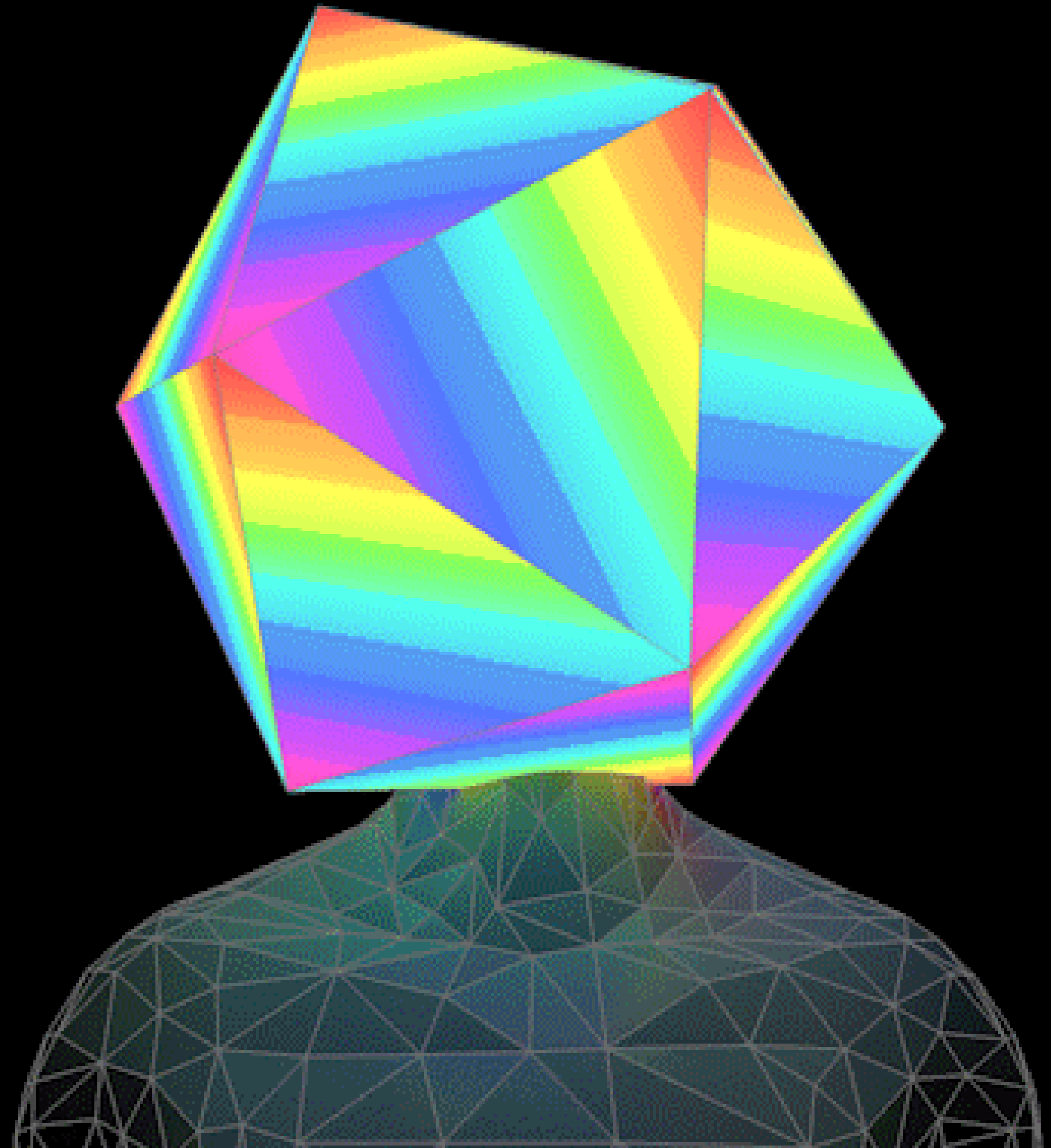
# Cromoterapia

A cromoterapia , às vezes chamada de colorologia ou cromaterapia , é um método de medicina alternativa considerado pseudociência . Os cromoterapeutas afirmam ser capazes de usar a luz na forma de cores para equilibrar a "energia" que falta no corpo de uma pessoa, seja nos níveis físico, emocional, espiritual ou mental.



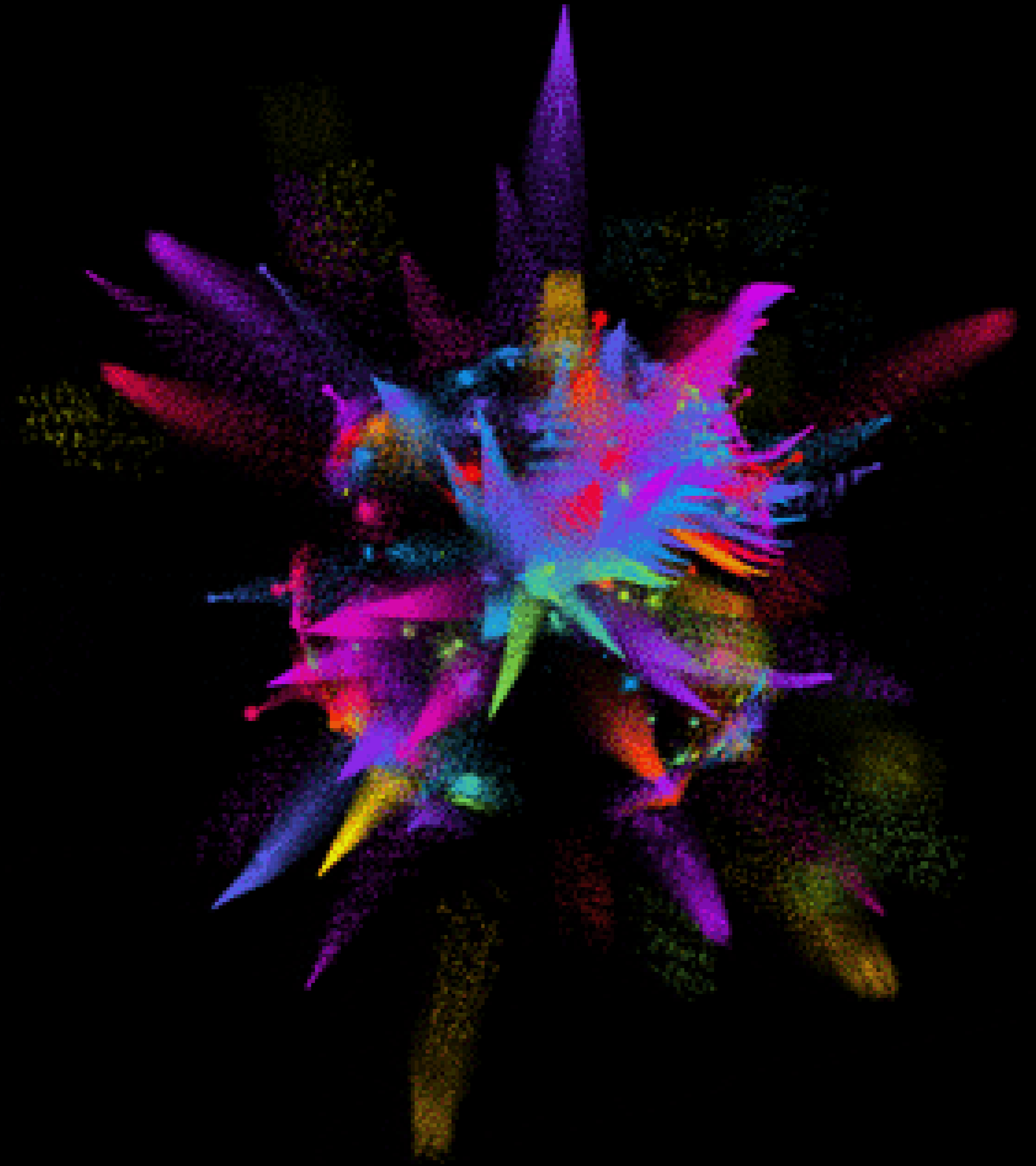
# Fotobiologia

Fotobiologia, o termo para o estudo científico dos efeitos da luz no tecido vivo, às vezes, tem sido usado no lugar do termo cromoterapia em um esforço para distanciá-lo de suas raízes no misticismo vitoriano e despojá-lo de suas associações com o simbolismo e a magia. A terapia de luz é uma abordagem de tratamento específico que usa luz de alta intensidade para tratar distúrbios específicos do sono, da pele e do humor.



# Fotossíntese

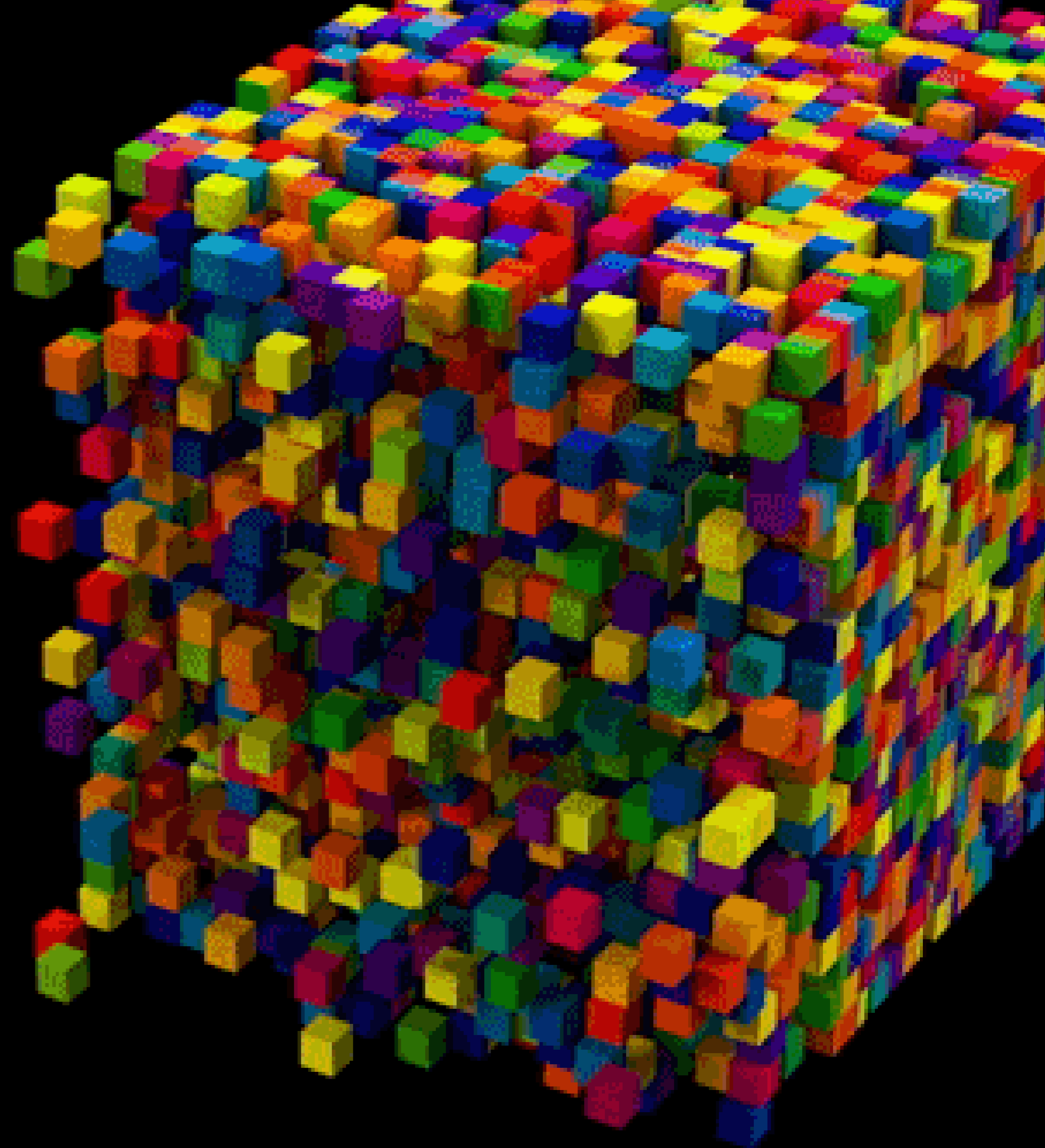
A fotossíntese é definida como uma série de reações bioquímicas que as células fototróficas realizam para transformar a energia da luz em energia química e armazená-la nas ligações carbono-carbono dos carboidratos . Como é amplamente conhecido, esse processo ocorre dentro do cloroplasto das células fotossintéticas das plantas, onde pigmentos que absorvem a luz podem ser encontrados embutidos nas membranas de estruturas chamadas tilacóides .



# Foto absorção

Processo pelo qual o ser humano absorve a energia solar (policromática) através da pele. Este processo é essencial para diversos processos dentro do corpo.

- 1- Produção de Vitamina D: Aumenta os níveis de cálcio, ajuda a prevenir a formação de doenças e previne doença autoimune
- 2 – Diminui o risco de depressão:
- 3 – Melhora a qualidade do sono: a luz do sol ajuda a regular o ciclo do sono.
- 4 – Protege o organismo contra doenças:
- 5 – Ficar bronzeado



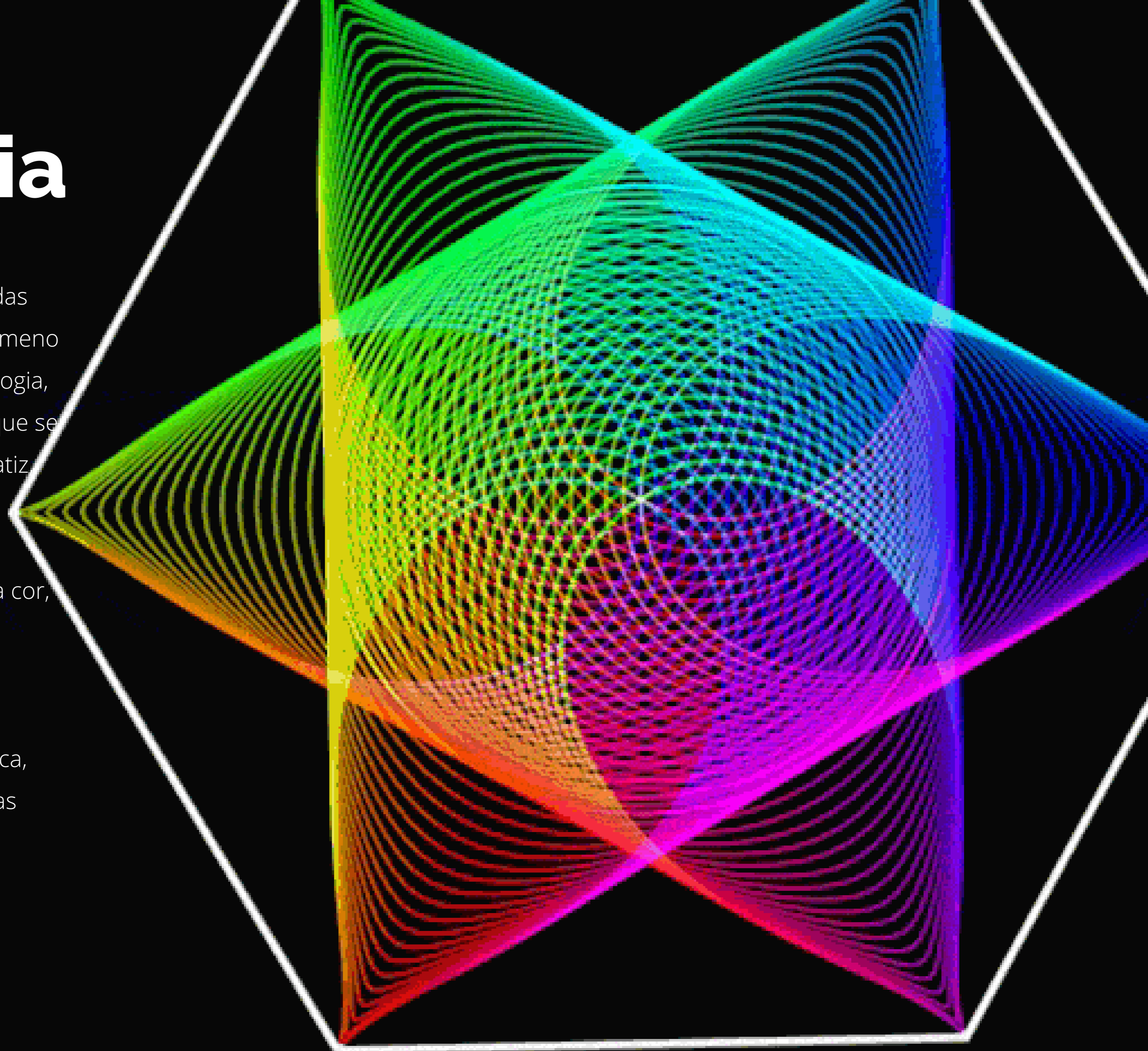
# Colorimetria

Colorimetria é a ciência do conjunto de tecnologias envolvidas tanto na quantificação quanto na investigação física do fenômeno de percepção de cores pelos seres humanos. Em sua etimologia, tem-se do latim COLOR (cor) e METRIA (medida) sugerindo que se trata da mensuração da temperatura da cor, seu grau de matiz, saturação e luminosidade.

Relaciona-se à medição do espectro referente à radiação da cor, seja emitida em luz ou refletida.

Os aspectos psicológicos da cor são objeto de estudo da psicologia da cor e seu estudo, dentro da composição estética, pertence à cromática, ciência que estuda a harmonia entre as cores.

Em suma, a Cromática estuda as cores em suas dimensões.







# COMO ENXERGAMOS?

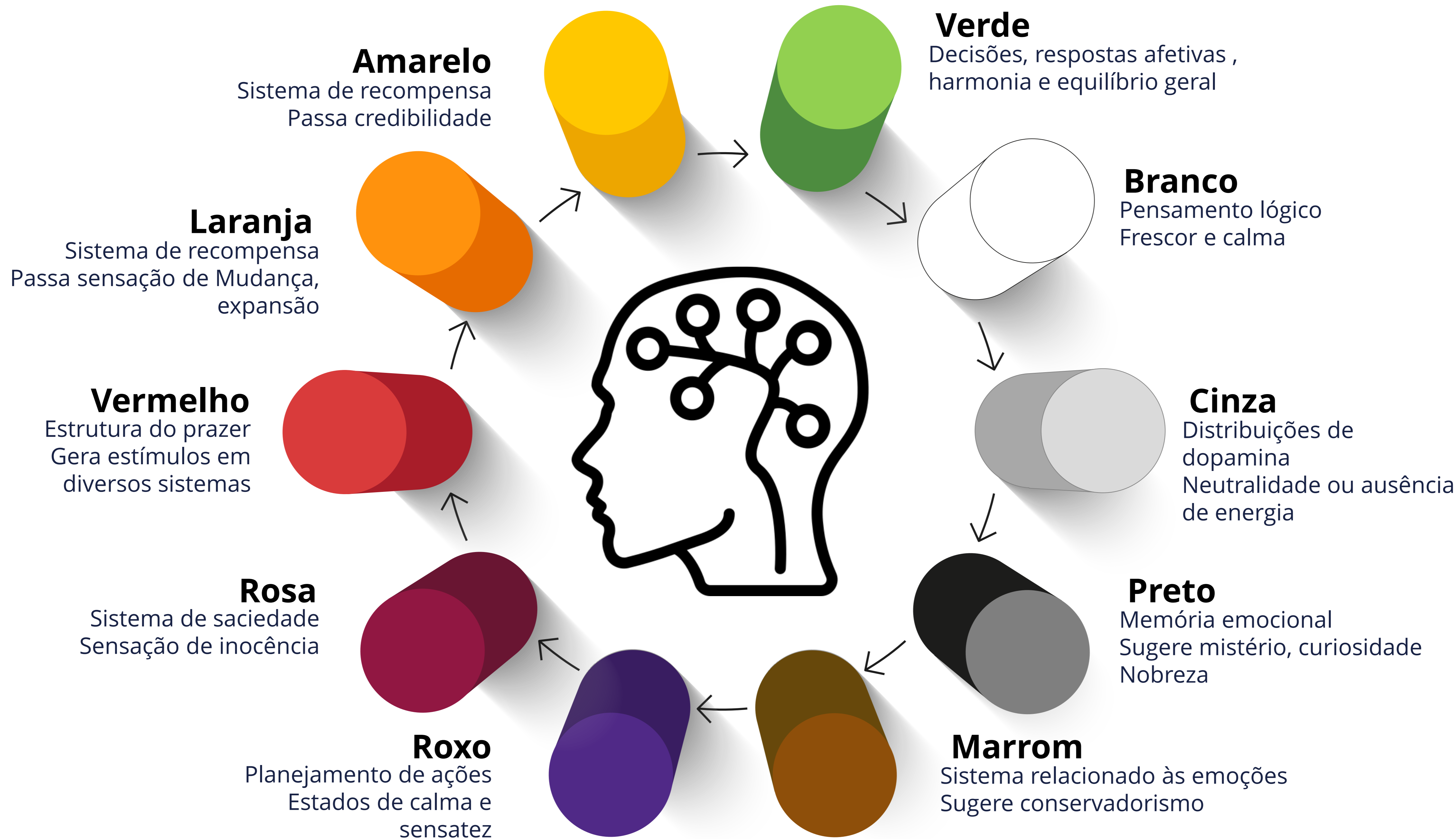


•  
•

APOSTILA

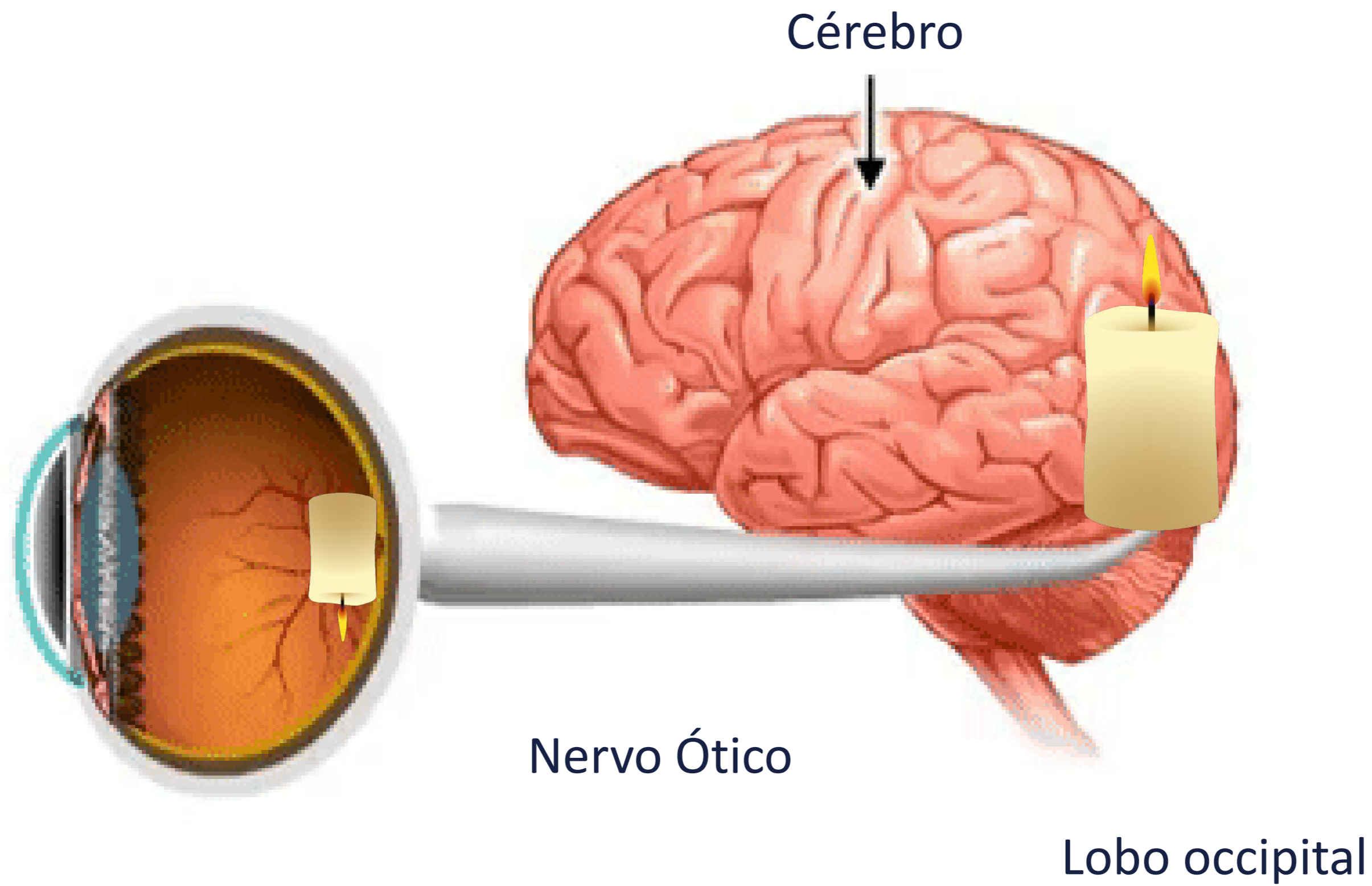
CROMOTERAPIA

10





# Como nós enxergamos?

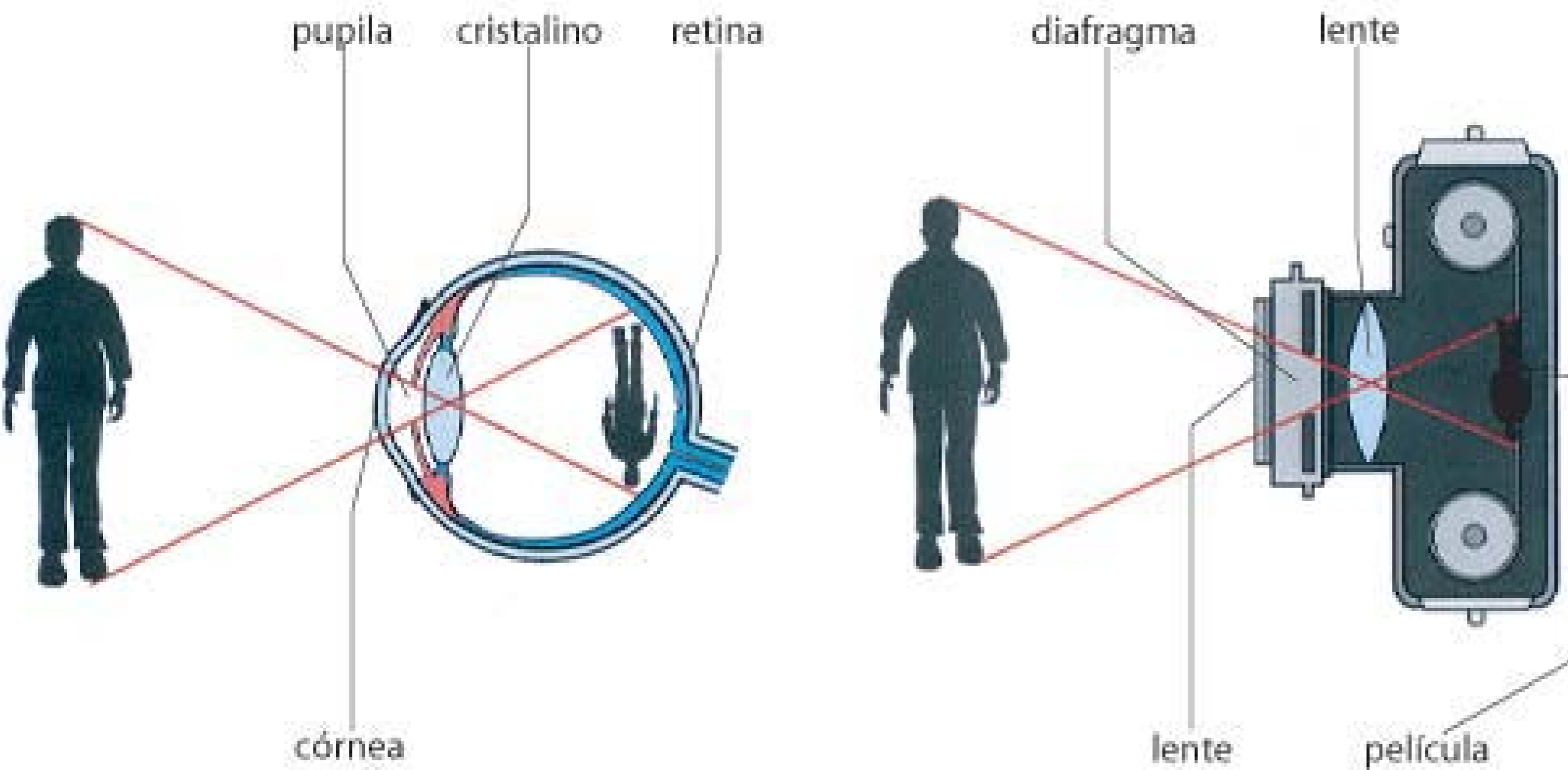


APOSTILA

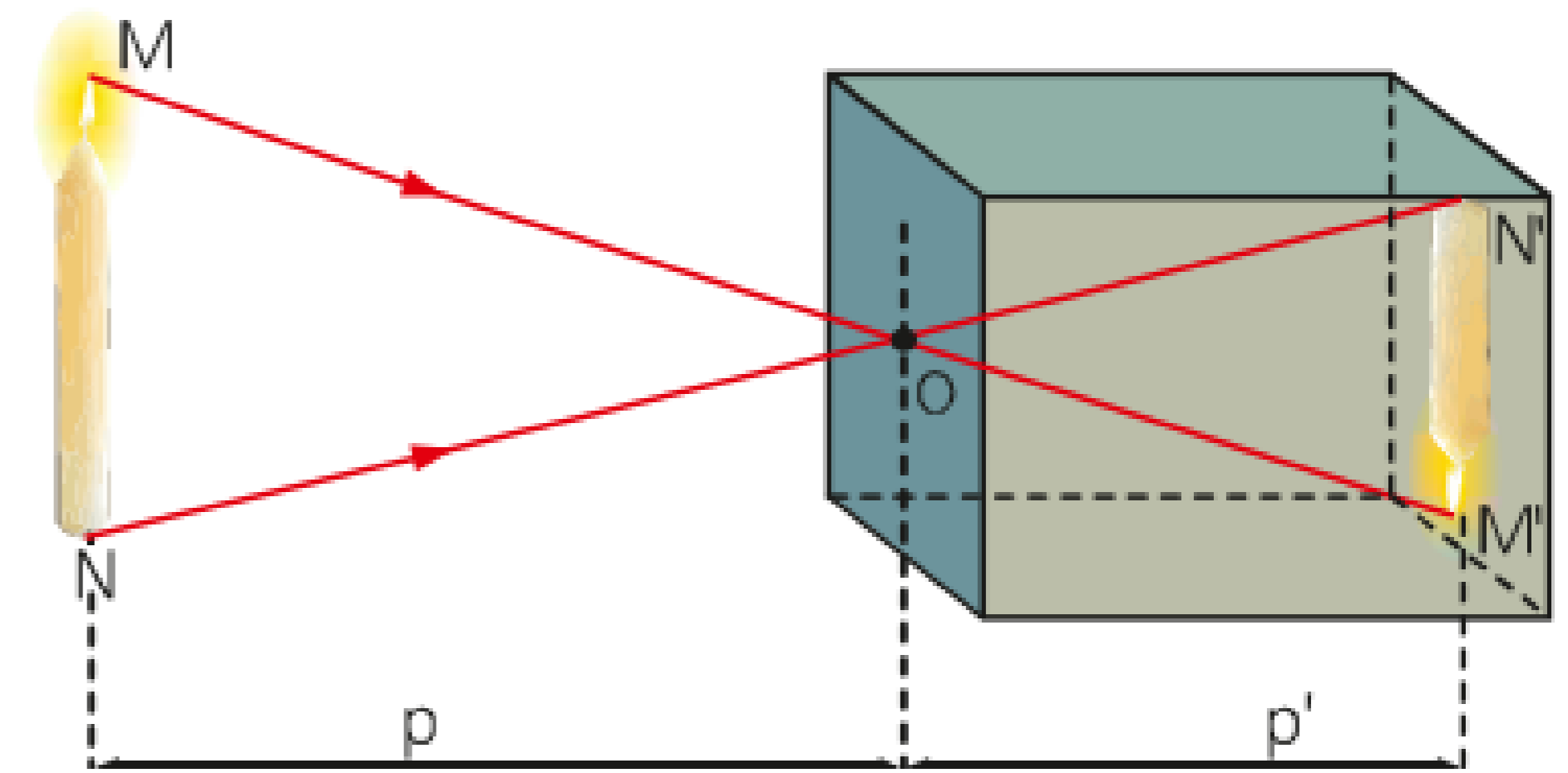
CROMOTERAPIA



...



**o olho e a máquina fotográfica**





100%



# Constituição

Temos apenas 4 tipos de receptores em nosso corpo, responsáveis por captar as cores do universo.

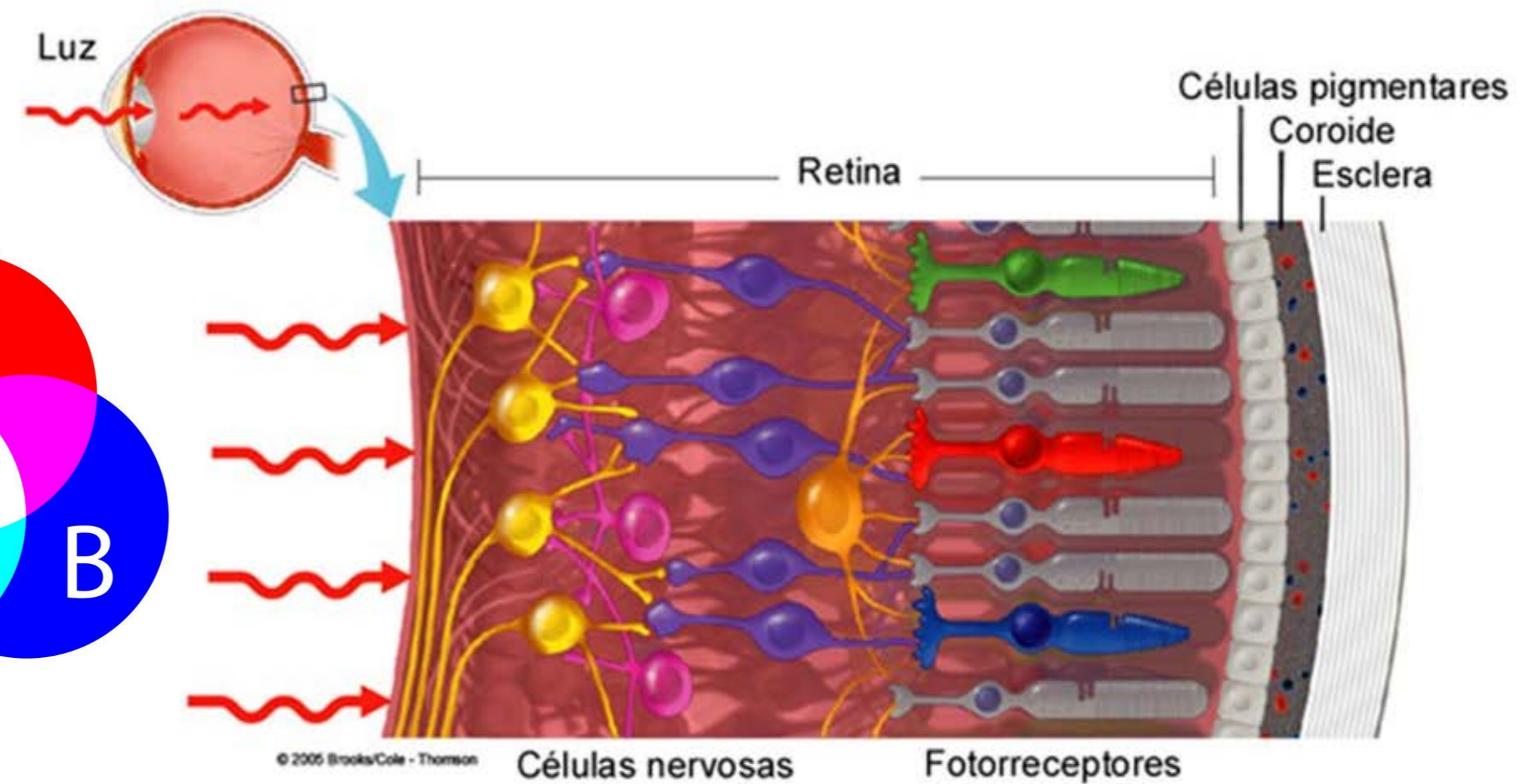
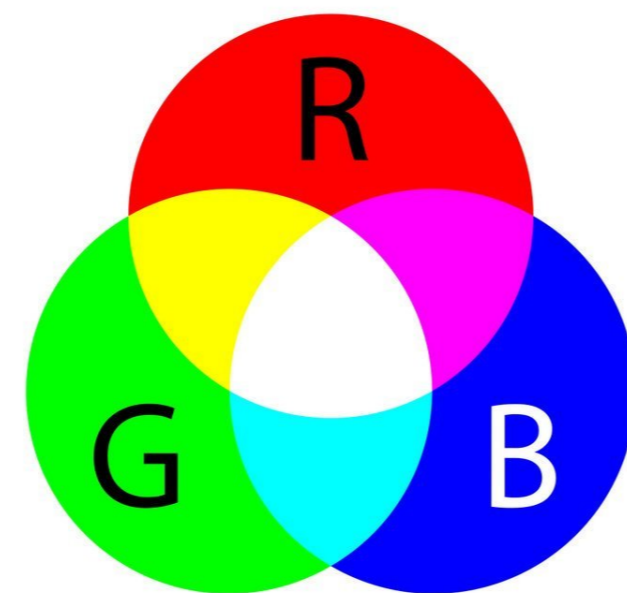


Foto Receptor	R Vermelho	G Verde	B Azul
Vermelho	✓	-	-
Verde	-	✓	-
Azul	-	-	✓

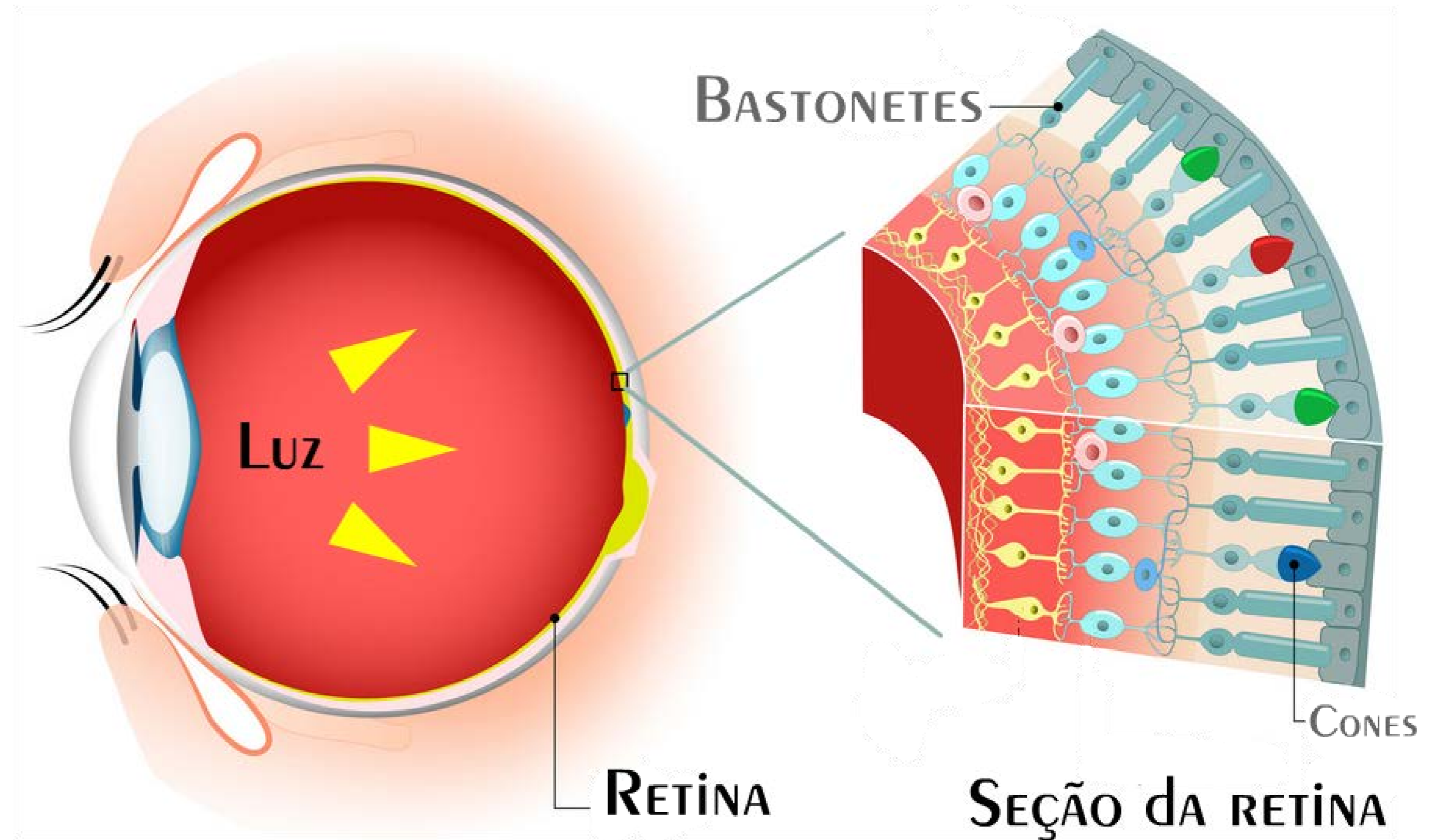


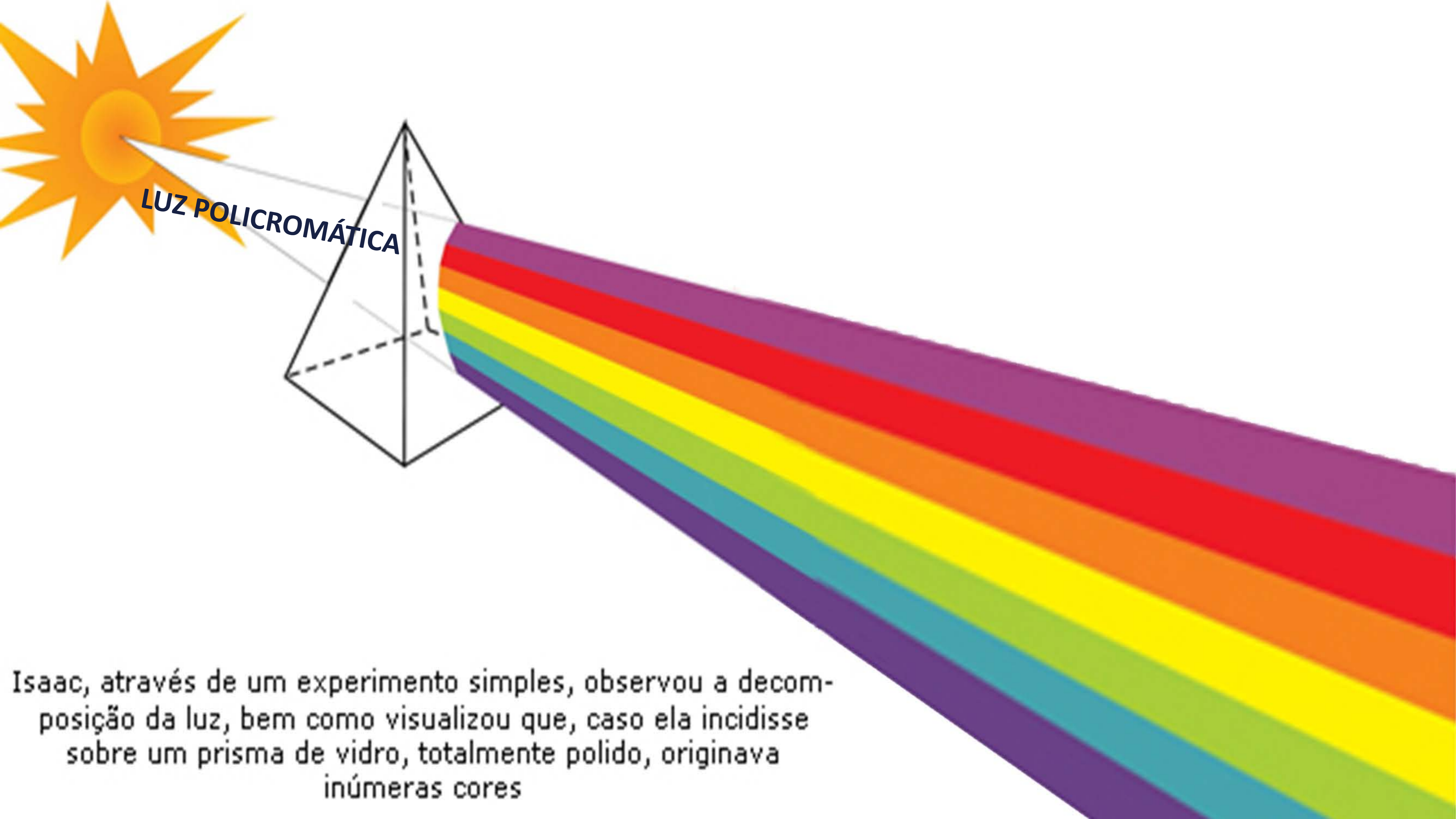


Os bastonetes são células que registram apenas a presença ou ausência de luz, sendo sensíveis ao movimento, forma, textura e pequenas variações da intensidade luminosa.

Cada bastonete contém milhões de moléculas de um pigmento sensível à luz chamado rodopsina.

É por meio deles que um observador pode ver objetos e formas em um ambiente pouco iluminado, a chamada visão noturna.





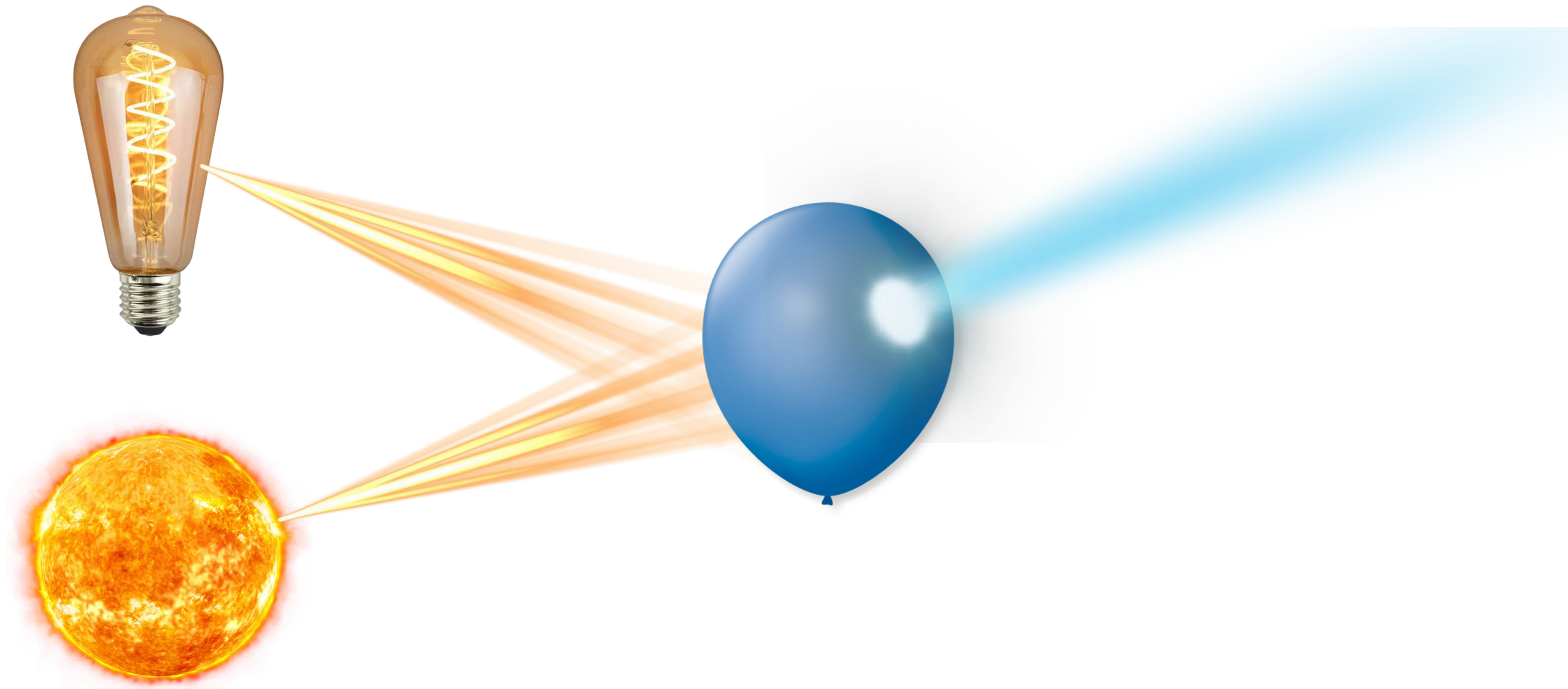
**LUZ POLICROMÁTICA**

Isaac, através de um experimento simples, observou a decomposição da luz, bem como visualizou que, caso ela incidisse sobre um prisma de vidro, totalmente polido, originava inúmeras cores



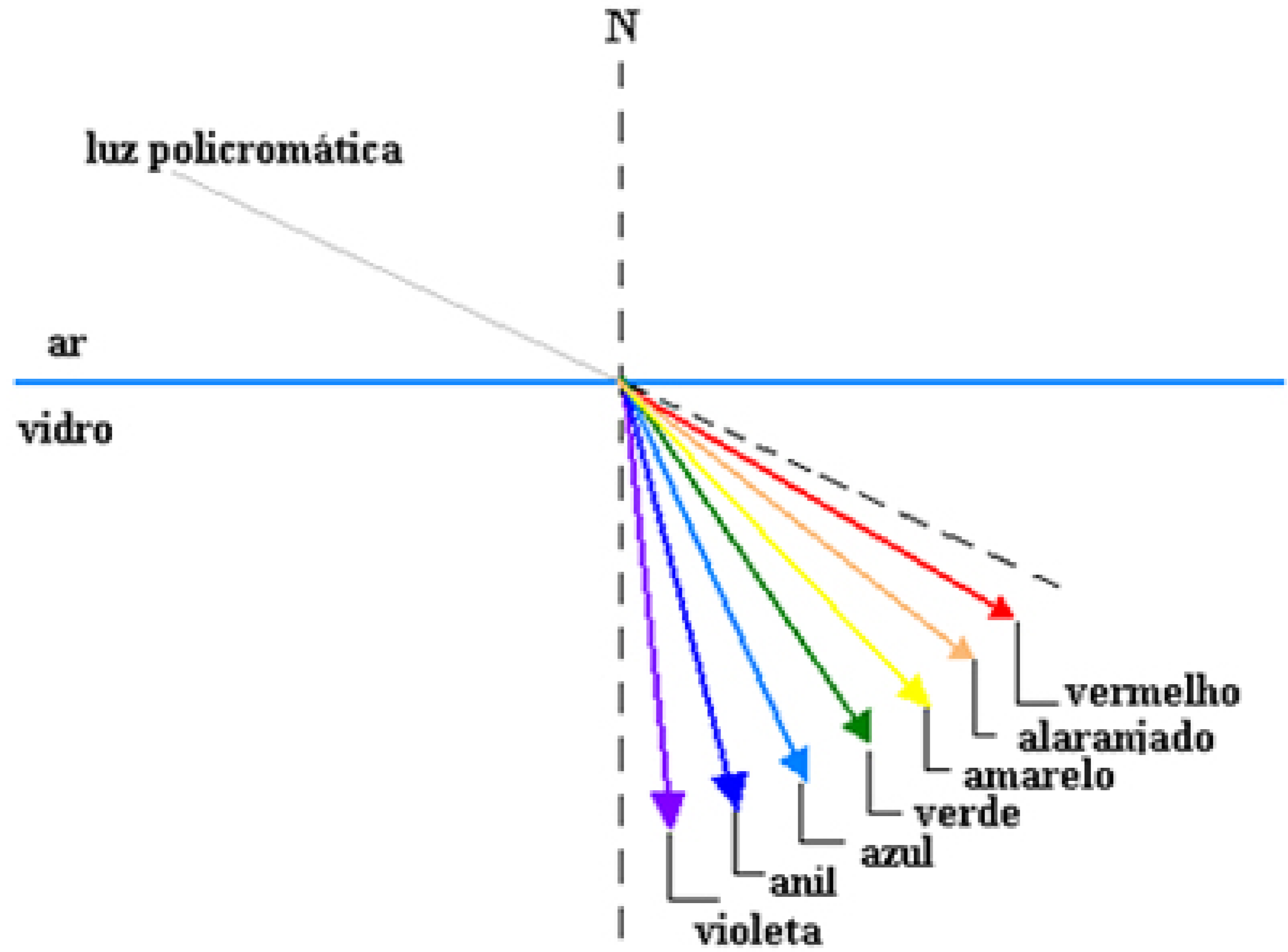
APOSTILA

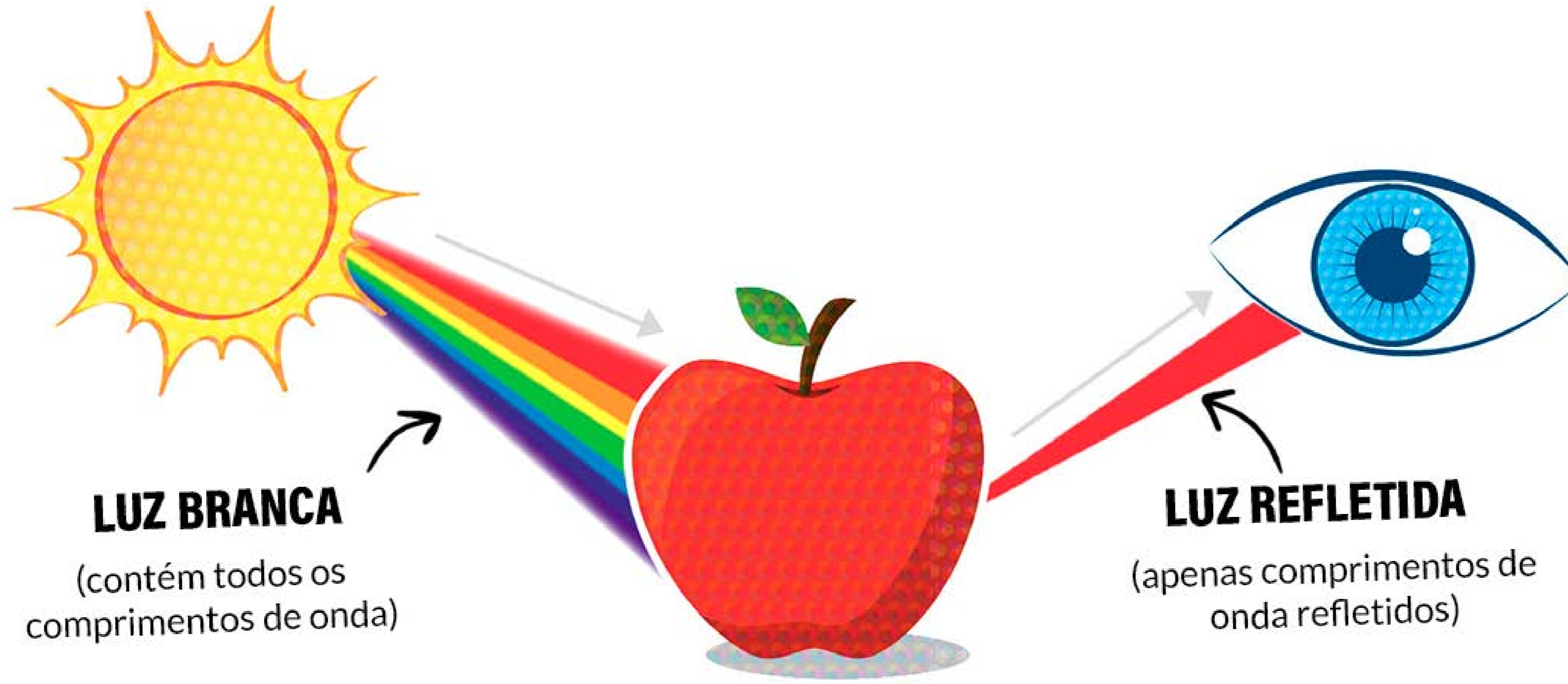
...



CROMOTERAPIA

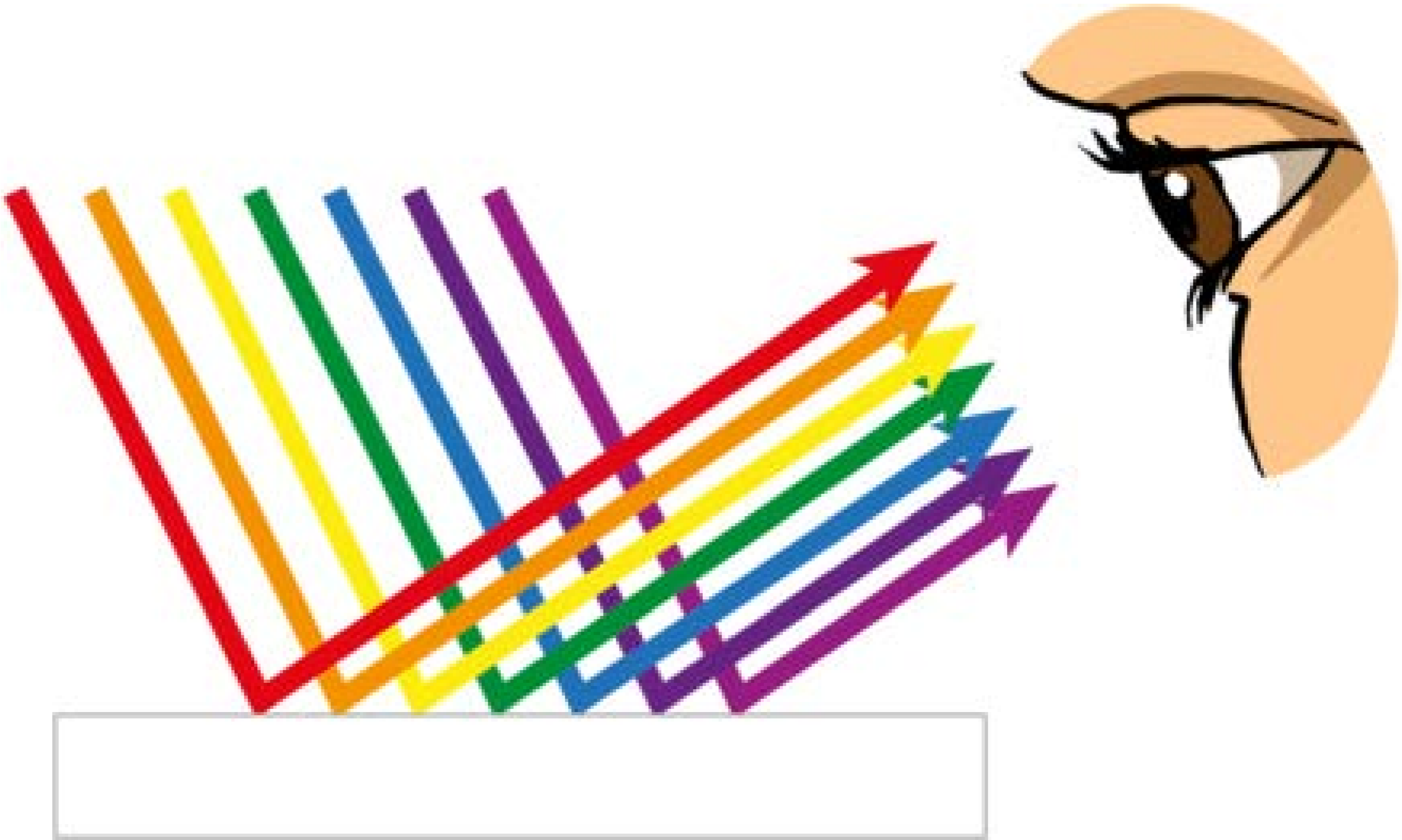






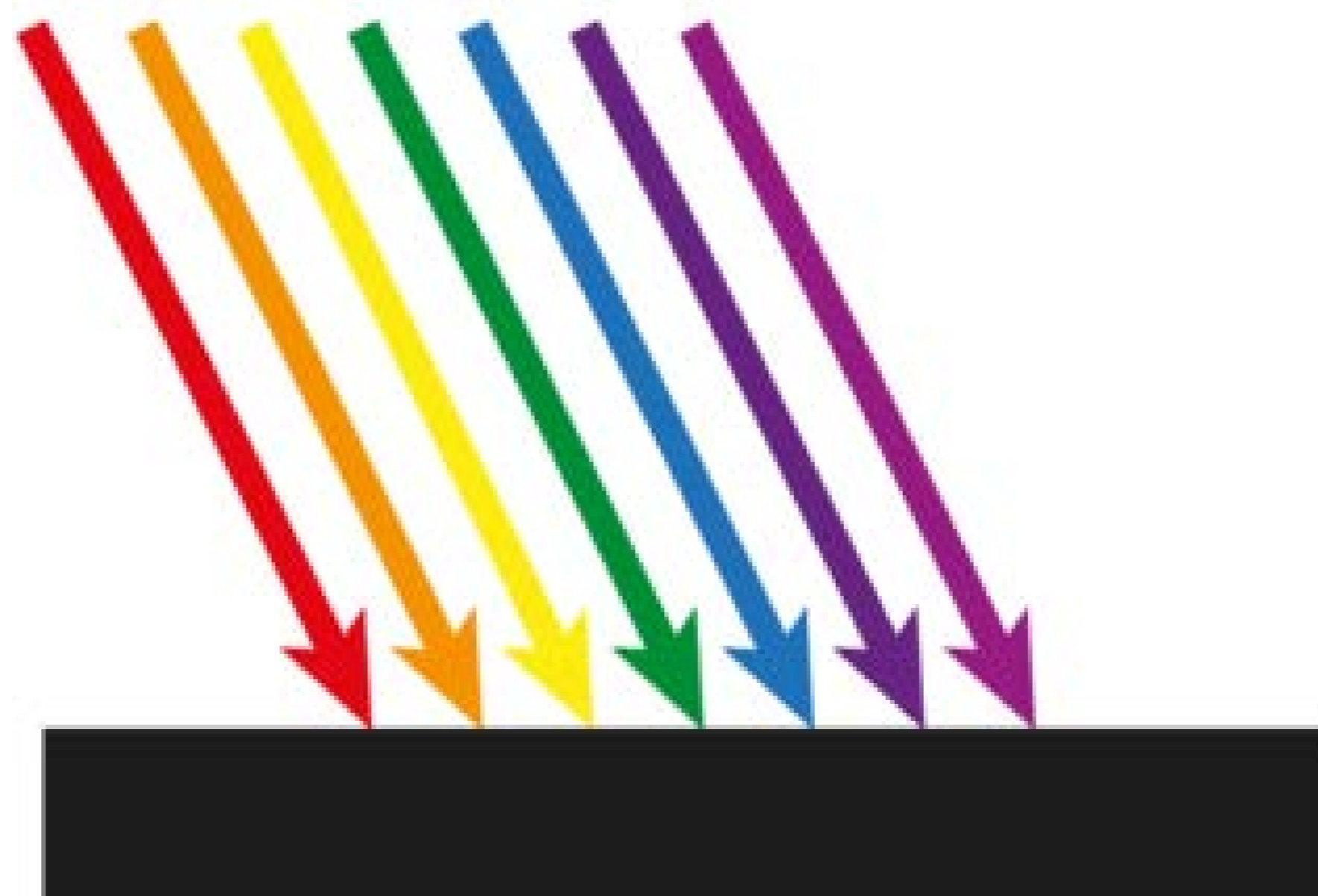


# Todos



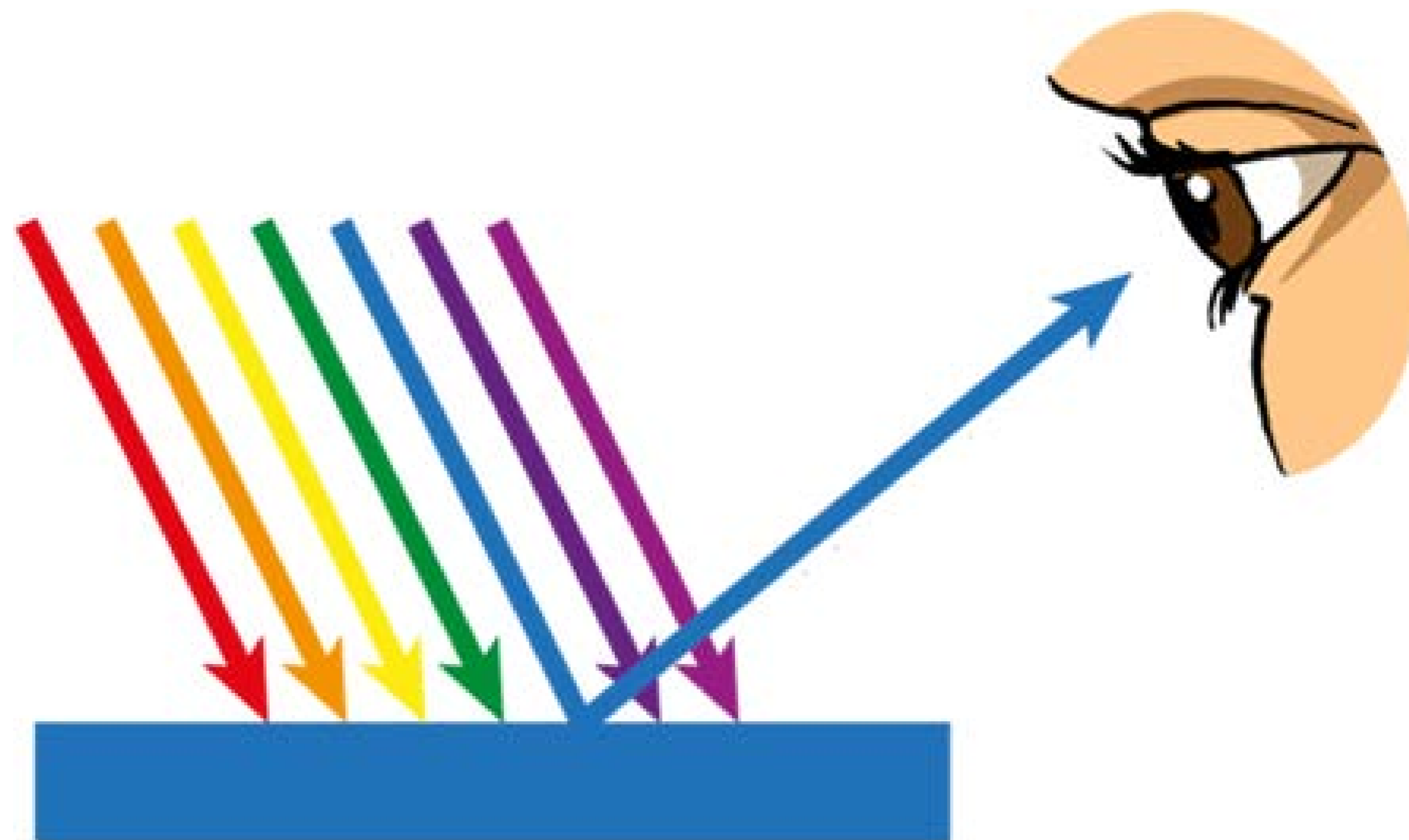


Preto  
=  
Nada





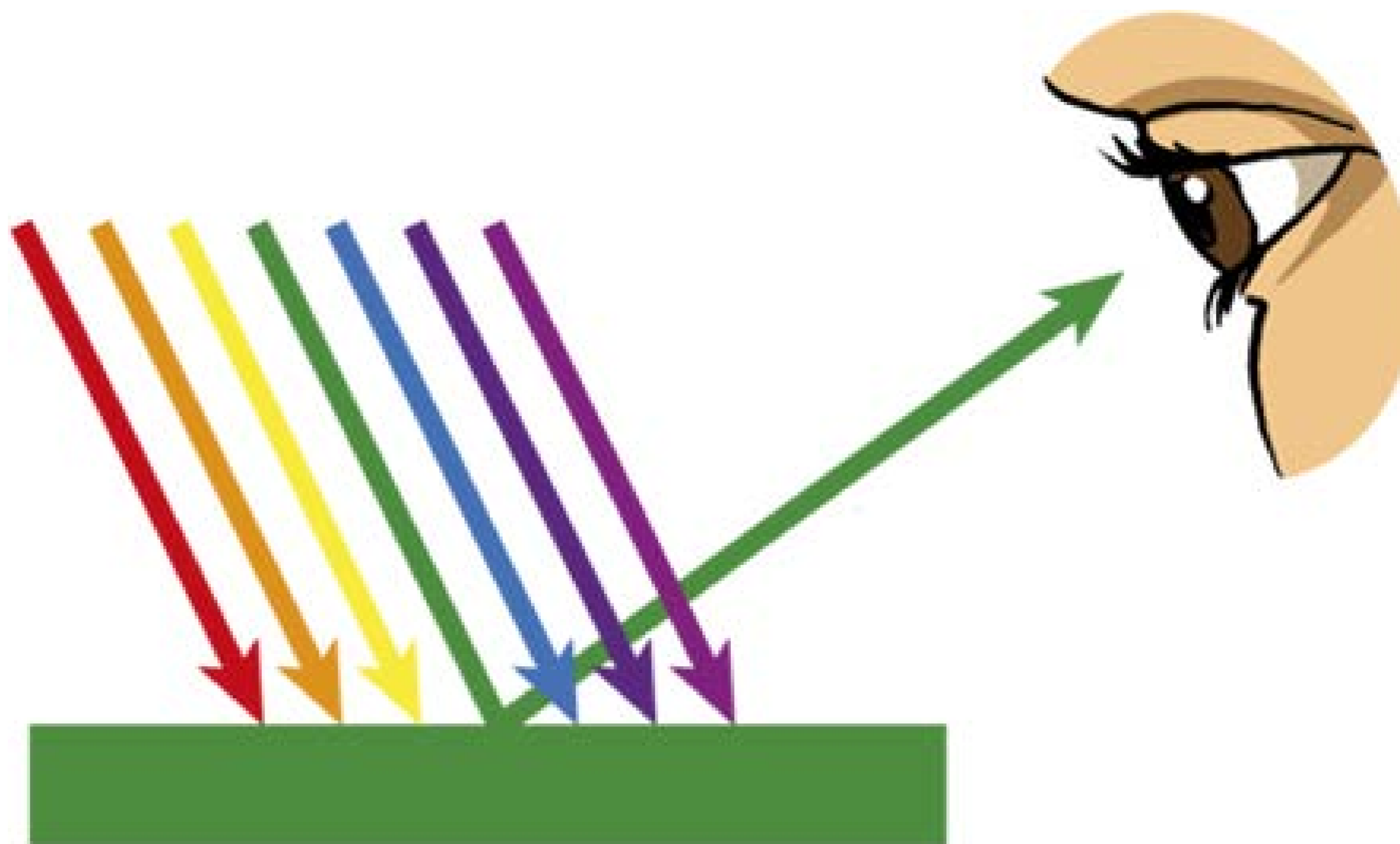
Azul  
=  
Azul



⋮



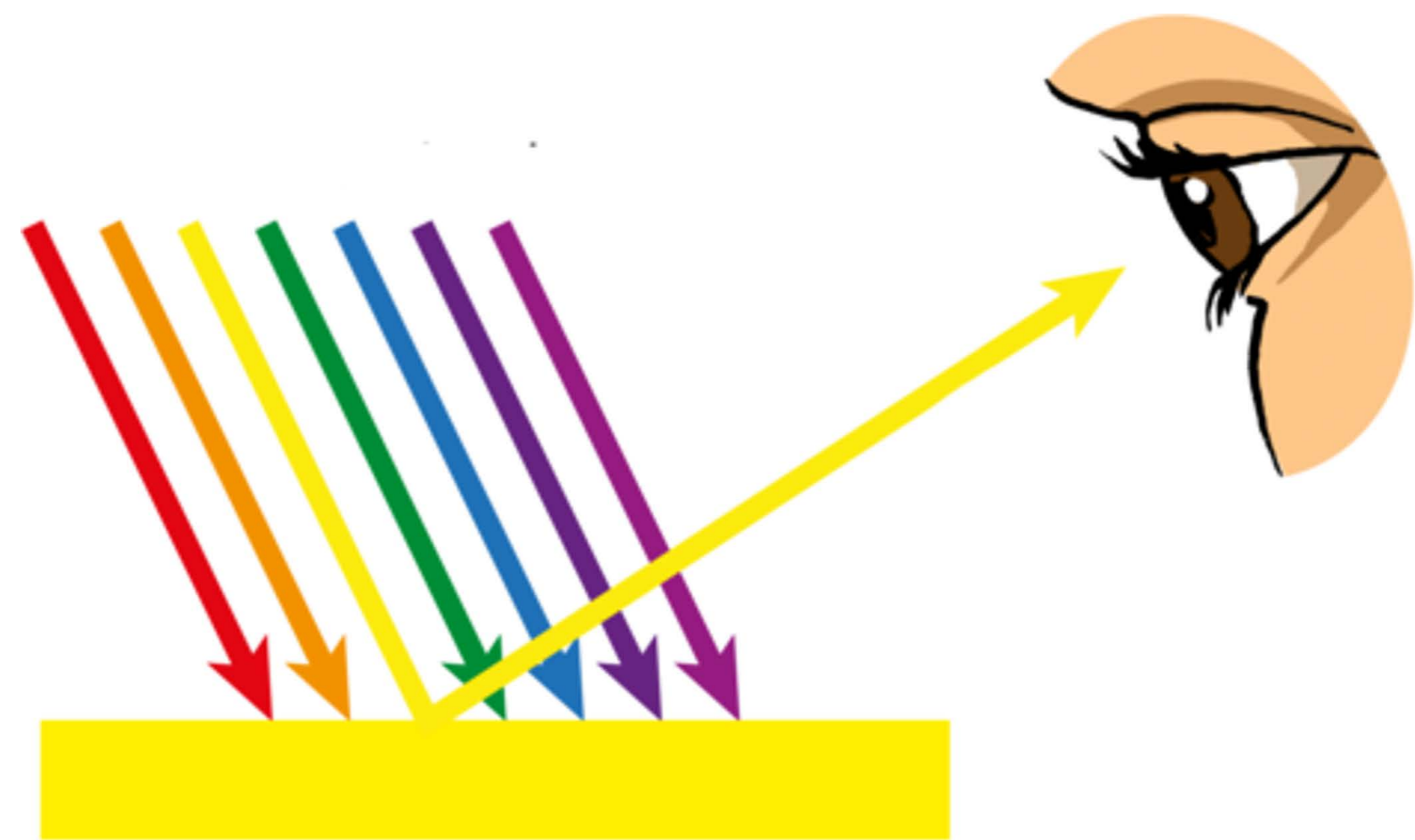
Verde  
=  
Verde



⋮



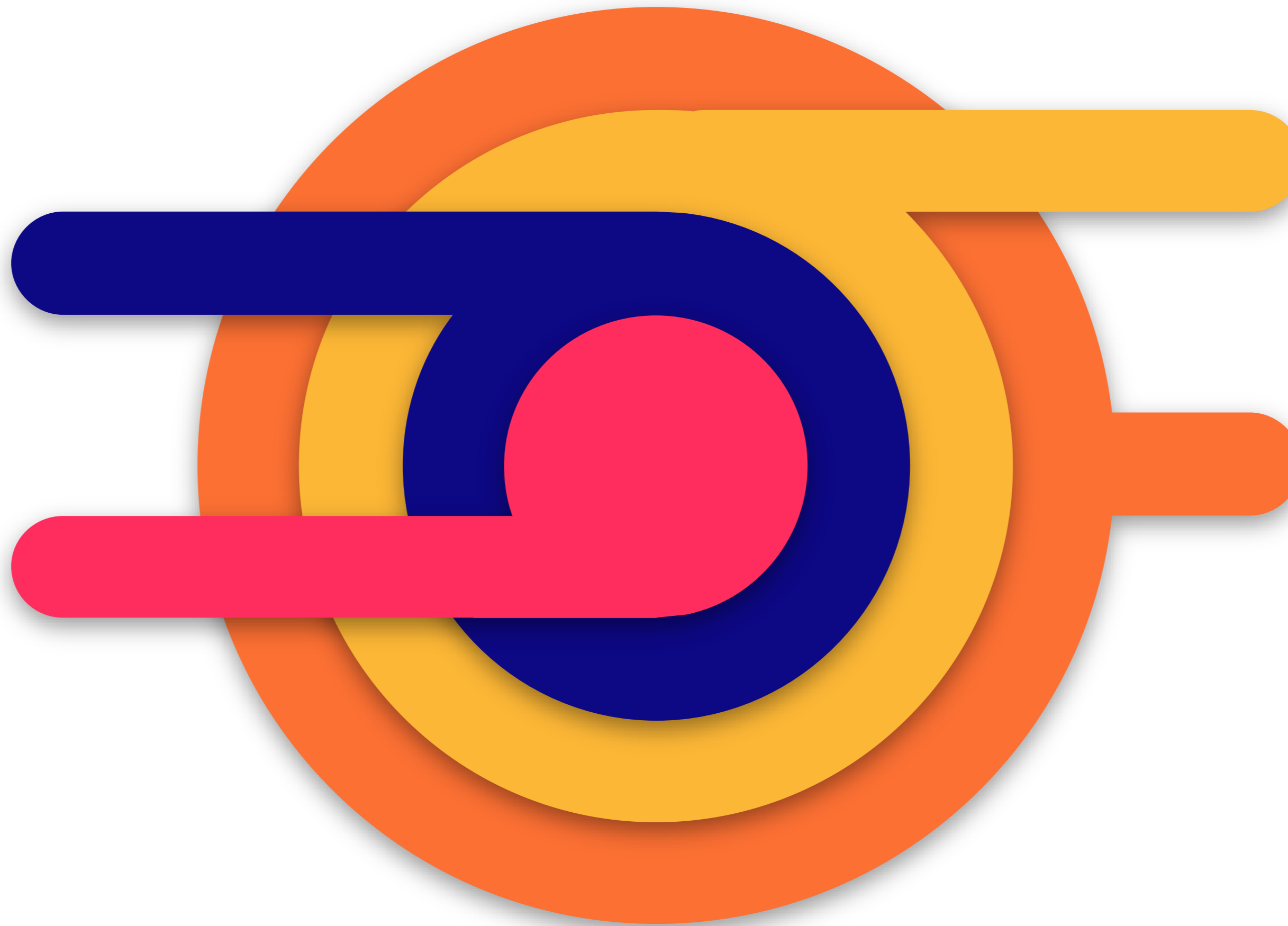
Amarelo  
=  
Amarelo





# Camadas da Propagação

Como enxergamos as cores



## 2º Recebimento

Tudo que esta onda energética tocar irá refletir.

## 1º Envio

Uma frequência policromática é enviada através do sol ou um dispositivo.

## 3º Reação / reflexão

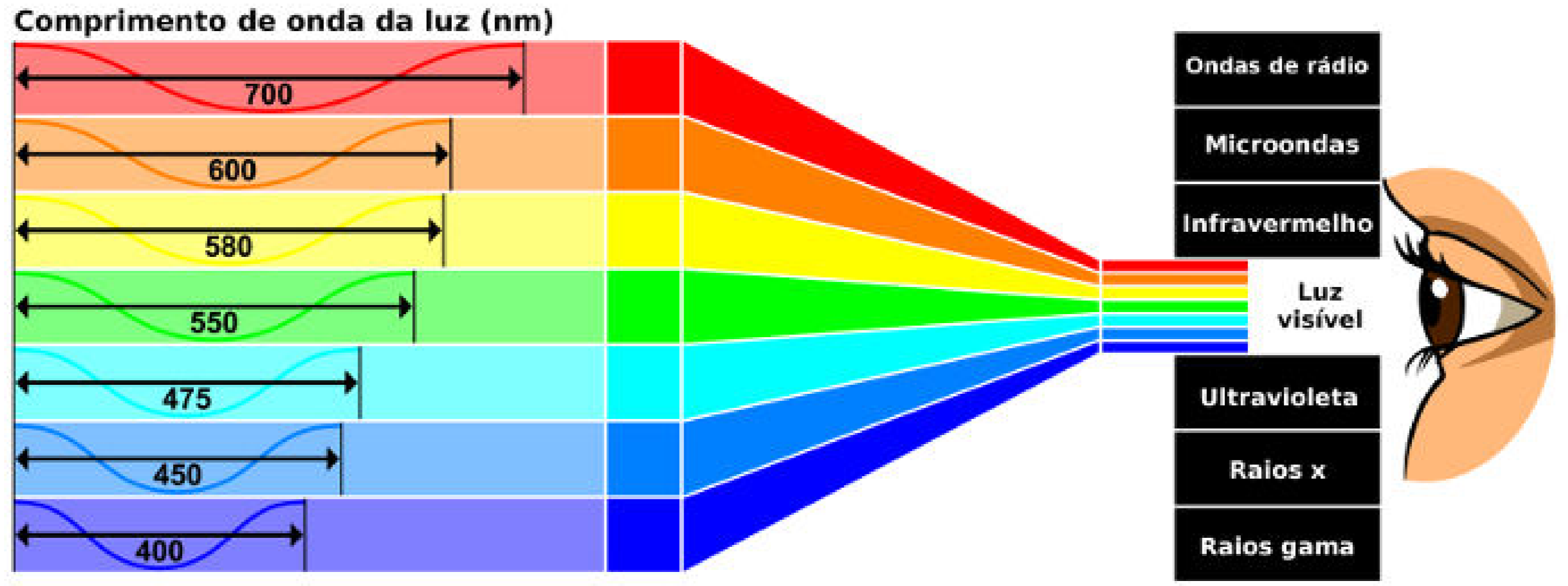
Tudo que esta onda tocar irá refletir apenas sua mesma ESSENCIA

## 4º Propagação

A luz policromática (energia) é filtrada de acordo com a essência da matéria, que é capaz de refletir apenas sua composição. Que propaga uma nova energia que chega como informações até nossos olhos.



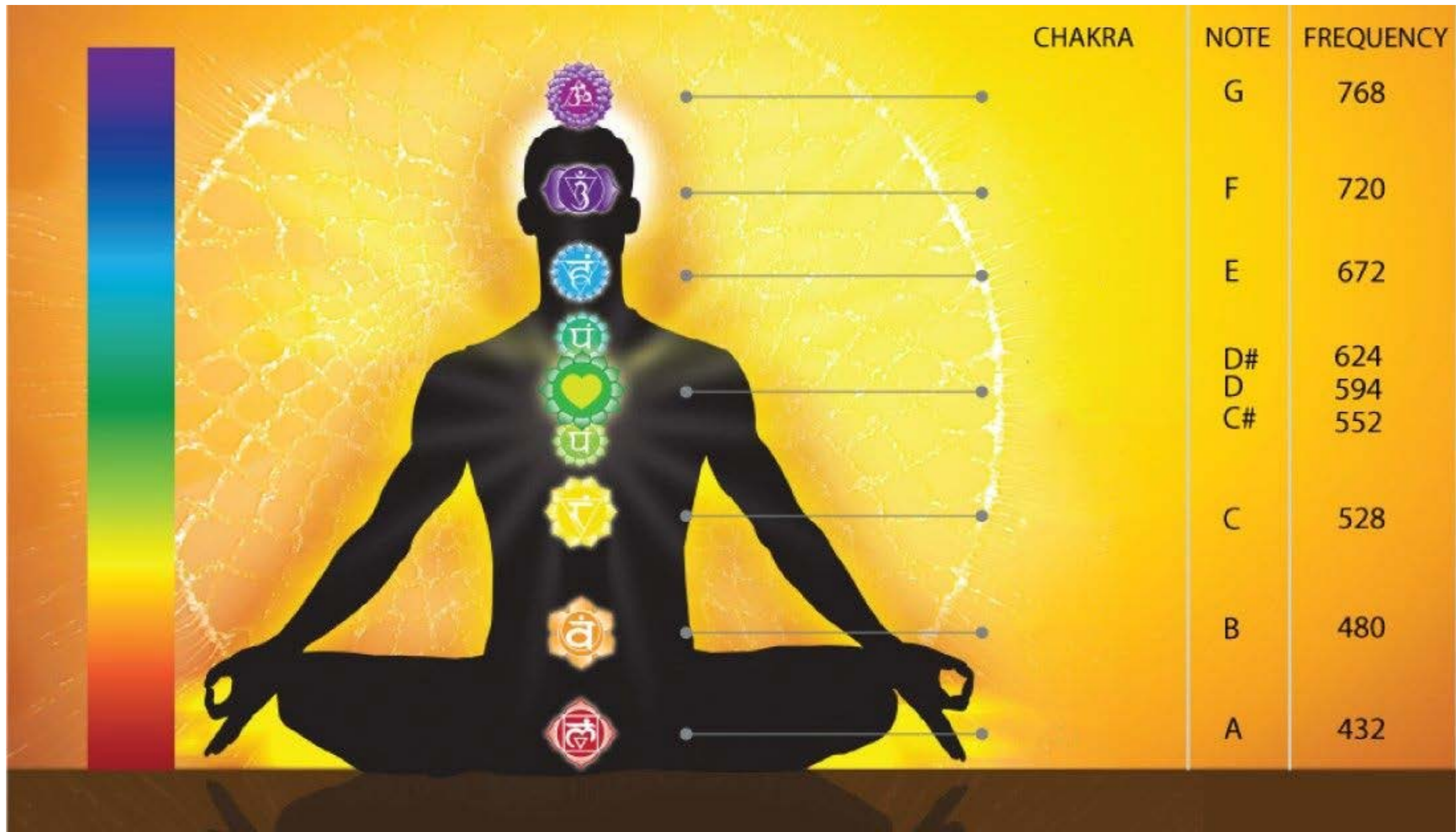






- 
- 
- 

Terahertz to Hertz Conversion:-  
 1 THz =  $10^{12}$  Hz

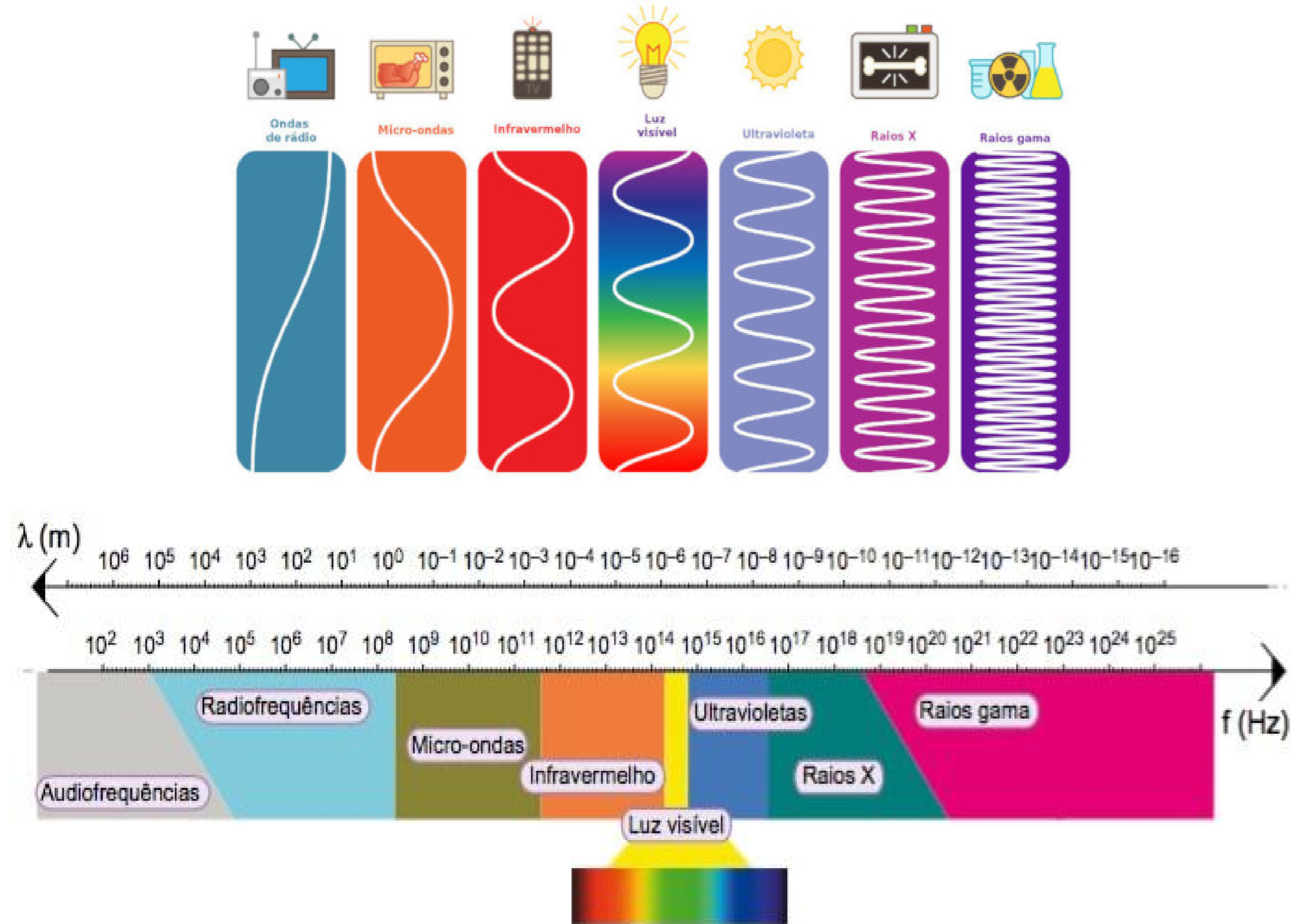


APOSTILA

CROMOTERAPIA

<u>Cor</u>	<u>Frequência</u>	<u>Comprimento de onda</u>
<u>violeta</u>	668–789 THz	380–450 nm
<u>azul</u>	606–668 THz	450–495 nm
<u>verde</u>	526–606 THz	495–570 nm
<u>amarelo</u>	508–526 THz	570–590 nm
<u>laranja</u>	484–508 THz	590–620 nm
<u>vermelho</u>	400–484 THz	620–750 nm

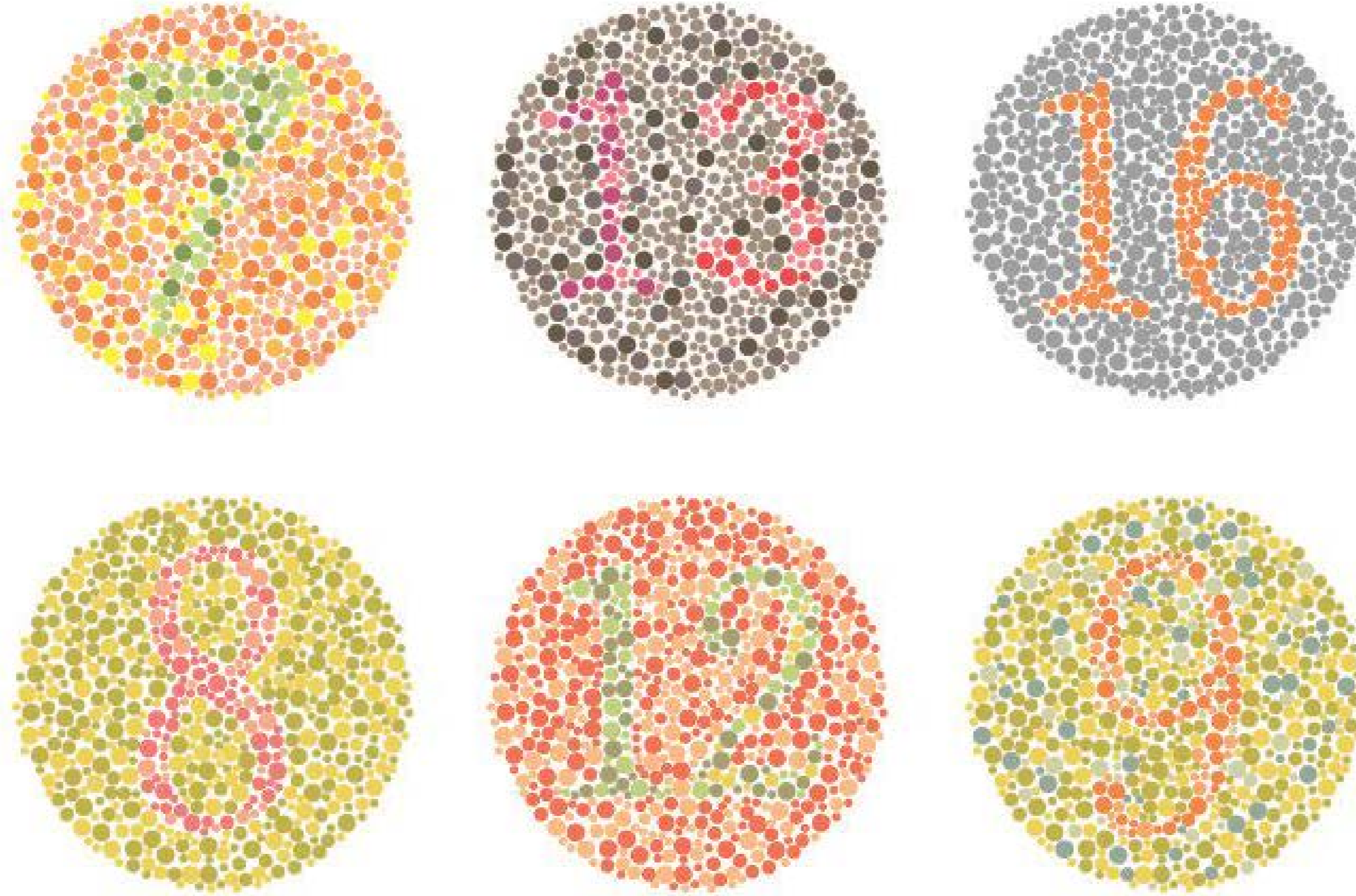






# Tratar pessoal com daltonismo?

⋮



APOSTILA

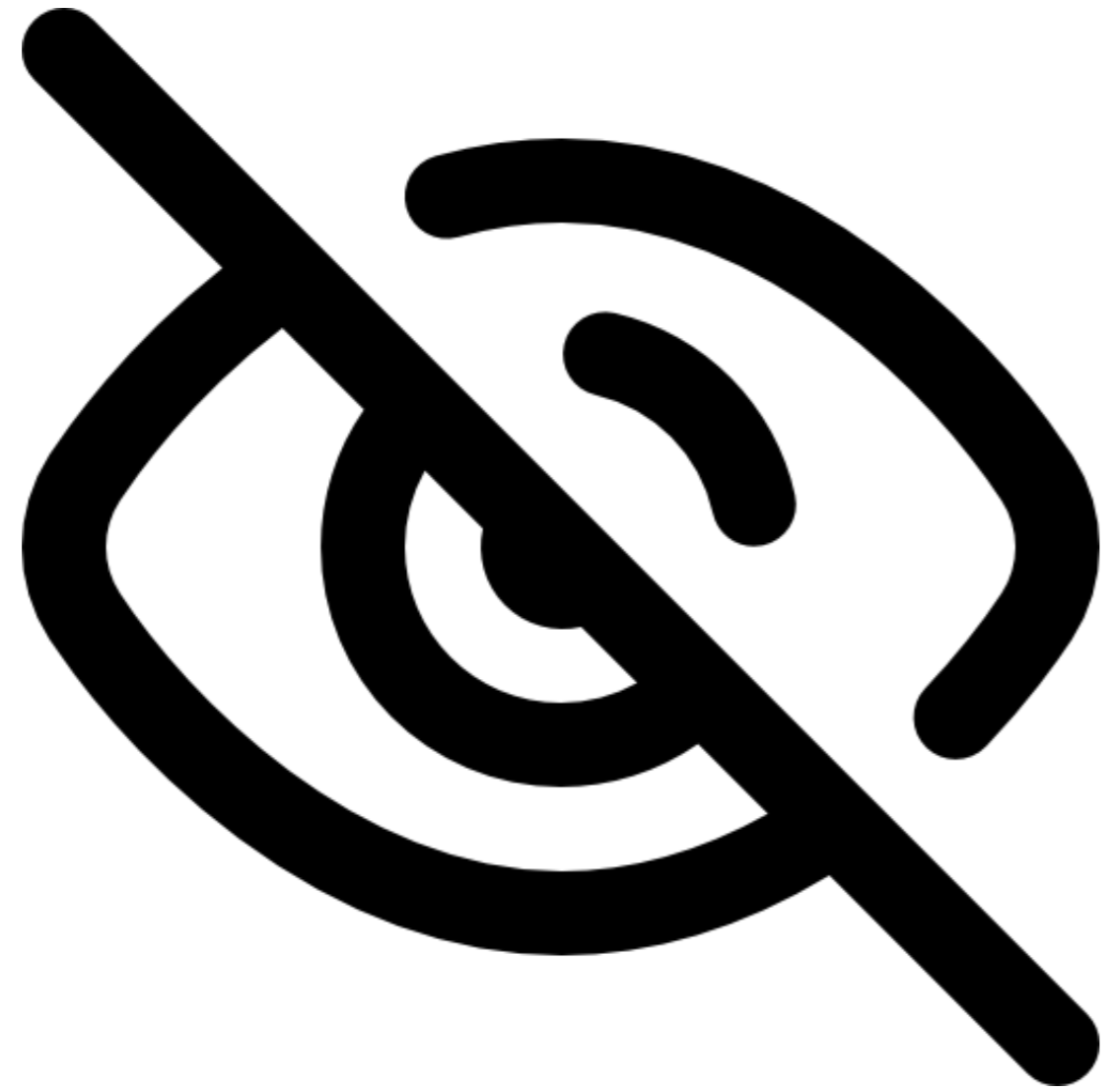
CROMOTERAPIA





# Tratar pessoal cegas?

⋮





# Identificação cores



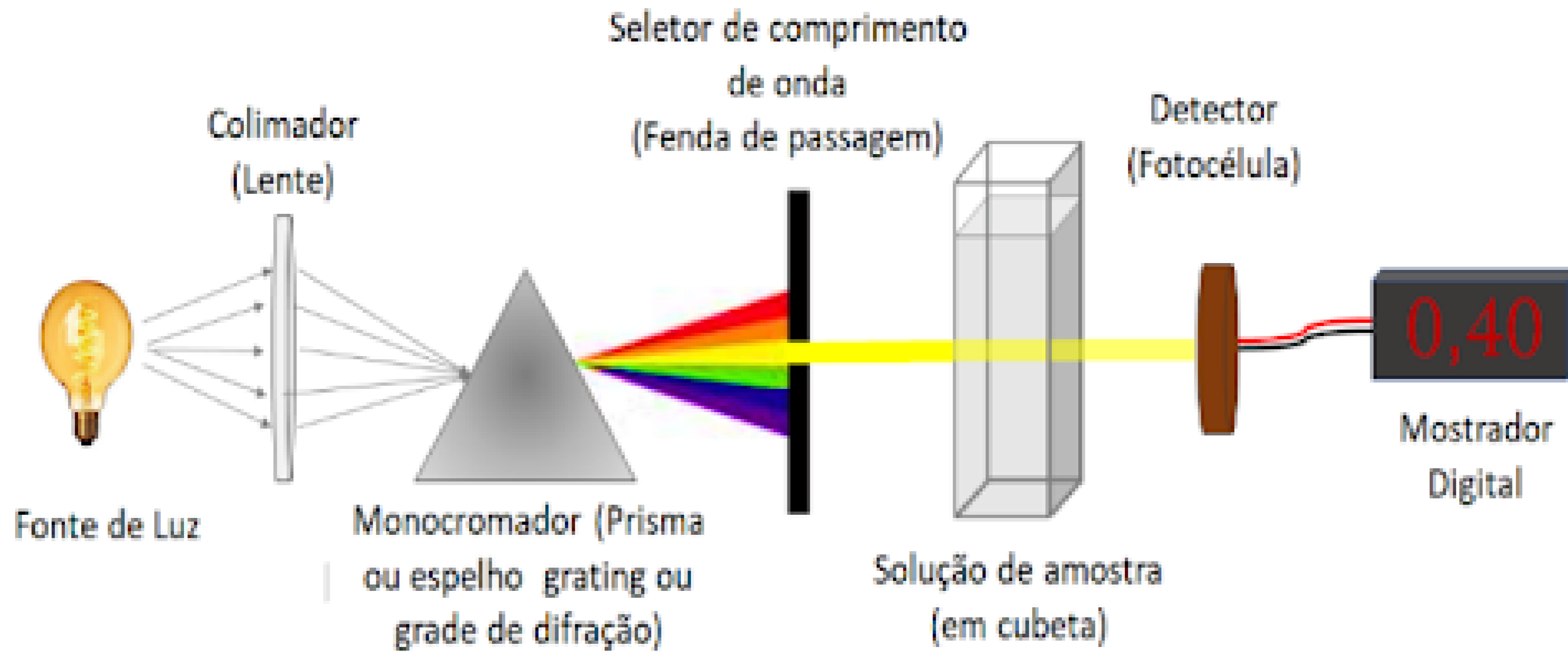
# Espectrofotômetros

A **espectrofotometria** é o método de análises óptico mais utilizado nas investigações biológicas e físico-químicas. Baseia-se na medida quantitativa da absorção da luz pelas soluções, onde a concentração na solução da substância absorvente é proporcional à quantidade de luz absorvida. Estas medidas são efetuadas por equipamentos denominados espectrofotômetros.





# Espectrofotômetros





# Colorímetros eletrônicos

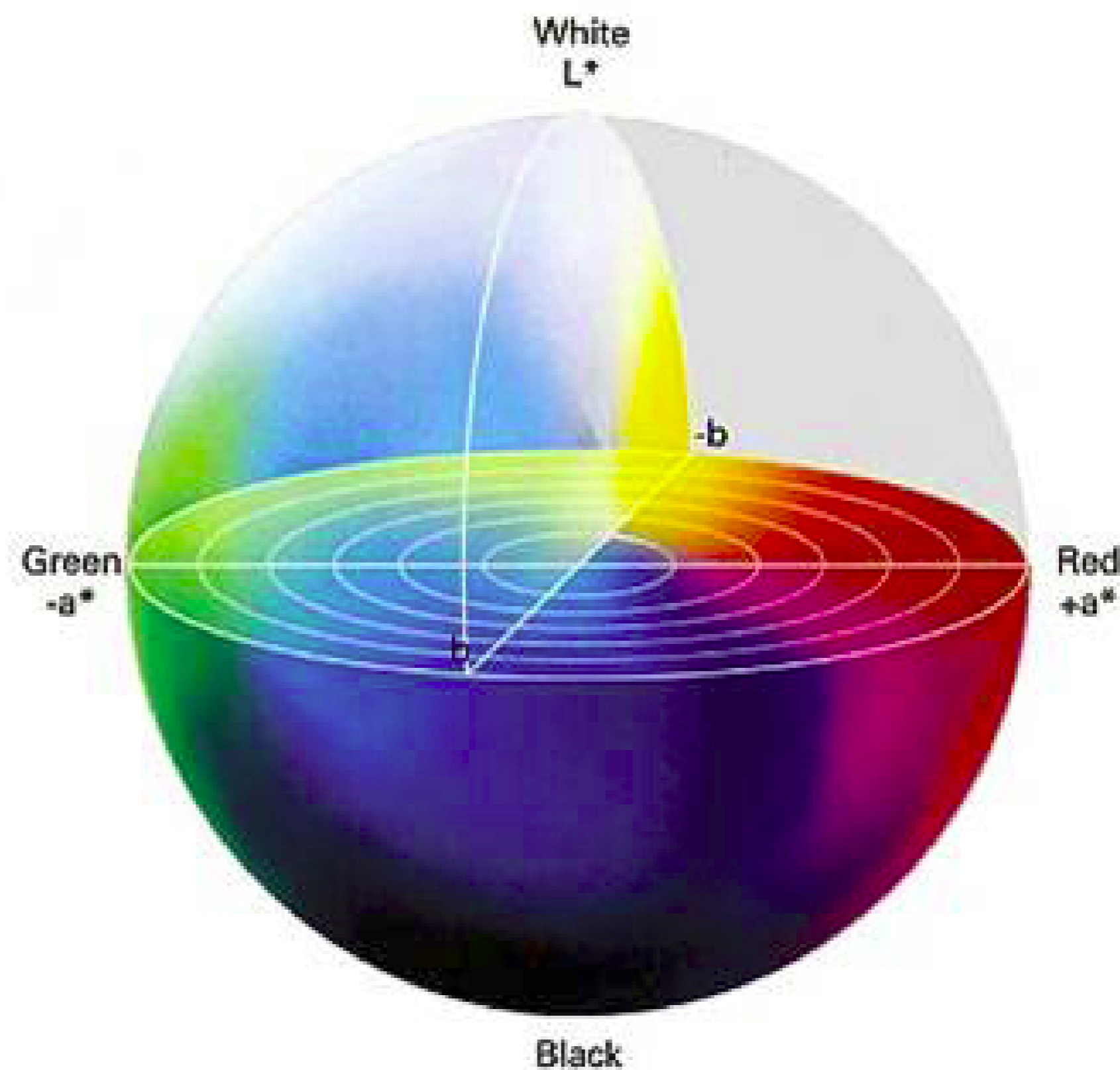
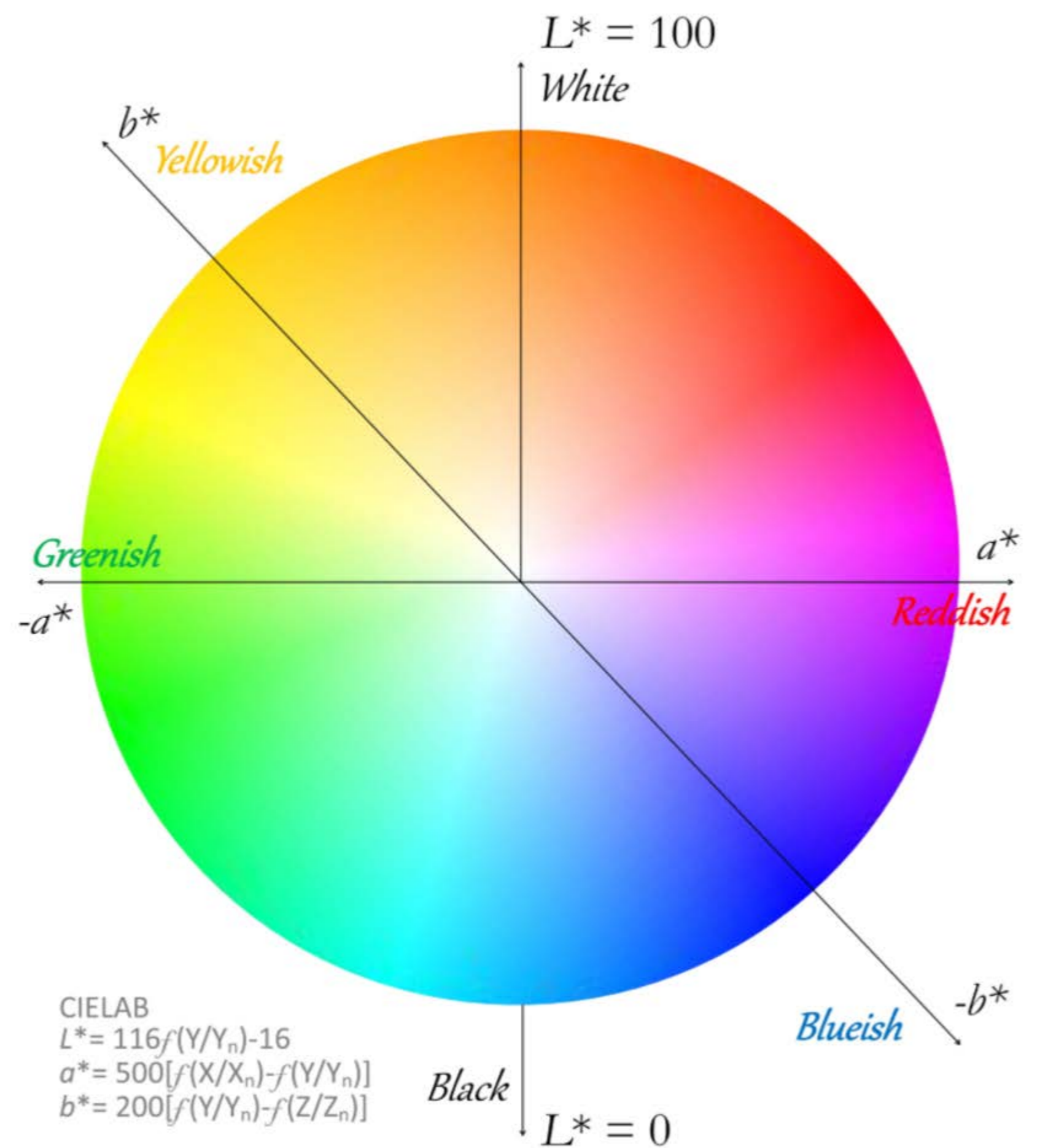


Possui uma fonte de luz e três filtros que simulam o comportamento da visão humana e medem a quantidade de luz que foi refletida pela amostra. No colorímetro são usados matrizes matemáticas que aproximam o resultado da medição com a percepção visual humana, resultando em dados XYZ, triestímulos.





# Localização 2d - 3d cor

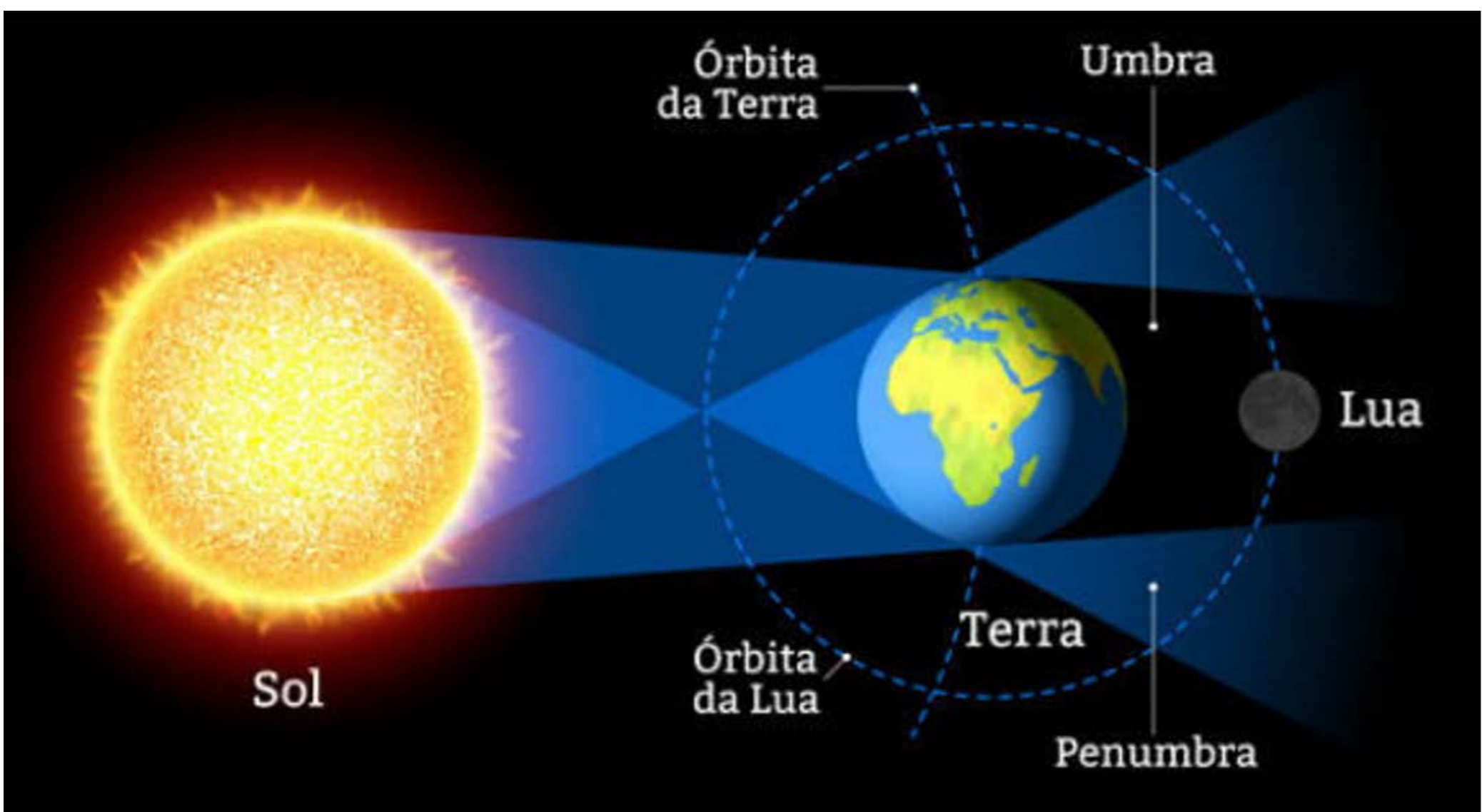


SOURCE : FIRST SOURCE WORLDWIDE

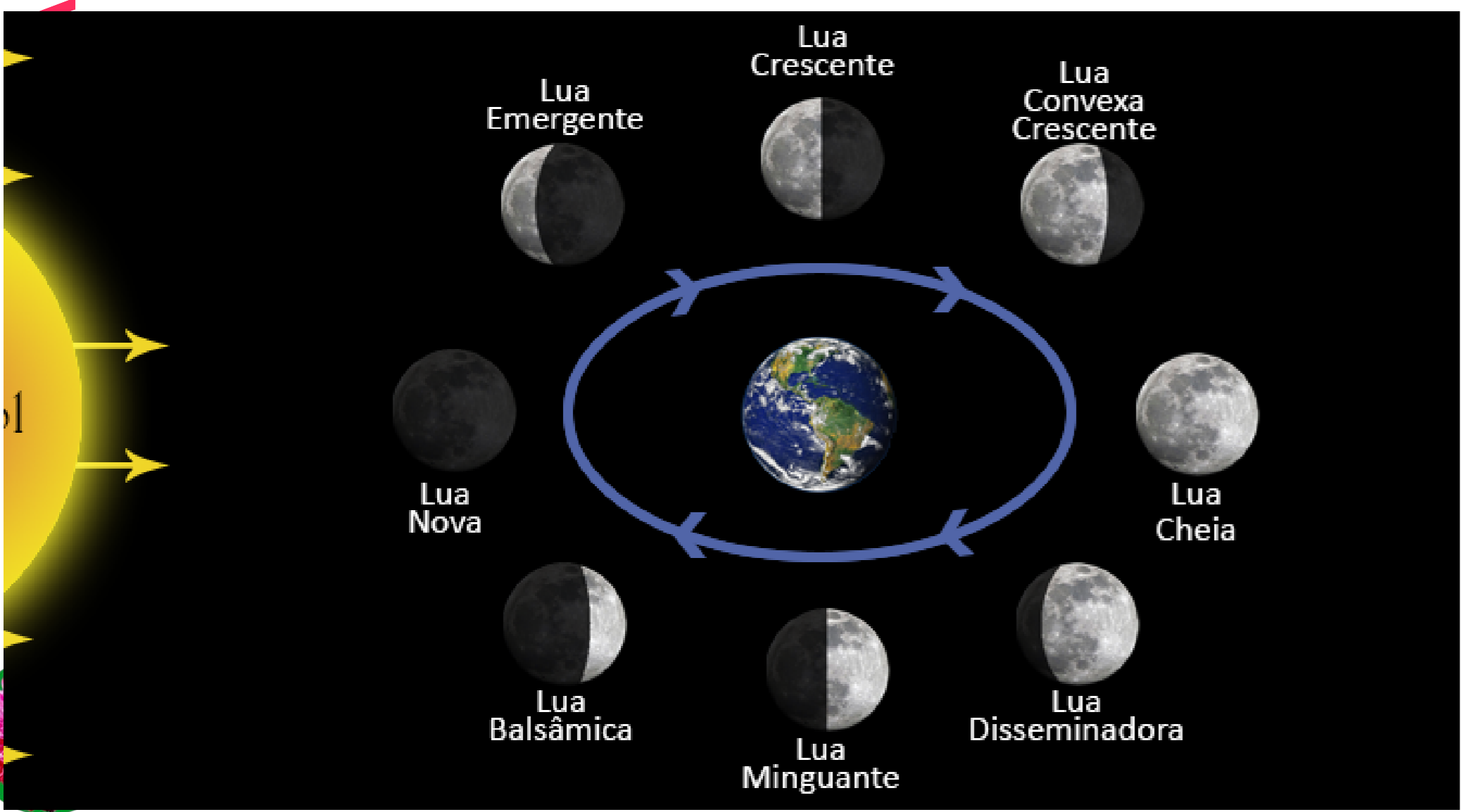


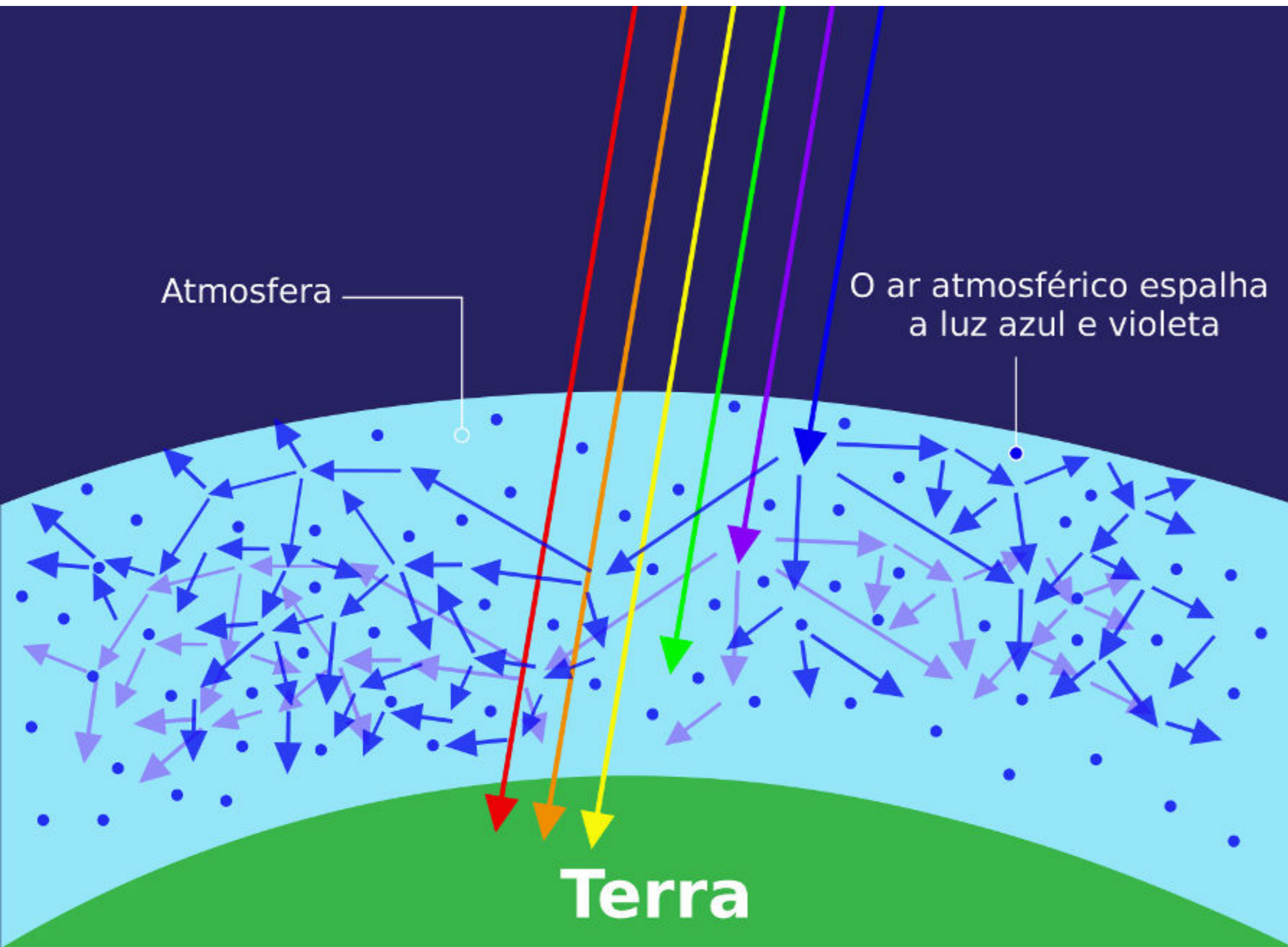


**Alcance luz / cor**



# Lua Luz



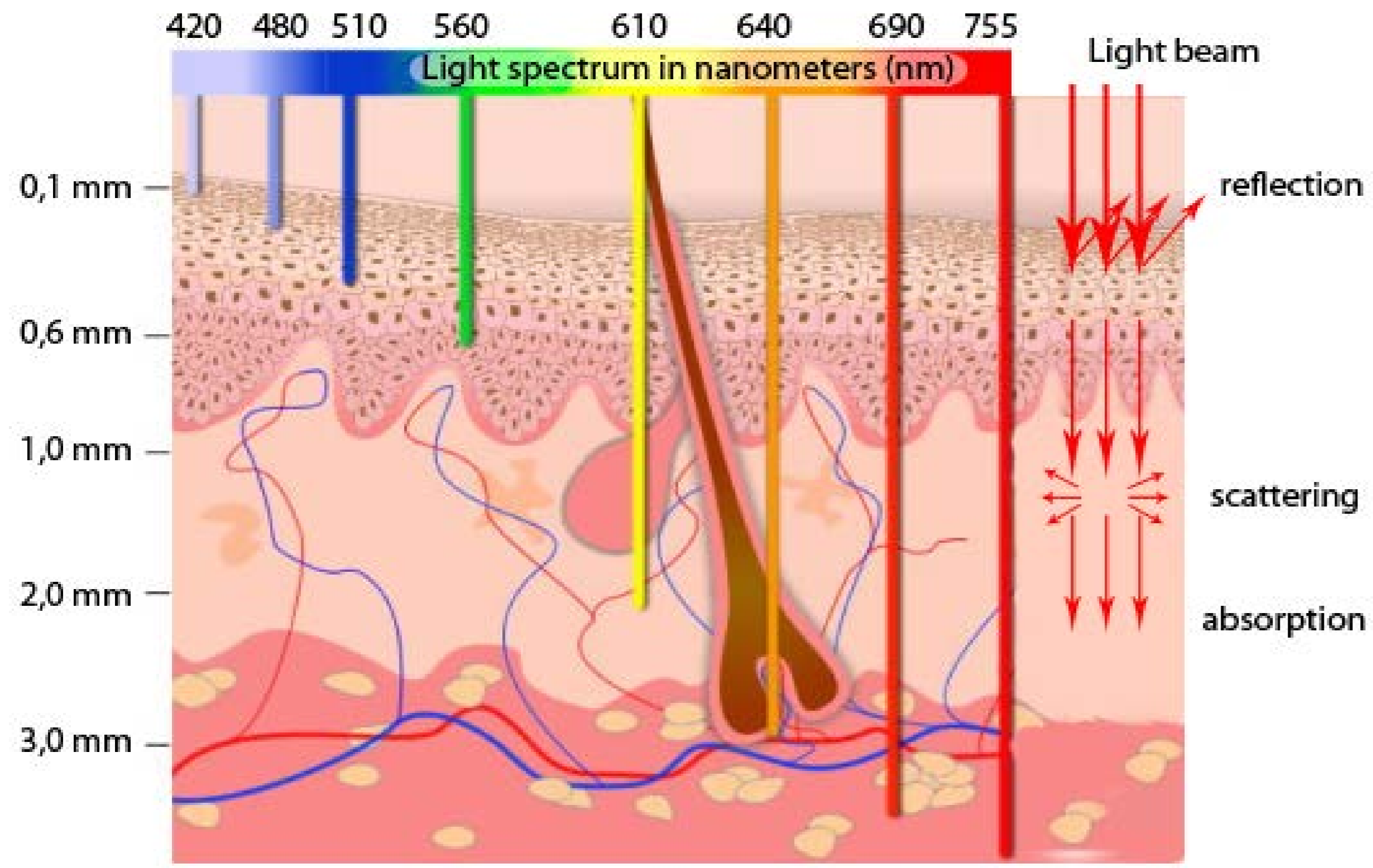


# Céu Azul





# Corpo Humano



The propoagation of light of different wavelengths in the tissues.

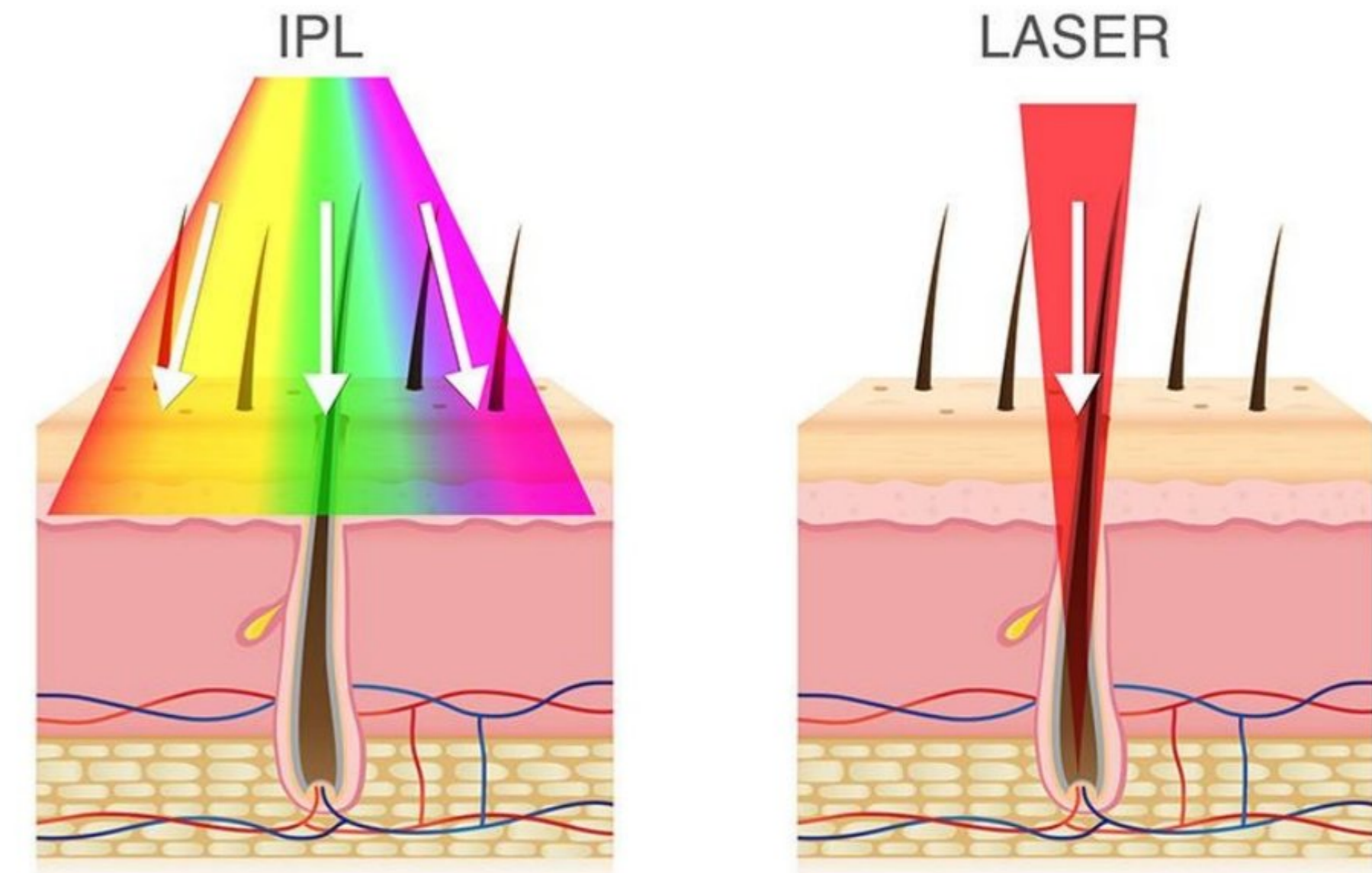
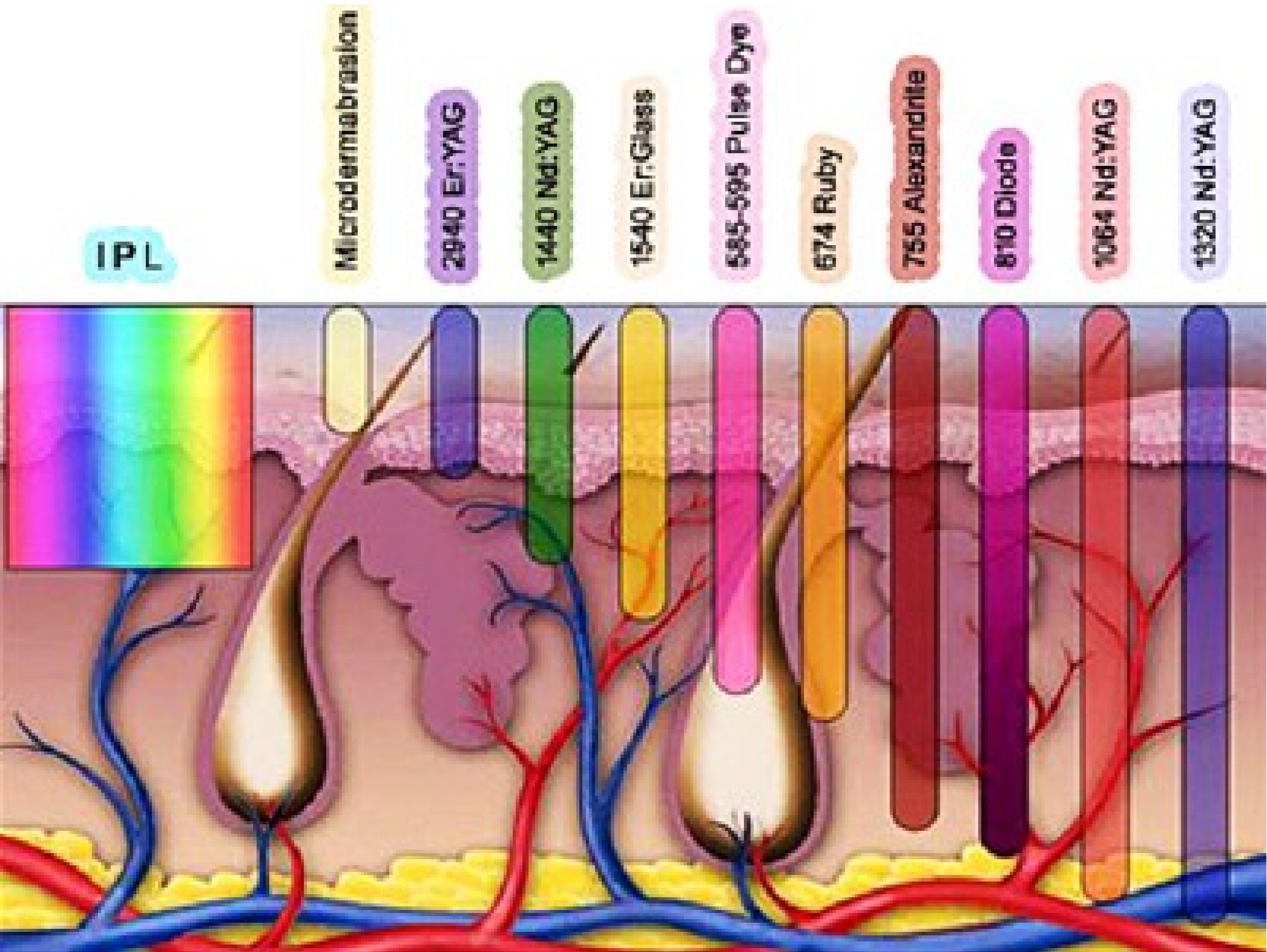
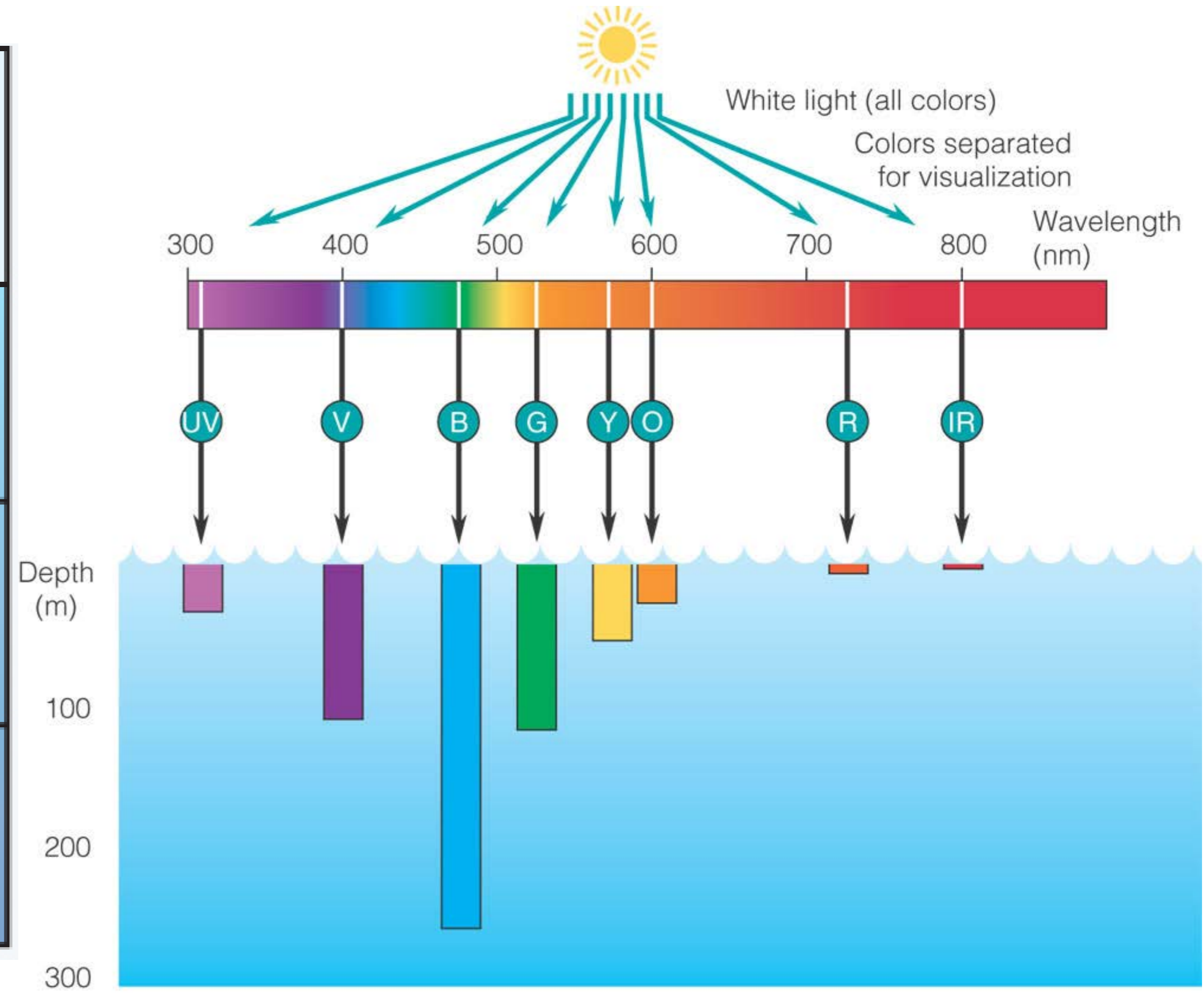
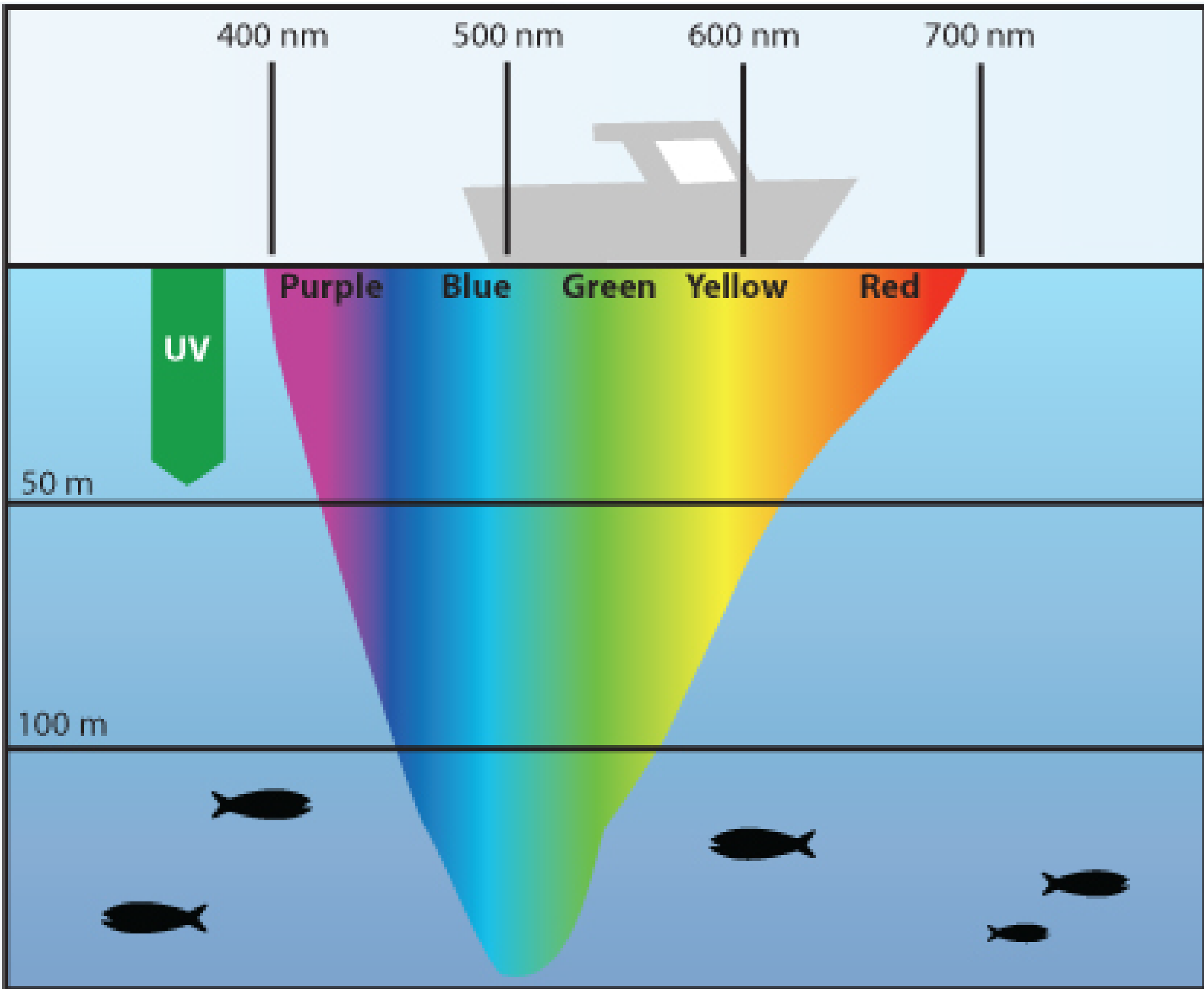


Image retrieved from <https://www.mechehair.nz/services/laser-hair-removal/>



# Corpo Humano





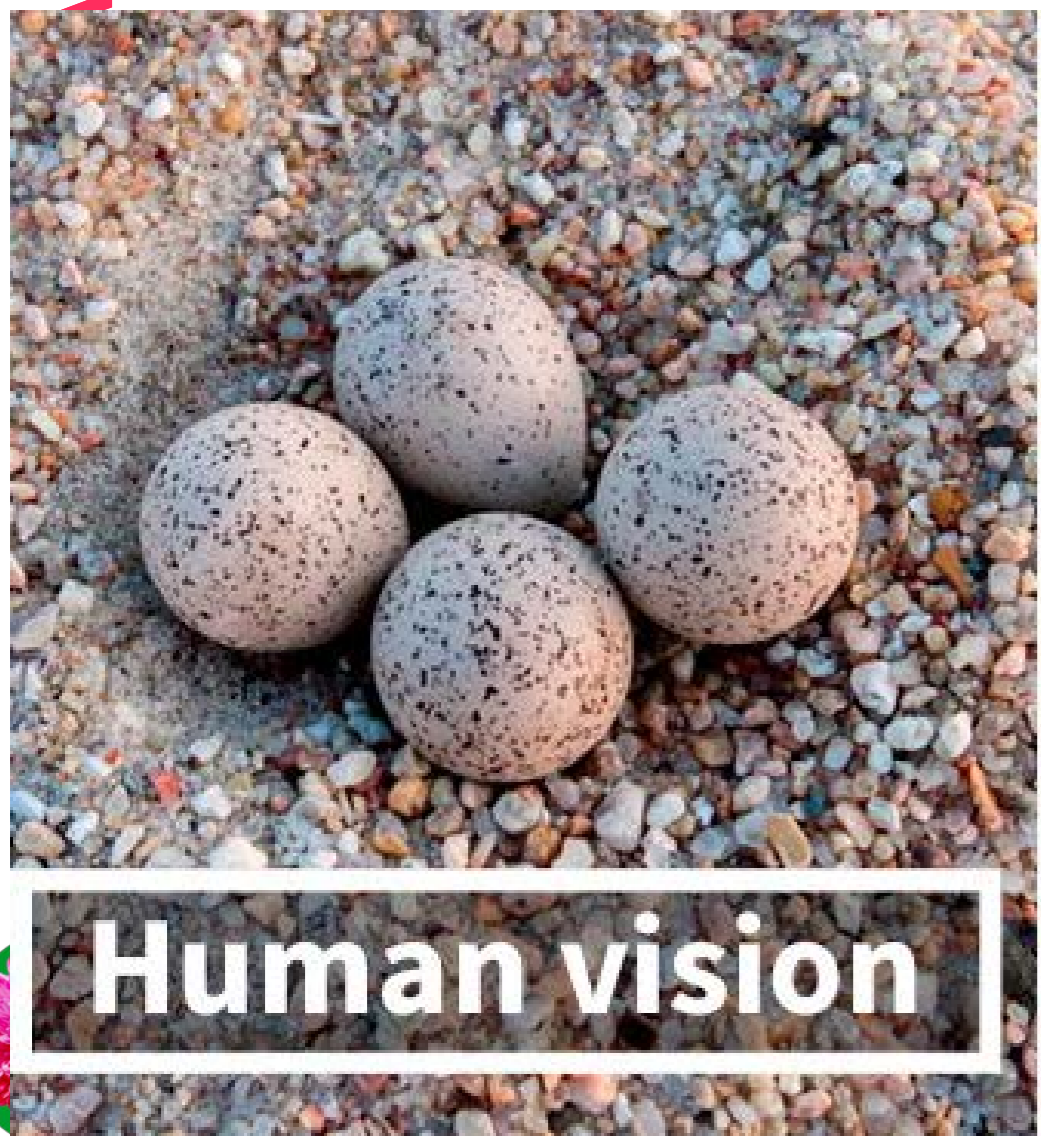




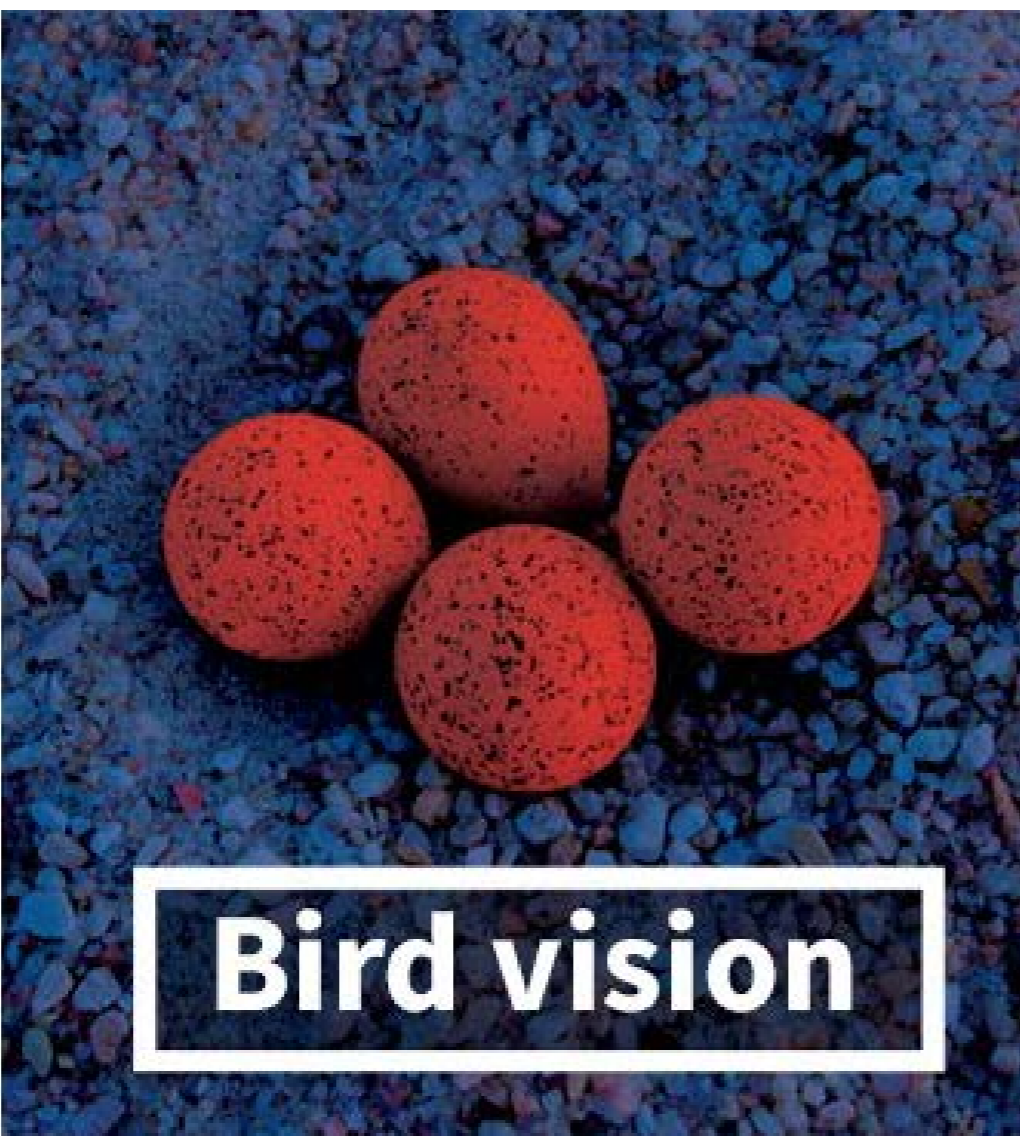
**Human vision**



**Bird vision**



**Human vision**

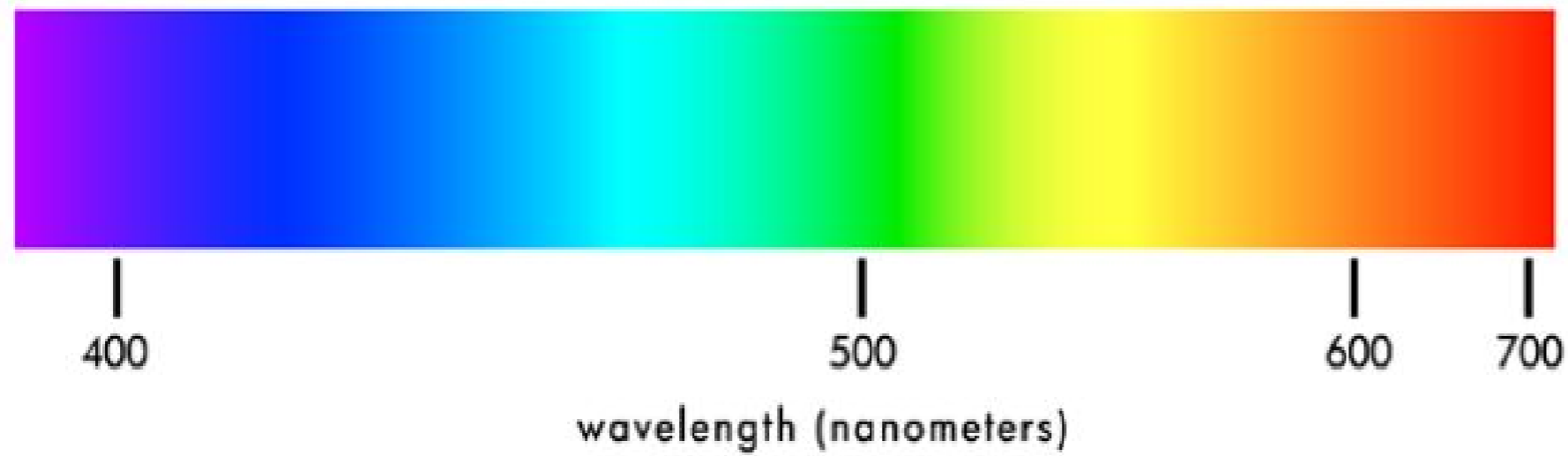
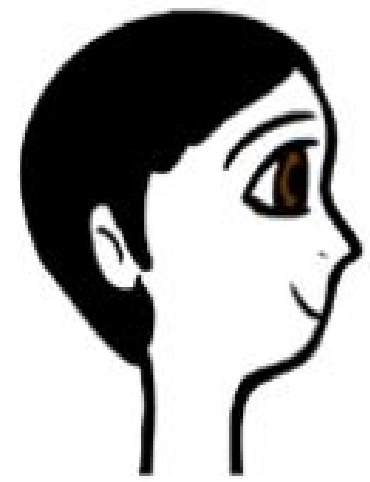


**Bird vision**

# Visão Pássaro



### THE HUMAN'S VIEW



### THE DOG'S VIEW

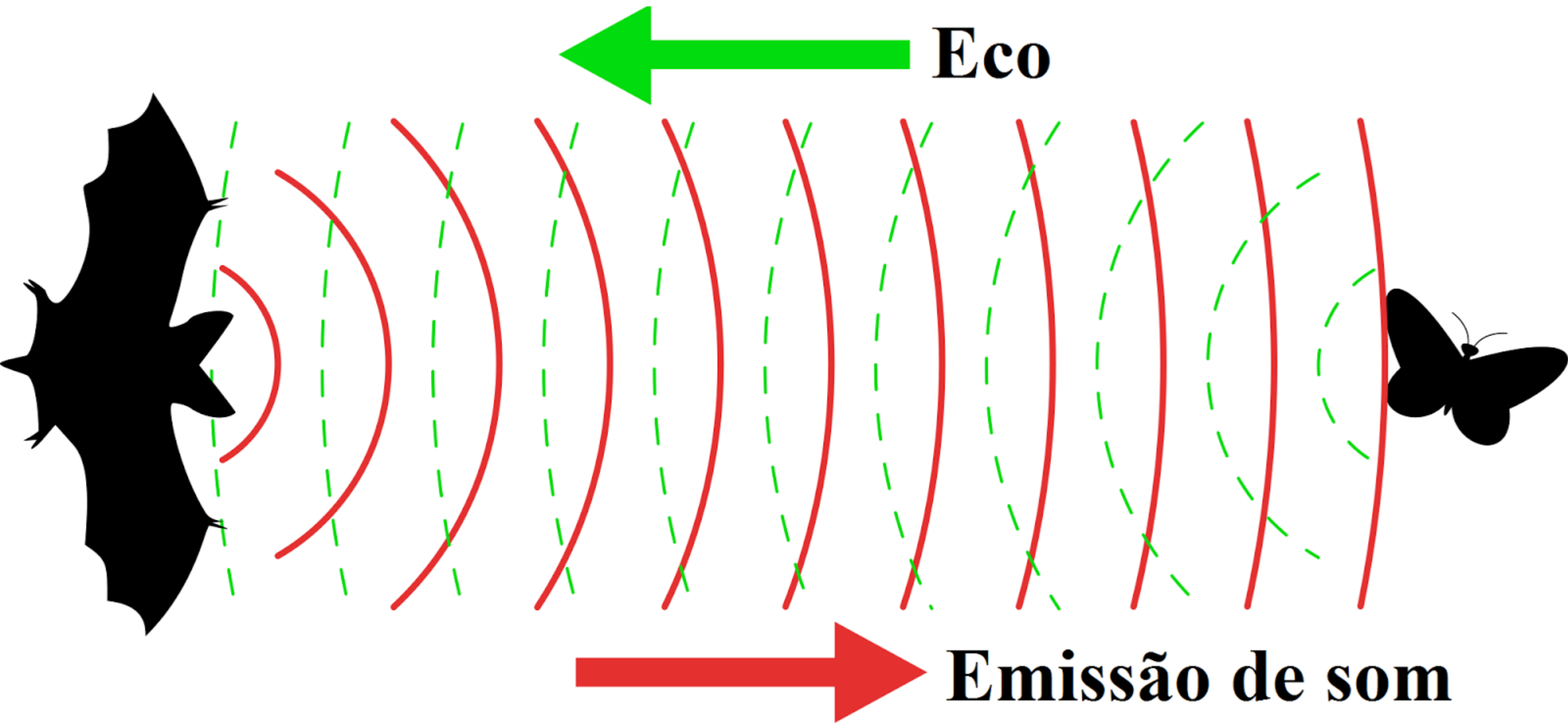


Fig. 1.2.3C

**Dogs have two types of color photoreceptors** while humans have three. As a result, dogs probably perceive the world in different saturations of yellow or bluish-gray.

# Visão Cachorro





# Visão Morcego





# Visão Cobra





# Equipamentos



# APOSTILA

...



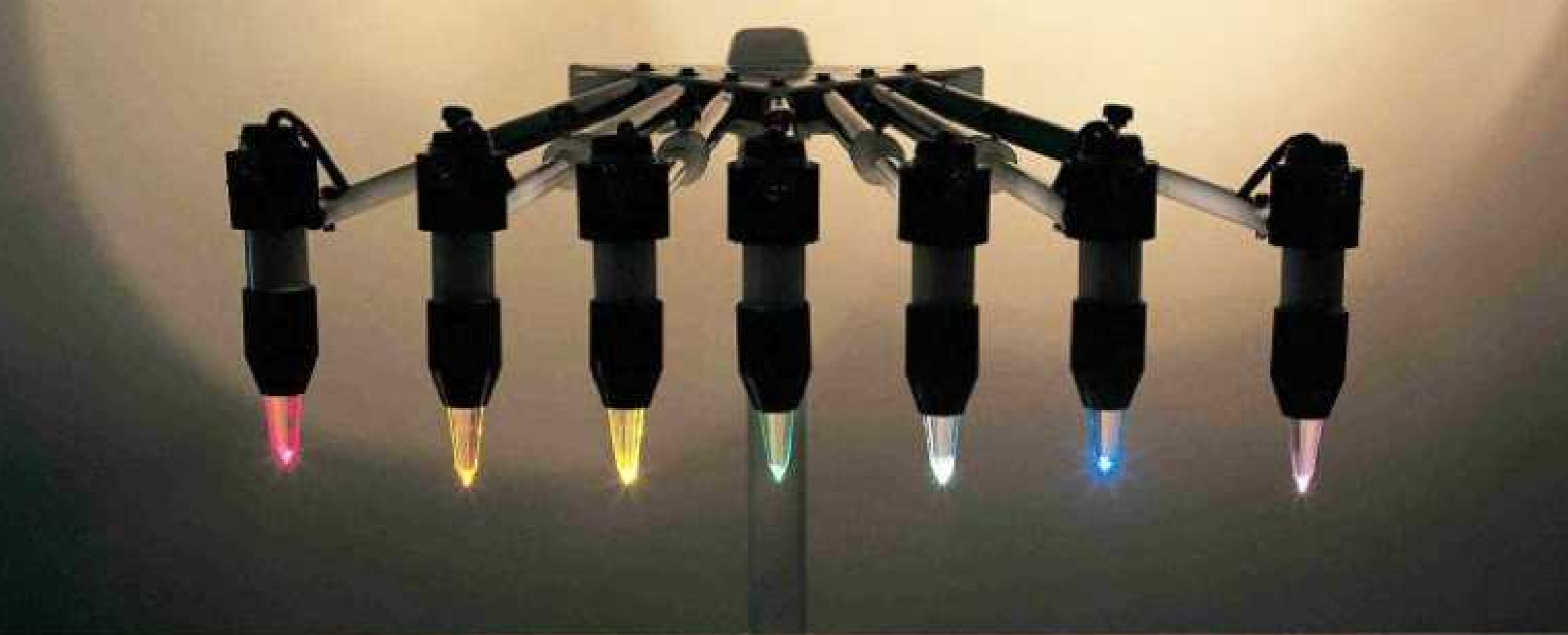
CROMOTERAPIA



# APOSTILA

...



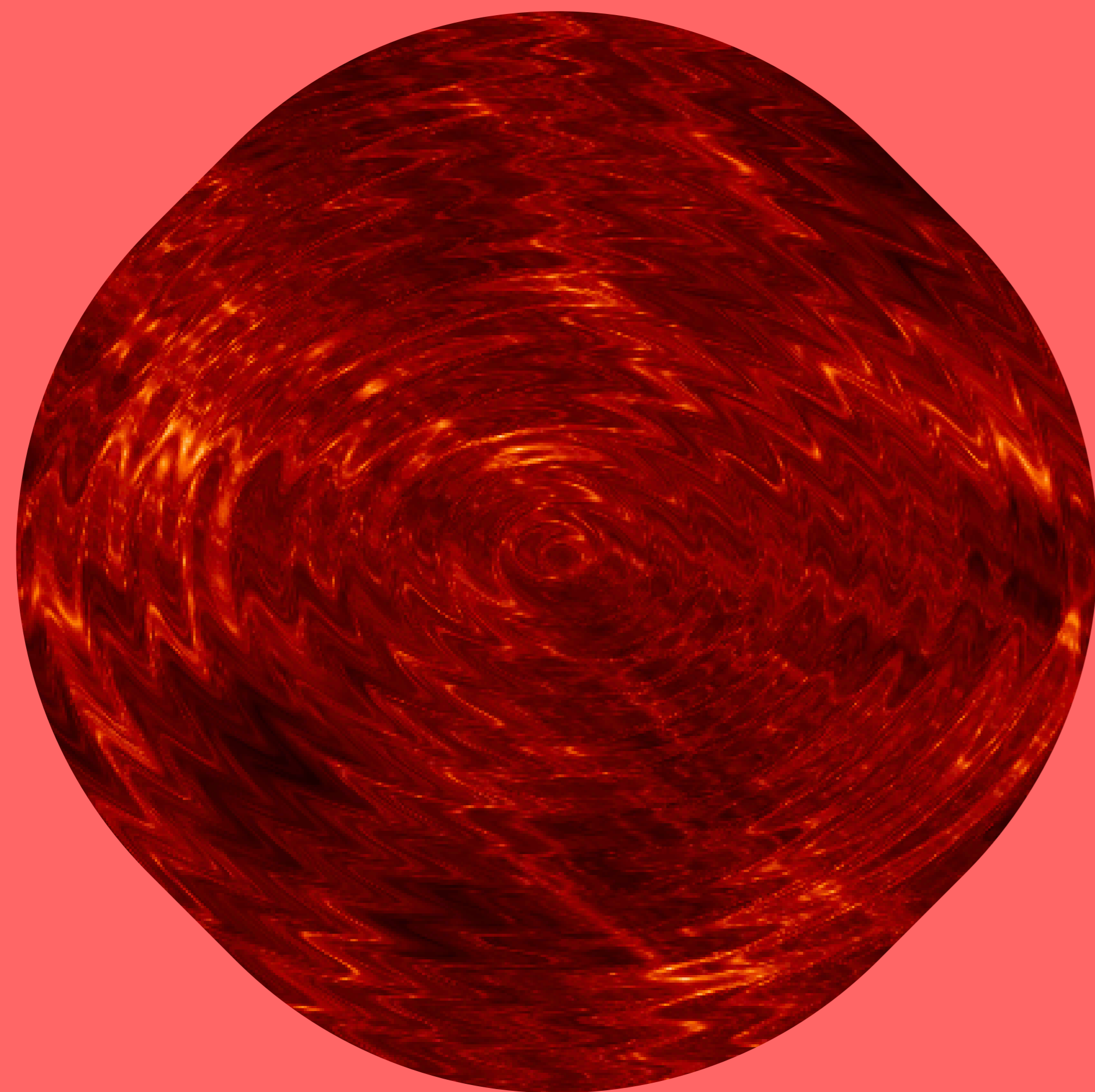








**—**  
**Cores e suas funções**



## VERMELHO

É a cor que fica próxima ao infravermelho, e ainda a mais quente do espectro solar. Traz força e vigor. Trata-se da cor do coração, do sangue, dos músculos e da medula óssea. O vermelho é agressivo e cansa de forma rápida, pois satura bastante. Está relacionado ao chacra básico, na base da coluna vertebral. As principais características do vermelho são ação, motivação, estímulo, vitalidade, profundidade, intensidade, paixão, raiva, ódio, luxúria, agressividade e agitação.

### FÍSICO:

01

Acelera a circulação sanguínea e os batimentos cardíacos, aumentando o calor do corpo; ainda, promove a liberação de adrenalina. O vermelho é favorável para a reconstrução de tecidos, melhorando o aporte sanguíneo, na região afetada.

### BENEFÍCIOS:

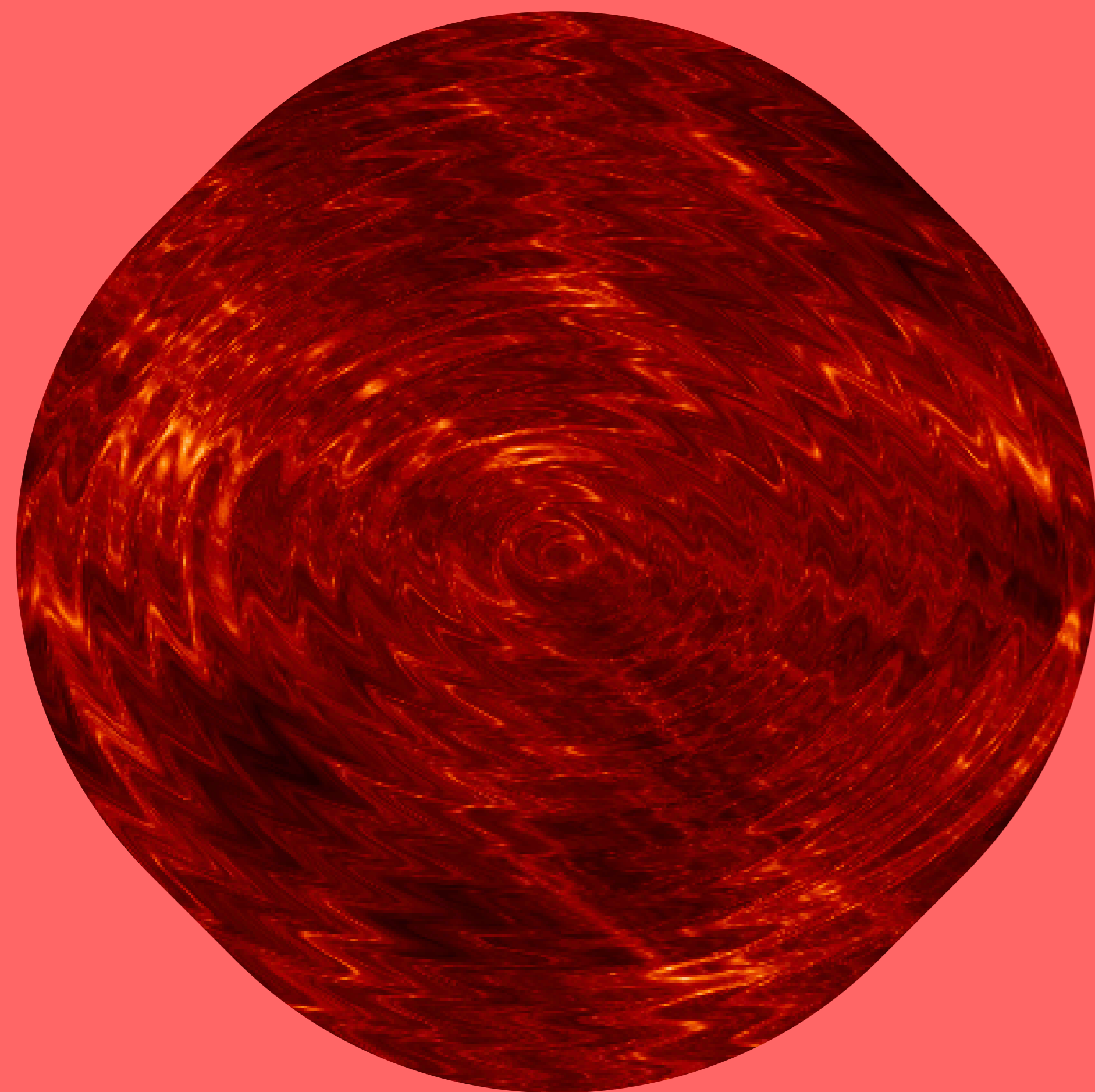
02

Anemia e deficiência de ferro, além de estimular a produção de glóbulos vermelhos. Aumenta a pressão arterial, acelera a frequência respiratória, ajuda a regular o intestino delgado e fortalece o fígado, energizando-o.

### ENERGÉTICO

03

Por ser uma cor muito intensa, estimula e fortalece de maneira rápida fazendo surgir aquela sensação de que estamos realmente aterrados. Outra característica do raio vermelho é a que vitaliza a energia e agita a aura.



## ESPIRITUAL:

Nesse raio, pode ser considerado polêmico, pois é considerada a cor do pecado, do desejo sexual, da materialidade, e está ligada a forças densas e negativas, sendo contrário ao que é pregado em algumas religiões. Entretanto, vale ressaltar que, crenças religiosas à parte, trata-se de uma radiação positiva, caso empregada de forma correta e consciente. Ainda, sobre esse aspecto, o vermelho é a cor da ação, da execução à nossa missão de alma, de aprendermos a lidar com as coisas da vida.

## EMOCIONAL

01

Em algumas pessoas, pode provocar agressividade e raiva. Traz uma boa dose de motivação, e a sensação de “querer vencer na vida”. Ajuda-nos a tomar decisões rápidas e no sentimento de segurança e confiança, em todos os aspectos. Em determinadas situações, o seu excesso pode causar certa irritabilidade e desconforto.

## MENTAL

02

Deixa os pensamentos agitados. É ótima para aterrar pessoas muito aéreas, sonhadoras e que vivem com a cabeça nas alturas, trazendo-a para a realidade. Transmite uma sensação de poder em todos os âmbitos; aumentando a vontade e os desejos materiais (sexo, aquisição de bens etc.); também nos traz praticidade e nos torna objetivos..

# ESPIRITUAL

é a cor que aniquila formas e pensamentos; e ainda, miasmas, parasitas astrais, elementais nocivos, entre outras formas de energias densas e maléficas.



# LARANJA

É a segunda cor do espectro solar, sendo considerado um raio quente e forte, porém sem a intensidade do vermelho. O laranja é estimulante e nos dá a sensação de vitalidade. Esse raio é considerado o “des”, pois possui a característica de “desfazer”, “desintegrar”, “destruir” etc. trata-se da cor do chacra sexual, equilibrando e harmonizando as gônadas, estimulando a sexualidade sem agressividade e intensidade. Este centro energético tem ligação com as emoções. As suas principais características são alegria, energia, criatividade, vitalidade, desejo sexual, empatia com o próximo, coragem, audácia, transmutação densa..

nos deixa mais criativos, inspirados e desejosos, além de harmonizar nossos pensamentos, nos fazendo olhar para o futuro com boas perspectivas. É a cor da autoestima, das ideias positivas e dos negócios, que auxilia na tomada de decisões.

# MENTAL

# FÍSICO

01

É uma cor que energiza o baço, as gônadas, o sistema linfático, os rins e os suprarenais. Auxilia na digestão de forma geral, facilitando o processo sináptico entre as células nervosas. Este raio é indicado em tratamentos reumáticos, e é ótimo para tratar problemas respiratórios, mas com certa precaução. Também, estimula as glândulas mamárias. Em casos de pessoas hipertensas, ela é indicada para aplicação..

# ENERGÉTICO

02

o raio laranja é estimulante e vitaliza os corpos sutis. principalmente o corpo etérico), desbloqueia os meridianos os nadis (canais energéticos), os chacras os marmas, entre outras estruturas do ser, melhorando e harmonizando a circulação energética.

# EMOCIONAL

03

traz a sensação de força e criação. É uma excelente cor no combate a estados depressivos, tristeza, frustrações e medos, tornando o indivíduo mais alegre e com força de enfrentar as adversidades. O laranja está ligado ao prazer não só físico, mas também de viver intensamente a vida.

# ESPIRITUAL

tem uma ligação direta com a cor dourada, considerada a cor da espiritualidade. Sua associação com o sol vem de milênios, principalmente, com o antigo Egito. É uma cor que traz esclarecimentos, fortalecimento psíquico e energético.



# AMARELO

É uma cor de vibração quente, não tanto como o vermelho e o laranja. O amarelo estimula a alegria e a concentração, além de ser amplamente favorável para os estudos. Trata-se de uma cor favorável para o intelecto, o sistema digestivo, a inteligência, a sabedoria e o bom humor. Fortalece os nervos, ativa o sistema linfático, e beneficia a pele. As suas principais características são a alegria, a lembrança, o pensamentos, os estudos, a racionalidade, a inteligência e a espiritualidade.

esse raio favorece os aspectos mentais do ser. É uma cor excelente para estudos de qualquer natureza. Considerada um fortificante mental estimula o uso do nosso raciocínio lógico. Quando utilizado em excesso, pode fazer com que a pessoa fique apenas na elaboração dos planos, podendo a sua ação e a sua prática. O amarelo também não é recomendado para pessoas muito aéreas (ou muito mentais), pois pode ocasionar confusão e estafa mental.

# MENTAL

# FÍSICO

01

esse raio é bom para energizar a pele, o pâncreas, o sistema digestivo, incluindo o fígado e o intestino, atuando com uma ação de limpeza. Essa cor ajuda na circulação sanguínea, de forma a aumentar levemente a pressão sanguínea e do sistema linfático. É excelente para promover limpeza na pele, nos casos de cravos e espinhas. Também age sobre o sistema nervoso, e possui características de nocividade em parasitas e vermes alojados no corpo físico. Em contrapartida, o seu excesso pode gerar gastrite.

# ENERGÉTICO

02

energiza o corpo mental, porém deve ser usado com moderação. Esse raio está ligado ao chacra umbilical e, em conjunto com a cor laranja, ajuda a eliminar formas e pensamentos, miasmas, entre outros mecanismos nocivos sutis.

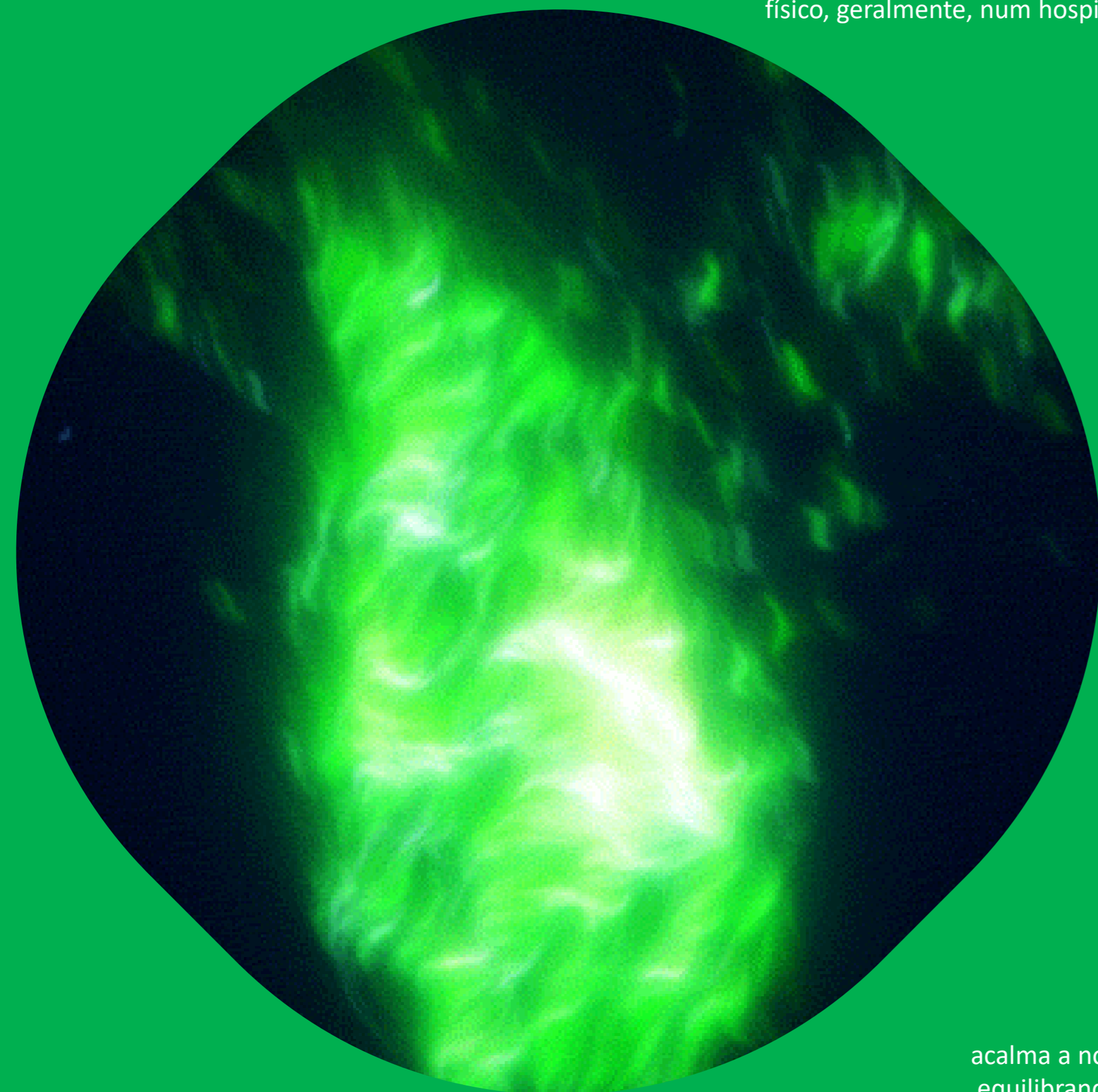
# EMOCIONAL

03

traz alegria e felicidade (o que podemos chamar de “bom humor”), nos ensinando a lidar com os desafios da vida cotidiana, o medo, a depressão e a melancolia. Proporciona ânimo, paciência em situações que requerem essa qualidade, e gera otimismo.

## ESPIRITUAL

esse raio é muito usado em processos de cura espiritual, especialmente em templos espirituais, centros espíritas e umbandistas; em rituais nativos, regressão de memória, entre outros locais com práticas de cunho espiritual. Nas regressões, por exemplo, é comum observar, na recordação dos acontecimentos passados, a utilização do raio verde para trazer cura para o corpo extrafísico, geralmente, num hospital espiritual.



## VERDE

Esse raio é aquele que fica no meio do espectro solar, ou seja, ele não é quente nem frio. Essa cor nos dá a sensação de frescor e alívio. É considerada, por muitos estudiosos, como a cor da cura, podendo ser empregada em vários tipos de tratamento. Ela favorece a digestão dos alimentos e estimula o equilíbrio, o relaxamento muscular e refresca o sangue; também estabiliza a nossa energia, os nossos pensamentos e sentimentos, além do sistema endócrino, do sistema nervoso e do sistema circulatório. O verde alivia o estresse diário, assim como acontece na natureza, em meio à vegetação. Alguns autores o consideram uma cor antiséptica. Suas principais características são equilíbrio, cura, homeostase<sup>5</sup>, regulador e antiestresse.

acalma a nossa mente de maneira sutil, equilibrando os nossos pensamentos. Ajuda a curar os pensamentos ruins, e a perceber o quanto podemos estar equivocados em relação às nossas formas de pensar e agir. Entretanto, em alguns momentos, essa cor pode causar indecisão, no caso de excesso.

## MENTAL

## FÍSICO

01

esse raio sempre foi considerado um agente no combate a inúmeros males no corpo. Proporciona equilíbrio e traz uma sensação de que o organismo está em seu perfeito funcionamento. É uma cor ótima para o coração, as artérias, os músculos, os nervos etc.; é o raio que ajuda a devolver a homeostase ao nosso organismo

## ENERGÉTICO

02

essa é a cor do chacra cardíaco, sendo muito utilizado em trabalhos de curas energéticas, nos corpos sutis, e nos demais chacras, meridianos ou nadis, marmas etc.

## EMOCIONAL

03

estabiliza e harmoniza todo e qualquer problema nesta área. Com isso, conseguimos entender diversas situações da nossa vida. É uma cor que, com o tempo, nos ajuda a tomar decisões sem qualquer impulsividade, mas de forma ponderada e tranquila, equilibrando o racional com o emocional.

## ESPIRITUAL

a cor azul ativa nosso lado mais espirituoso, buscando entendimento do por quê de muitas coisas, trazendo um sentimento de compaixão e compreensão. Esse raio nos remete ao manto azul, da mãe Maria, de São Miguel Arcanjo, de Iemanjá, entre outros personagens religiosos. Essa vibração nos leva à aproximação do nosso eu superior, nos conectando aos seres de luz e aos protetores, nos mostrando o caminho de onde devemos exercitar e fortificar nossa fé

## AZUL

É a primeira cor fria do espectro solar. De certa forma, nos lembra do azul do céu, no qual muitos místicos e antigos sábios fazem uma ligação com as divindades ou com o lado espiritual. Trata-se de uma cor que tem as mais diversas propriedades terapêuticas. Esse raio trabalha a harmonização interior, traz calma e promove relaxamento. Favorece as articulações, relaxa os músculos, acalma o sistema nervoso e é ótimo para controlar taquicardia e problemas de hipertensão. O azul transmite a sensação de proteção, nos fazendo acreditar que bons ventos soprarão a favor, pois nos eleva a momentos de grande fé. Suas principais características são tranquilidade, harmonia, comunicação, sociabilidade, relaxamento, proteção, fé e espiritualidade.

acalma a mente, promove inspirações elevadas, quebra padrões negativos de pensamentos, nos fazendo perceber as coisas ao nosso redor com um olhar mais tranquilo. Essa cor deve ser evitada apenas para as pessoas que sofrem de depressão, pois pode-se agravar o quadro

## MENTAL

## FÍSICO

01

tem propriedades de suavizar e estabilizar a circulação sanguínea; relaxa a musculatura tensa, melhora a lubrificação de diversas articulações que possuem líquido sinovial, lubrifica as cordas vocais, suaviza a ação sináptica das células nervosas e harmoniza os tecidos do corpo. É indicado para tratar doenças inflamatórias e infecciosas, além de problemas de audição; também energiza a glândula tireoide e auxilia no tratamento do câncer.

## ENERGÉTICO

02

esse raio está ligado ao nosso chakra laríngeo, que é o centro energético da expressão. A cor apazigua todo e qualquer distúrbio vibracional, criando uma atmosfera de proteção e aconchego ao nosso redor, remetendo a uma sensação de segurança e confiança.

## EMOCIONAL

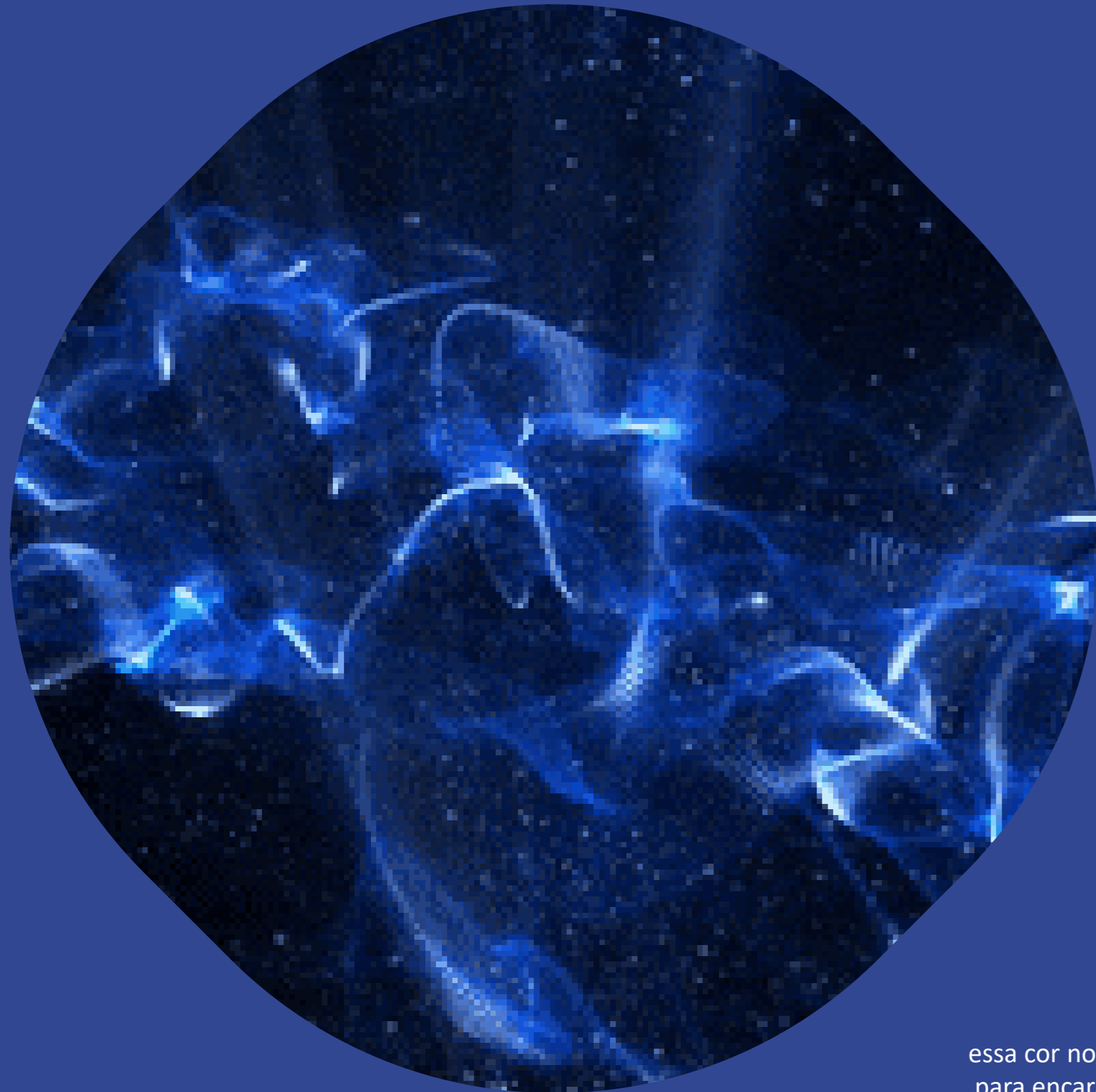
03

o azul auxilia na purificação das emoções, ajudando a perceber que precisamos nos conectar a uma esfera mais sutil, a fim de entender determinadas manifestações que ocorrem no nosso interior



# ESPIRITUAL

nos torna conscientes da nossa experiência terrena e das projeções astrais. Ativa a clarividência, pois abre o terceiro olho, que seria considerado, por muitos sábios, como os “olhos do espírito”. Em razão disso, as experiências de visões do passado e do futuro são facilitadas



## AZUL - INDIGO

Esse é um raio frio, e está localizado entre o raio azul e o violeta. Tem um tom mais forte, de propriedade mais intensa do que o azul, porém com algumas características peculiares. Essa cor é considerada a cor da sabedoria pela revelação, além de ser calmante e sedativa, fria e adstringente, pois relaxa a mente para um contato maior com as esferas elevadas por meio da meditação. Tem efeito coagulante forte, é um purificador sanguíneo, proporciona limpeza psíquica e alivia as tensões do dia a dia. Suas principais características são a consciência, o sedativo, o conhecimento, a purificação, e a visão ampliada e relaxante.

essa cor nos faz desinibidos e corajosos para encarar os nossos medos; limpa as nossas energias psíquicas, traz expansão mental, abrindo a nossa consciência para olhar as situações da nossa vida de maneira holística.

# MENTAL

## FÍSICO

01

esse raio é indicado para situações nas quais se precisa estancar o sangue, acelerando o processo de coagulação na região afetada. Tem efeito anestésico poderoso e sedativo. Auxilia na purificação do organismo, principalmente, do sangue e da linfa. É uma cor fria, que proporciona calma para qualquer situação. O índigo e o azul são cores ótimas, que trazem um sono tranquilo e reparador. Ajuda a acalmar o coração e baixar a pressão arterial, além de equilibrar a audição, visão e nariz. O raio também pode ser usado para problemas estomacais (como gastrite), doenças pulmonares, distúrbios nas glândulas paratireoide e pituitária..

## ENERGÉTICO

02

esse raio está ligado ao chacra frontal (do terceiro olho), ativando a visão daquilo que é mais sutil. Com isso, podemos perceber e visualizar situações que estão bloqueadas

## EMOCIONAL

03

é a cor que nos estimula à praticidade, porém com sabedoria. Mostra-nos o caminho para perceber quais pontos devemos melhorar internamente, fazendo-nos compreender o motivo pelo qual trazemos isso na vida atual, e como promover as transformações na nossa vida. Ajuda-nos a relaxar e usar todo o nosso conhecimento para superar os desafios do dia a dia..

## ESPIRITUAL

esse raio sempre teve uma ligação com o Conde de *Saint Germain*, por ser um raio purificador e de transformação do ser. É a cor que nos liga ao mundo espiritual, aos seres de luz e de extrema sutileza e amor. Ainda, está relacionada à limpeza espiritual em qualquer nível, sendo a cor do “eu superior”. A compreensão e o entendimento espiritual são ampliados quando essa cor está em harmonia conosco.



## ROXO

Este raio é o mais forte e o mais frio de todos. É uma cor voltada, puramente, para a alta espiritualidade. O violeta é a cor da transformação plena, sendo bastante utilizada para transmutar todo e qualquer processo, do negativo ao positivo, devido à sua força e vibração, promovendo, assim, uma limpeza profunda. Tem sua relação com a glândula pineal, realizando um contato maior com o mundo espiritual. É considerada, ainda, a cor do poder de si mesmo, da sua essência, tendo ligação com os aspectos espirituais do ser. Suas características principais são a espiritualidade, a divindade, o luxo, o poder, a abnegação, a transformação, e a cura.

equilibra a mente, transmuta sujeiras mentais, e é muito utilizado para tratar doenças mentais de qualquer natureza. Auxilia na quebra de vínculos psíquicos nocivos, facilitando a elaboração de pensamentos mais elevados.

## MENTAL

## FÍSICO

01

esse raio possui propriedades anticancerígenas, pois é capaz de estagnar o crescimento e desenvolvimento das células tumorais. Purifica o sangue e estimula a produção de glóbulos brancos, o baço e os ossos. Traz efeito calmante ao sistema nervoso, cardíaco e linfático. É ideal para o cérebro e medula, alimentando a glândula pineal. Serve para tratar irritação nervosa, inflamações, neuroses, entre outras doenças do sistema nervoso.

## ENERGÉTICO

02

essa cor transmuta toda e qualquer energia densa em energias mais calmas e harmônicas. A cor do raio está ligada ao chacra da coroa, ou o coronário, no topo da cabeça. Refina as nossas energias nos corpos sutis, aumentando o grau de espiritualidade.

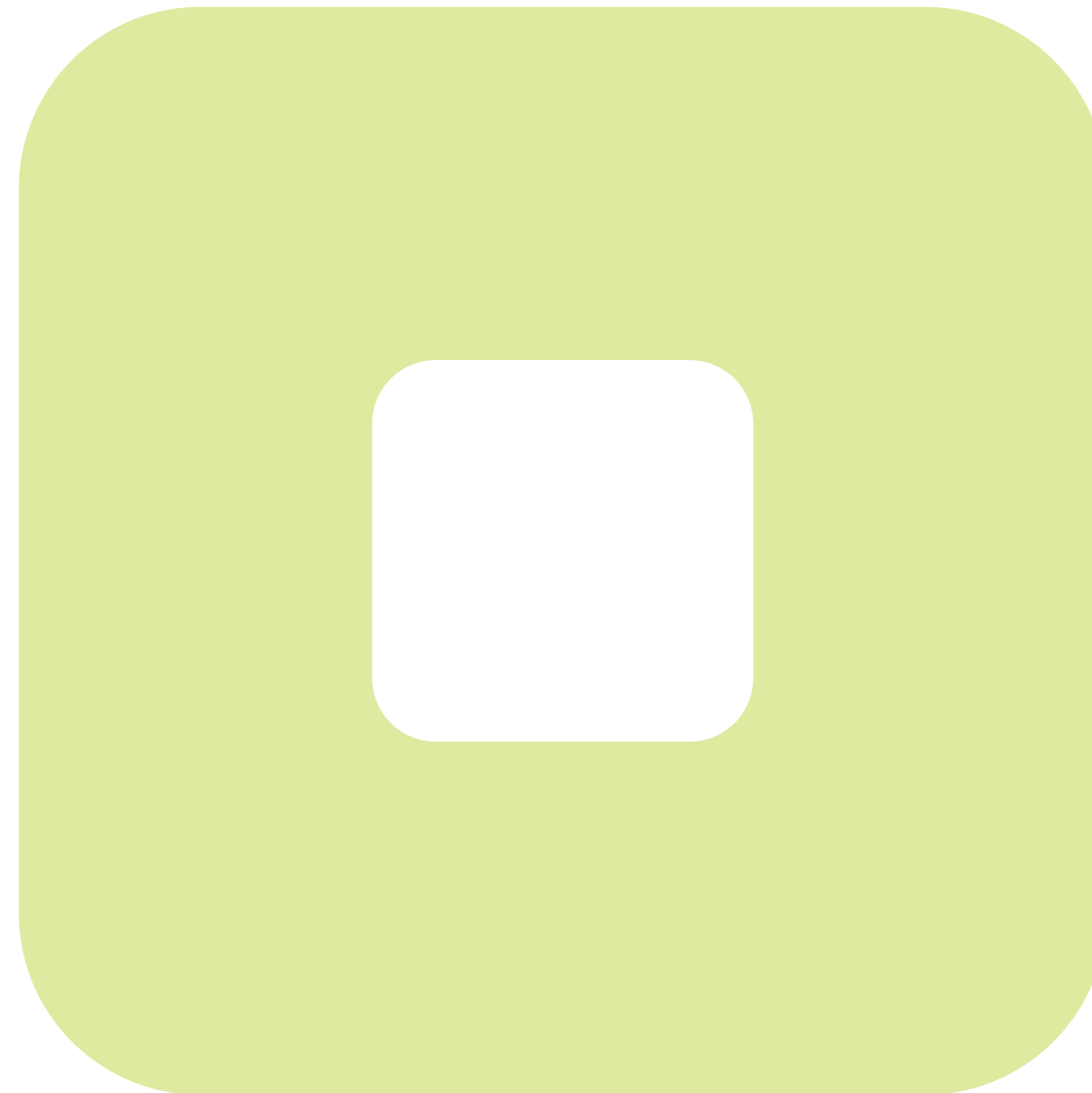
## EMOCIONAL

03

para os artistas, ou aqueles que buscam inspiração do alto, é a cor ideal, pois purifica todo e qualquer desequilíbrio emocional, trazendo calma e paz. Abre a nossa intuição, facilitando a meditação ou mesmo quando precisamos ouvir o nosso interior; também auxilia a quem procura adquirir autorrespeito

---

É a mistura do verde claro com o amarelo. Auxilia na retirada de resíduos ou impurezas do corpo.



## VERDE-LIMÃO



Trata-se da cor que nos estimula a falar a verdade interior e energiza a glândula “timo”. Ela renova o organismo, ajuda no crescimento ósseo, na limpeza dos rins, do fígado, do corpo etéreo e do sangue; também elimina catarro na cavidade sinusal.

---

É a mistura da cor verde com o azul. Ajuda a aliviar as inflamações, ativando o sistema imunológico



## TURQUESA



Os antigos entendem que a vibração dessa cor afasta energias negativas, o tão falando “mau-olhado”; serve ainda para tratamentos da pele. Outra função importante é a de proporcionar a sensação de proteção contra toda e qualquer força estranha, além de atrair bons fluidos.



É a mistura do vermelho e com o laranja, sendo a vibração dessas duas cores.



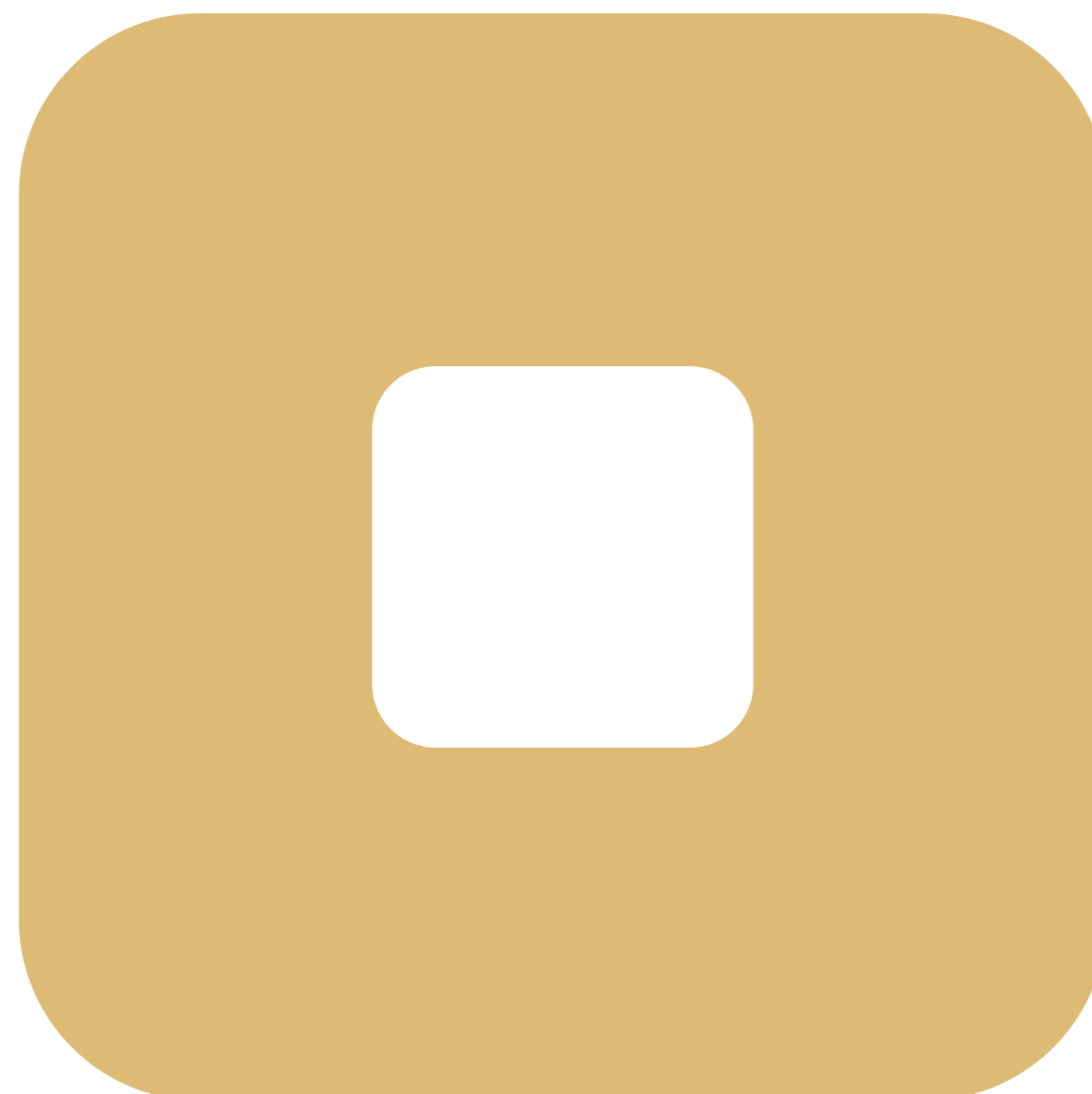
## VERMELHO-ALARANJADO



Aqui, vemos em ação a mistura das energias masculina e feminina. trata-se de um tom menos forte e agressivo, que pode ser usado no lugar do vermelho apenas quando a pessoa não puder utilizar essa cor.

---

Conseguimos esse tom misturando as cores laranja e amarelo.



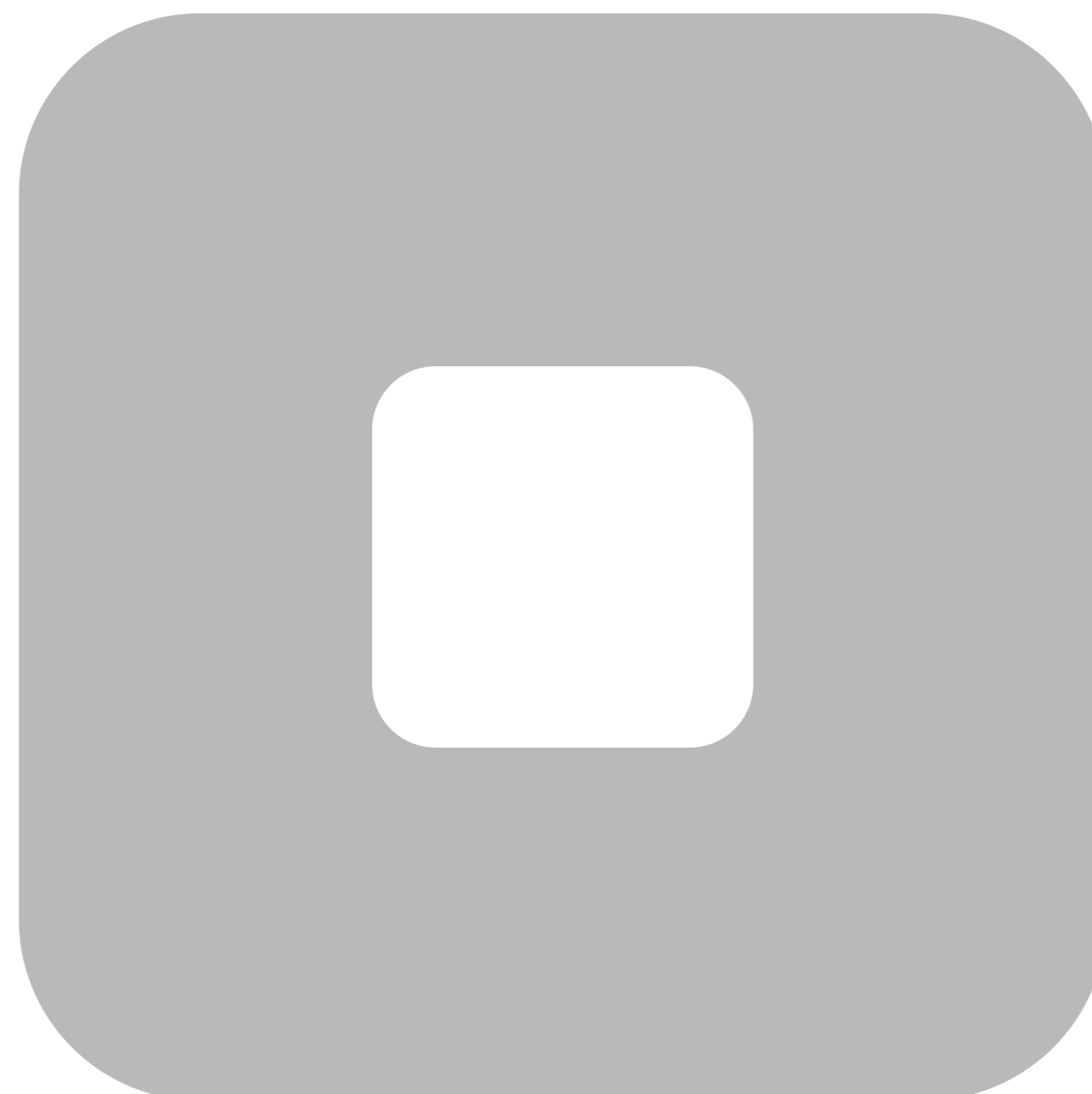
## DOURADO



A cor dourada está associada ao espírito universal, e com o Deus Rá (antigo Egito), possuindo sua ligação com o Sol. Essa vibração está vinculada aos aspectos divinos ou superiores, ativando a sabedoria da alma existente em nós. Suas propriedades terapêuticas são de melhorar a circulação sanguínea, para energizar a pele, tratando o lúpus e o câncer de pele. É o raio que combate a depressão, a artrite, o reumatismo, a tuberculose e problemas na coluna vertebral. Além disso, vitaliza o sistema nervoso e o baço, beneficiando o nosso organismo.

---

É a mistura da cor preta com o branco. A vibração desse raio é muito utilizada em casos de processos obsessivos, pois tem propriedades de queimar e purificar qualquer energia densa.



CINZA



PRATA



Pode ser usada terapeuticamente quando a pessoa apresentar problemas espirituais ou de atrair forças de proteção para qualquer tipo de atividade espiritual. É considerada uma cor de proteção e de limpeza, promovendo uma sensação de imparcialidade sem qualquer frieza. Junto com o dourado, representa as forças espirituais de luz agindo de forma positiva.

---

É o oposto do raio branco, pois surge quando não há luz.



PRETO



Essa cor é a da “não percepção humana”, ou seja, aquelas não são detectadas pelos bastonetes ou cones, que são as células captadoras das ondas de cores, transmitindo-as para o nosso cérebro a sua decodificação, visualmente falando. Trata-se da cor do luto, do oculto, do isolamento e de proteção em algumas situações, ou para não ser percebido em algum lugar. O preto também representa o oculto que está em nós e precisa ser avaliado.



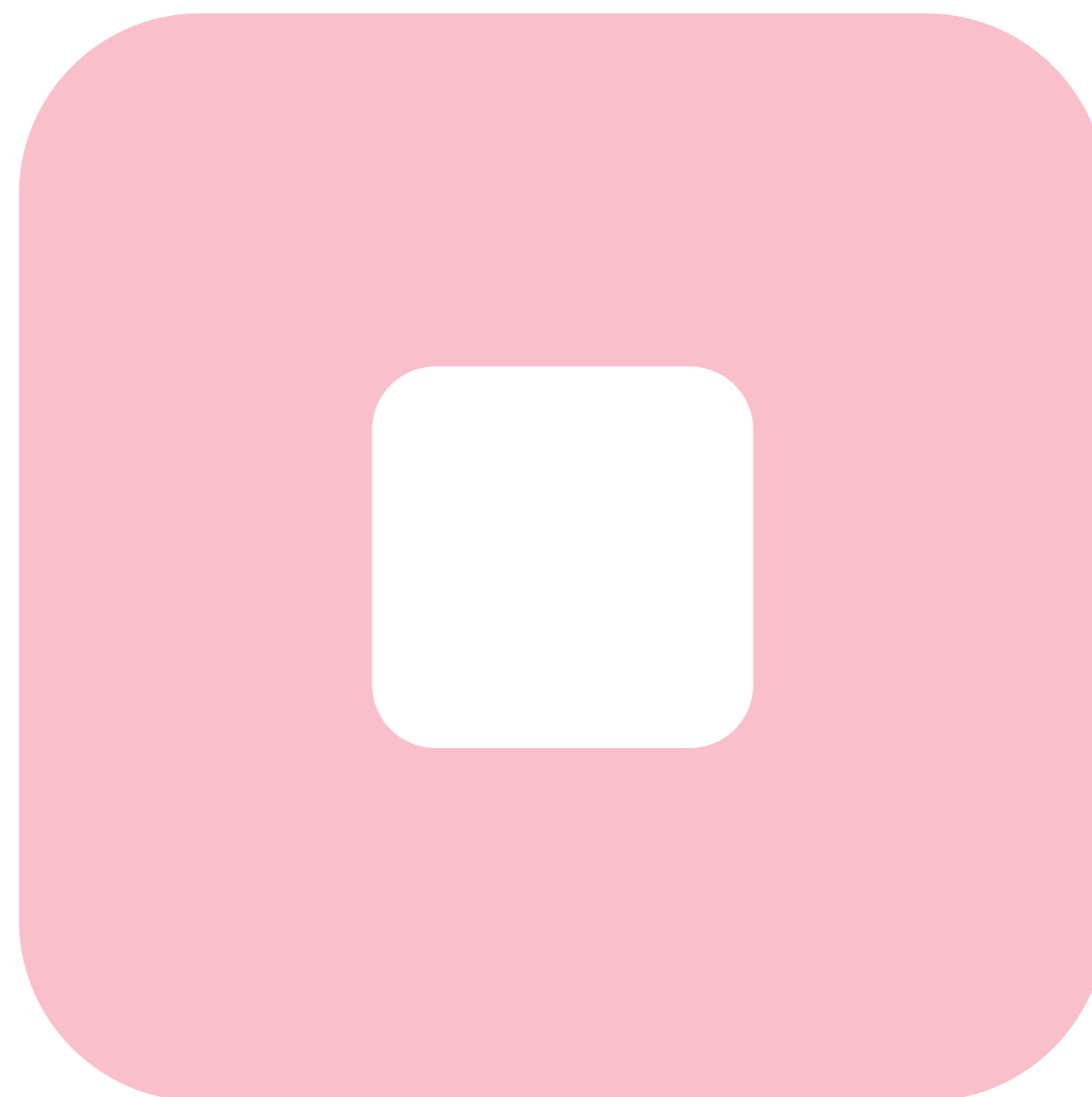
# BRANCO



O branco proporciona paz e tranquilidade. Pode ser nas mais diversas aplicações. Na verdade, é a essência de todas as outras cores, e representa a pureza, a paz, o sagrado e luz. Essa cor é usada em trabalhos ou atividades de doação, cura ou caridade, ou ainda quando se busca clareza de ideias, pensamentos, conexão com o espiritual e sentimentos que estão em comunhão com o grupo.

---

É a mistura do  
vermelho com o  
branco.



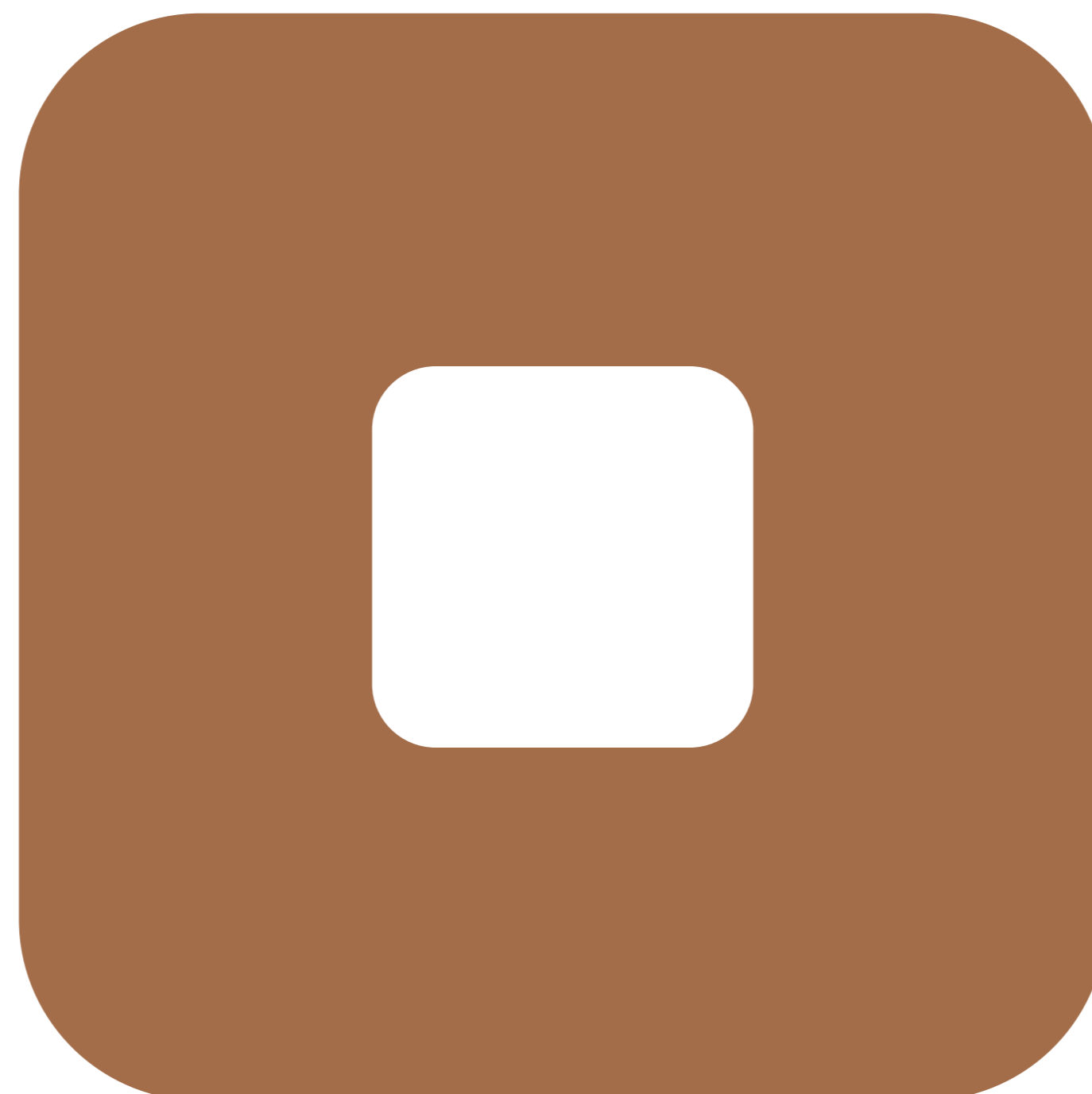
ROSA



Trata-se de uma vibração mais feminina. Estimula o amor, de maneira expansiva. Traz compreensão e compaixão, auxiliando nos trabalhos de perdão e autoperdão. Na parte física, é excelente purificador sanguíneo e ajuda os rins também neste processo. Essa cor é recomendada na busca de paz interior e para desenvolver o altruísmo.

---

É uma cor ligada à terra, ao chacra básico e raiz. Traz confiança, segurança, calma e praticidade.



# MARROM

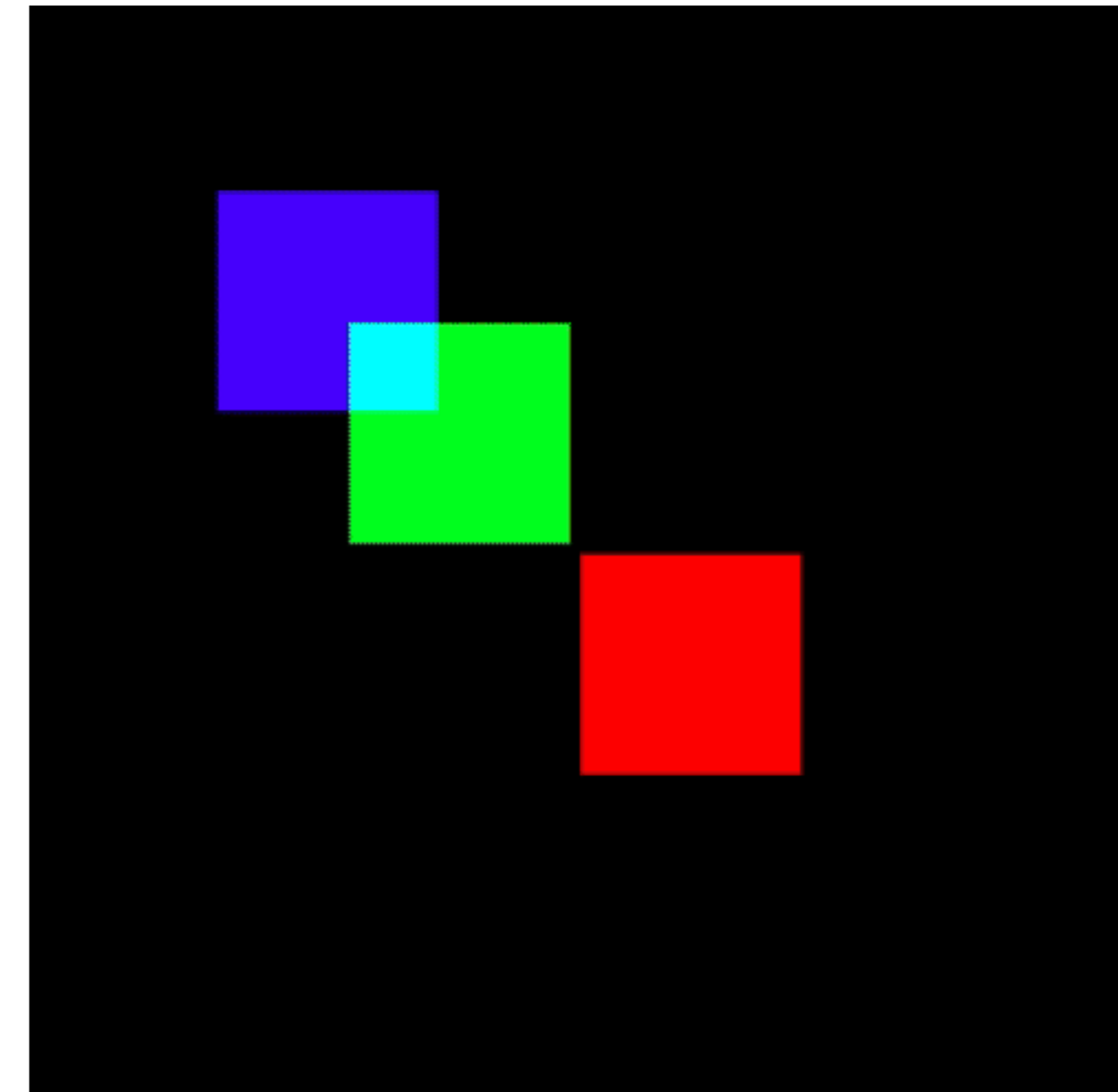


O marrom é bastante recomendado para pessoas que precisam de aterramento, que são muito aéreas, ou seja, que vivem no “mundo da lua” ou pensam demais e não realizam nada. Ele promove solidez de personalidade e estímulo ao conservadorismo. A variação dessa cor é o bege, que é mais suave para a utilização em roupas e ambientes. O bege é uma variante do marrom – que transmite serenidade e passividade; é considerado clássico, mais quente do que frio, e passa a sensação de antiguidade, pouco movimento, aconchego e conforto



**Atividade**

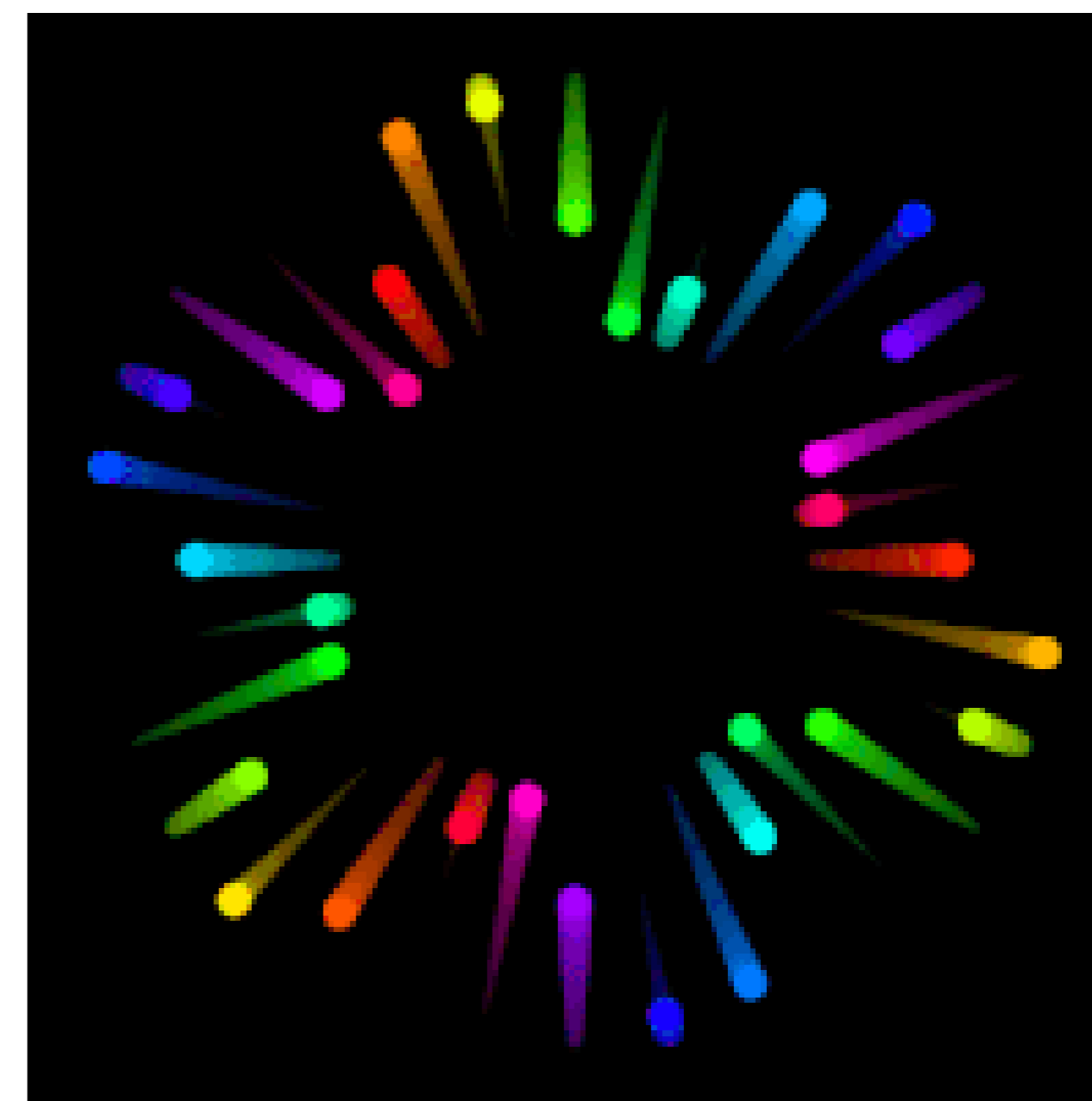
Ao lidarmos com as cores, podemos identificar que cada uma delas pode nos levar ao processo de reflexão sobre a nossa própria forma de ser no dia a dia. Através de determinada cor, é possível ver como está o nosso estado de humor naquele dia, ou mesmo naquele momento. Andamos diariamente no “piloto automático” e, devido a isso, nem percebemos o motivo pelo qual escolhemos uma cor ao invés de outra. Para isso, vou lançar aqui um desafio, que é muito utilizado nos cursos que ministro. Pegue um lápis e papel, e vamos trabalhar um pouco.



Para isso, vou lançar aqui um desafio, que é muito utilizado nos cursos que ministro. Pegue um lápis e papel, e vamos trabalhar um pouco.

1. Você vai descrever qual a cor (ou quais as cores) que você mais gosta ou mais usa, e vai dizer o porquê (tem que ser aquela cor que vier à sua mente).
2. Depois de identificar as cores e o motivo pelo qual gosta ou usa, escreva também a cor (ou as cores) das quais não gosta, escrevendo no papel o motivo.

Os aspectos positivos e negativos da cor representam um perfil da sua personalidade, neste momento da sua vida (pode ser que você se identifique com alguma característica, ou com mais de uma). A cor que você escolheu, como aquela que você não gosta ou não se identifica, significa que você precisa trabalhar, em si mesmo, as características apresentadas por ela, seja no aspecto positivo ou negativo.



**VERMELHO** no aspecto positivo, mostra que você tem tendência a ser uma pessoa agitada, motivada e cheia de energia para fazer o que precisa no seu dia a dia. Demonstra força e vigor, vontade de atingir seus objetivos com garra e determinação, sem medir esforços para isso. No aspecto negativo, mostra uma tendência à irritabilidade, ao materialismo, ao nervosismo, à impulsividade, à raiva e em querer tudo para o agora. Esses são aspectos que podem prejudicá-lo neste momento da sua vida.

**LARANJA** no aspecto positivo, significa que você é uma pessoa criativa, alegre, despojada, ousada, corajosa e cheia de energia, com tendência a se dar bem nos negócios e no empreendedorismo, além de também saber lidar com as emoções. No aspecto negativo, pode ser considerada uma pessoa incosequente e bastante destemida, com medos em excesso, estagnação e procrastinação na vida, dificuldade de se relacionar consigo mesmo (e com os outros), muito analítica, crítica e sem criatividade.

**AMARELO** no aspecto positivo, significa que tende a ser de personalidade mais racional do que emocional, de bastante bom humor e alegria; de pensamentos e ideias positivas, gosto pelos estudos e análise de dados; é uma pessoa focada e com facilidade de concentração. No aspecto negativo, pode apresentar ser uma pessoa mental e racional demais, que pensa bastante e, neste caso, é preciso tomar certo cuidado, pois isso pode ocasionar certa “dor de cabeça” em algumas situações.

**VERDE** no aspecto positivo, demonstra ser uma pessoa com calma e equilíbrio; de certa forma, tranquila e atenta aos detalhes. No aspecto negativo, pode ser uma indecisa, tendendo a ficar sempre “em cima do muro”, vivendo, na maioria das vezes, em desequilíbrio.

**AZUL** no aspecto positivo, você parece ser uma pessoa bem calma e sociável; tranquila e espirituosa, sempre acreditando nas possibilidades, alimentando a fé e se expressando de maneira harmoniosa. No aspecto negativo, tende à lentidão e é voltado às questões mais espirituais, fugindo de coisas que envolvam o lado material e de concretização.

**ÍNDIGO** no aspecto positivo, é mais voltado à espiritualidade, à busca de autoconhecimento, e do entendimento sobre o que envolve o mundo espiritual, buscando sempre enxergar além daquilo que está à sua frente. No aspecto negativo, tem dificuldade em lidar com as coisas mundanas, sempre “viaja” demais mentalmente e fica no mundo da lua.

**VIOLETA** aspecto positivo, é uma pessoa mais voltada à espiritualidade e à transcendência, sempre buscando o seu “eu superior”; está sempre ligada às dimensões divinas do ser e de manifestação do seu empoderamento espiritual, transmutando todas as situações. No aspecto negativo, pode desenvolver uma tendência a achar que já está bastante espiritualizado, colocando-se acima de tudo e de todos; tende a ter ainda dificuldade com a vida material, como com conquistas e ganhos financeiros.

**TURQUESA** no aspecto positivo, é uma pessoa forte espiritualmente, com percepção aguçada a qualquer influência energética estranha, utilizando sua fé como canal de superação. No aspecto negativo, não se protege e não tem força espiritual para enfrentar os obstáculos da VIDA.

**CINZA** no aspecto positivo, são pessoas que prezam à neutralidade, mais analíticas perante qualquer situação, e sem qualquer envolvimento emocional. No aspecto negativo, tendem à tristeza, à depressão, à apatia, ao desânimo, e apego ao passado.

**DOURADO** no aspecto positivo, é uma pessoa que tende a ser sábia em várias situações, sempre buscando respostas de âmbito espiritual para resolver quaisquer problemas, além de ser próspera e abundante. No aspecto negativo, tem dificuldade em acessar a sabedoria interna e lidar com a prosperidade.

**PRATA** no aspecto positivo, tem tendência a receber ajuda espiritual e proteção quando está no seu caminho de alma e fazendo algo que envolve um trabalho espiritual de luz, seja de qualquer religião ou segmento espiritual. No aspecto negativo, está frequentemente sob influência de forças estranhas, ataques psíquicos e obsessivos, sofrendo muitas interferências.

**BRANCO** no aspecto positivo, é uma pessoa que gosta das coisas claras que busca ajudar o próximo, se doar para os outros, auxiliar as pessoas para uma causa maior. No aspecto negativo, tem dificuldade em enxergar seu “eu”, e não gosta de ajudar os outros, tendo tendência ao egoísmo.

**PRETO** no aspecto positivo, sabe lidar com seu mundo interno, além de ser bem discreta, não querendo aparecer. No aspecto negativo, tem dificuldade de se relacionar, cultivando o luto e com tendência ao isolamento.



**ROSA** no aspecto positivo, é uma pessoa amorosa, afetuosa, com comportamento de compaixão e compreensão, que cultiva relacionamentos mais tranquilos. No aspecto negativo, tem dificuldade em perdoar, alimenta mágoas de forma constante, e age de maneira muito emocional.

**MAGENTA** no aspecto positivo, a pessoa tem tendência a ter bastante energia e disposição para a vida, com desprendimento a padrões de pensamentos e sentimentos, sendo de característica mais espirituosa. No aspecto negativo, é alguém com tendência materialista, que preza a padrões antigos de raiva e mágoa.


**MARROM** no aspecto positivo, é considerada uma pessoa prática e tranquila, demonstrando maturidade e atitudes conservadoras em muitas situações, sendo alguém com os “pés no chão”, que busca solidez quando se trata de investir seu dinheiro. No aspecto negativo, tem dificuldade em resolver questões de forma simples, além de ter tendência à insegurança e bloqueio nos assuntos de aspectos espirituais.


#### **AZUL-MARINHO –**


no aspecto positivo, é uma cor que mostra uma pessoa e, em alguns casos, bastante conservadora, que gosta de assuntos de caráter mais profundos e de adquirir conhecimento sobre si e de várias coisas. No aspecto negativo, é pragmática, tendendo a se especializar em uma área e esquecer outra.





# OBJETOS & CORES

 **TONS ESCUROS** – demonstram neutralidade, seriedade e imponência, tendendo a nos afastar mais das pessoas. Pode representar pessoa com tendência à depressão. São cores impessoais, sem intimidade.


 **TONS CLAROS** – demonstram leveza e suavidade, influência sutil e harmoniosa, tendendo a nos aproximar mais das pessoas. São tons mais alegres e joviais.


 **ROUPA PRETA** – demonstra bom caimento para pessoas obesas ou com alguns quilos a mais, mas também representa isolamento. Pode dizer também que a pessoa tem predisposição em não querer aparecer, preferindo ficar despercebida no ambiente.


 **ROUPA BRANCA** – demonstra leveza e suavidade, sinceridade, pureza e transparência; é a cor da doação, da clareza de sentimentos e de ideias. Demonstra uma pessoa com tendência a ser prestativo com todos, sem qualquer distinção.


 **ROUPA VERMELHA** – traz motivação e disposição. É indicada para práticas esportivas, pois dá mais força e energia. É um tom de roupa que ajuda a quem precisa ter (ou quem tem) muitas atividades diárias, pois acelera bastante o indivíduo


no seu dia a dia. Roupas vermelhas, geralmente, chamam a atenção em qualquer lugar. Evite usar esta cor em momentos de apresentação ou palestras, pois, além de agitar, irá chamar mais atenção do que o conteúdo a ser abordado.

 **ROUPA ROSA** – nuance do vermelho. Representa afetividade nos relacionamentos em geral. Por ser uma cor mais feminina, atrai os olhares femininos. É indicada para pessoas que precisam ficar calmas e abrandar os sentimentos, trazendo leveza e suavidade nas ações.


 **ROUPA LARANJA** – traz descontração e autoestima; desperta otimismo e torna a pessoa corajosa. Vestir roupas alaranjadas demonstra sensualidade e despojamento. É indicada para quem precisa da força da criatividade e, ao mesmo tempo, de mais alegria para a vida.


 **ROUPA AMARELA** – traz alegria, leveza, bom humor, e favorece a comunicação. É muito boa para pessoas que precisam de concentração, estudo, foco no trabalho e análise de processos.


 **ROUPA VERDE** – traz equilíbrio e bom senso. É indicado para trabalhos mais elaborados e que necessitam de muita atenção. Pode ser usado em ambientes tensos; traz sucesso e prosperidade, atraindo oportunidades; proporciona serenidade no pensar, nos fazendo evitar atitudes espontâneas.


 **ROUPA AZUL** – transmite a sensação de tranquilidade, serenidade e relaxamento perante o dia a dia. Proporciona sociabilidade, paz e harmonia interior, nos


dando a sensação de estarmos protegidos e, conseqüentemente, de segurança.


 **ROUPA ÍNDIGO** – transmite a sensação de aprendizado e demonstra uma pessoa com conhecimento, consciência dos fatores diários e da vida; nos faz ser mais observadores.


 **ROUPA VIOLETA** – traz sensação de poder, concentração, paz e elevação espiritual; sugere autoridade, acalma a mente. Essa cor, geralmente, é usada por pessoas de cargos elevados, espiritualmente falando.


 **ROUPA MARROM** – acarreta firmeza e segurança. Seu uso é muito comum em organizações, junto com o preto e azul marinho. Representa seriedade, praticidade e maturidade.


 **ROUPA CINZA** – demonstra estado de espírito depressivo, apatia; representa pessoa sem cor e sem vida, com estado energético depreciado, além de neutralidade e baixa autoestima.

 **ROUPA AZUL-MARINHO** – por ser uma cor de caráter mais conservador, é usado em situações mais formais, principalmente, em reuniões, entrevistas, ou até mesmo para dar aulas.

 **LARANJA** – promove energia e encorajamento. É uma cor ótima para os negócios, trazendo dinamismo aos funcionários, estimulando escolhas rápidas, sem incertezas. Em ambientes de alimentação, aumenta o apetite e o paladar. Assim como as demais cores quentes, beneficia bastante restaurantes e lanchonetes.

 **AMARELO** – estimula a mente, traz alegria, sendo benéfico para ambientes que precisam ativar a intelectualidade e uma grande atividade mental dos funcionários. É uma cor que favorece locais como escritórios de administração, salas de leitura, salões de cabeleireiro, lojas de roupas, sendo boa para a comunicação visual.

 **VERDE** – cor de equilíbrio e estabilidade, adequada para ambientes que exijam precisão e atenção. É considerada a melhor cor para um ambiente de produção (fábrica ou indústria), pois ameniza o estresse, beneficiando funcionários que estão sob calor e pressão. Trata-se de uma cor de sucesso para os negócios, proporcionando integração entre os colaboradores internos; também está associada a locais que envolvam a área da saúde. O verde não é recomendado em escritórios e ambientes administrativos.

 **AZUL / ÍNDIGO** – cor suave e calmante, que traz paz e tranquilidade. É adequada para ambientes como sala de espera e recepção de uma empresa, proporcionando acolhimento. Essa cor é favorável para locais onde os funcionários precisam de descanso. De boa comunicação visual, pode ser usada em fachadas,



As cores nas roupas têm forte influência no nosso dia a dia, nos estimulando das mais diversas maneiras. Elas demonstram o nosso estado de espírito, nos ajudando a ter determinada ação ou atitude correspondente àquela cor, e nos mantendo assim enquanto estivermos usando-a, seja como camiseta, calça etc.

Cabe ressaltar que é importante medir nosso estado de espírito, pois com isso podemos usar roupas com as cores que podem mudar este estado em nós, fazendo com que possamos melhorar e promover a cura necessária no nosso campo físico, emocional, mental, energético e espiritual. Roupas com cores mais quentes tendem a nos deixar mais agitados, enquanto que as roupas com cores mais frias tendem a nos deixar mais tranquilos



As cores nas paredes de nossa casa, lugares em que temos constante contato e presença.

Lembre-se somos estimulados por todos lugares que nos passamos e tudo que nós vemos e sentimos.

Estamos constantemente sendo “influenciados” de diversas maneiras.

Indicação – Mude suas rotinas, observe seu caminho para o trabalho, tente mudar a rota. Faça um caminho que tenha mais arvores, menos transito e mais beleza.

Ou até mesmo observe , de foco apenas paras as coisas belas pelo caminho.

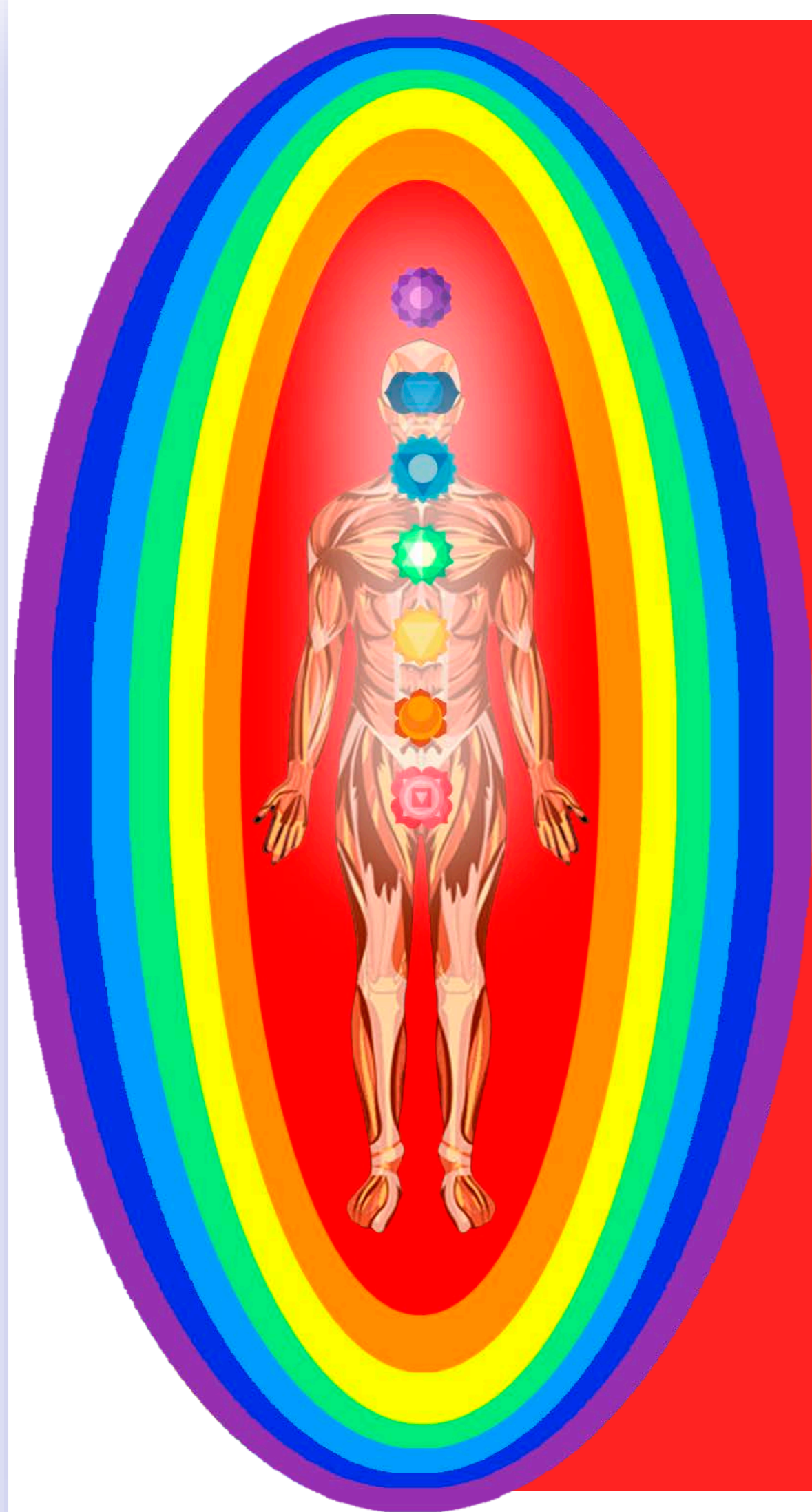


**Tenha artes espalhadas por  
sua casa**



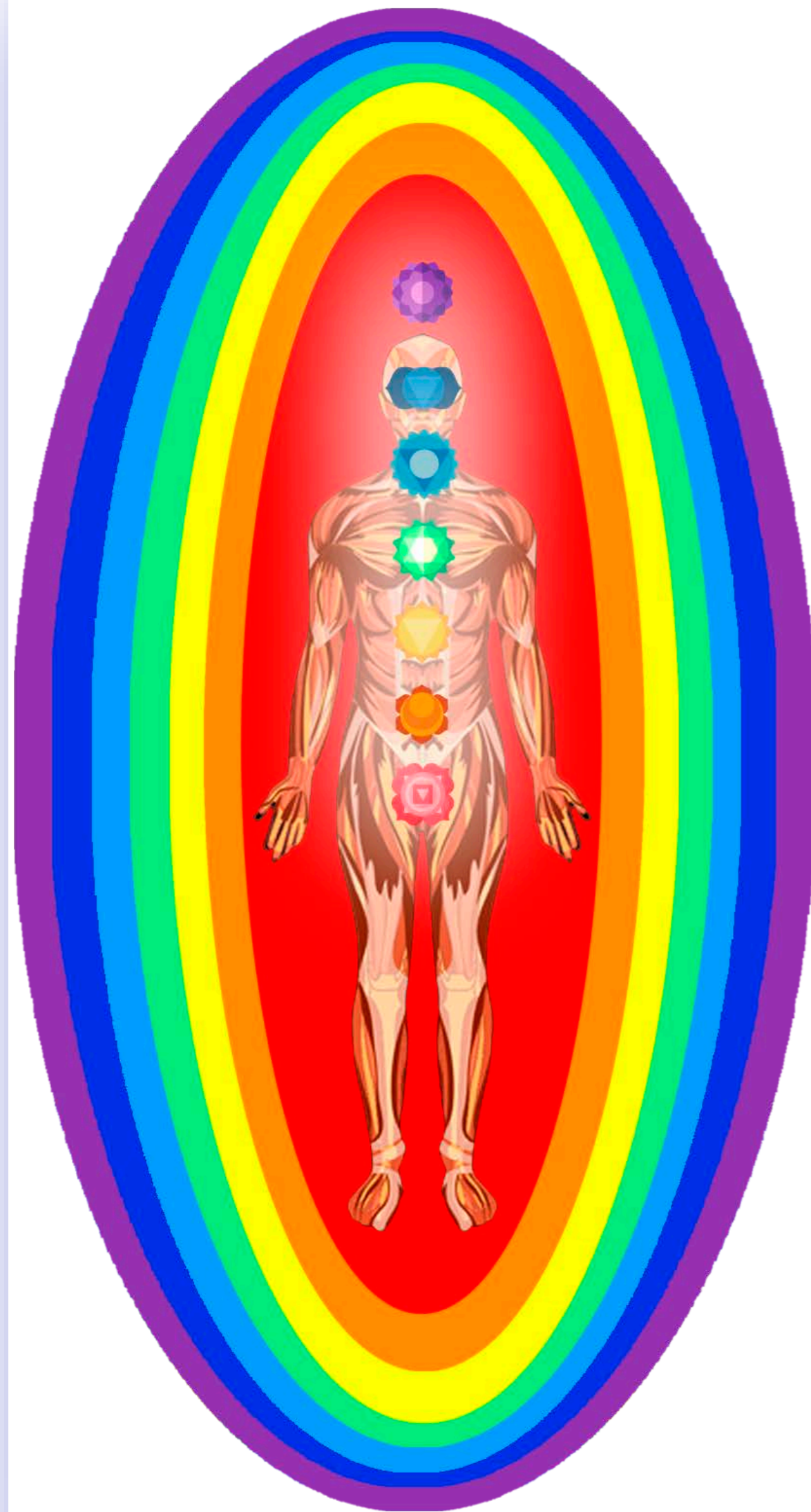
# Corpos Suttis





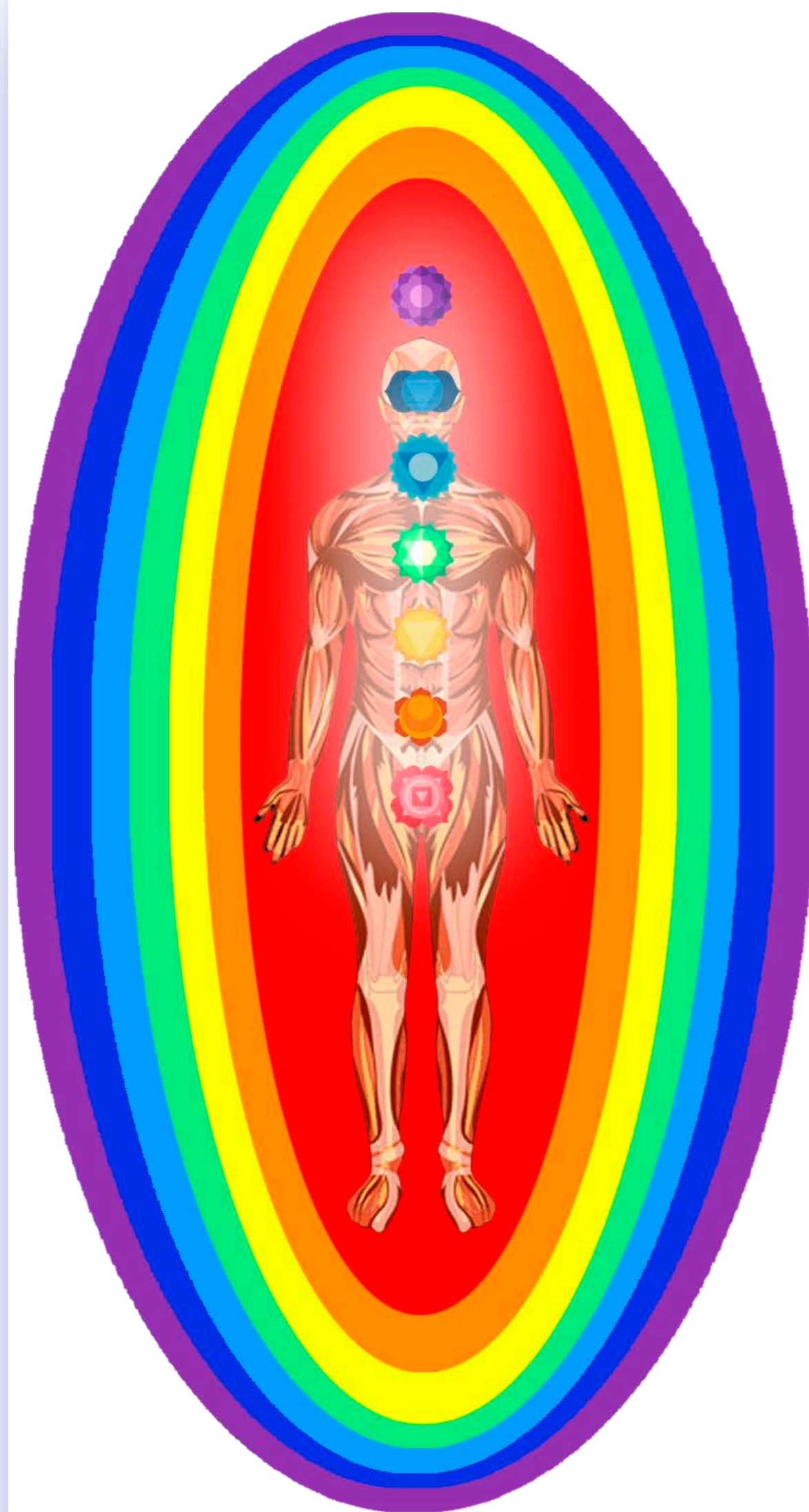
## O CAMPO BIOELETROMAGNÉTICO

Somos um espírito em uma experiência material, que precisa entender a finalidade da sua jornada. Essa finalidade, muitas vezes, está em encontrar seu caminho de alma, sua trilha espiritual, de despertar sua luz interna. Sua luz irradia por onde anda, transmitindo aquilo que pensa e sente, e, para isso, é necessário entender sobre o campo bioeletromagnético, no qual vibra a todo o momento.



## O CAMPO BIOELETROMAGNÉTICO

Esse campo bioeletromagnético nada mais é do que a sua aura. Todo organismo vivo irradia energia e luz por onde passa, e essa energia tem relação direta com seus pensamentos e emoções. Quando você pensa, aquele pensamento o leva a algum sentimento ou emoção, que logo tem efeito no seu campo bioeletromagnético, e a frequência emanada desse campo irradia ao seu redor. Portanto, o que você pensa se manifesta, e quem está à sua volta pode perceber essa irradiação em forma de energia.



## O CAMPO BIOELETROMAGNÉTICO

Por exemplo: já aconteceu de você se aproximar de alguém e sentir uma vibração positiva e tranquila, uma sensação agradável sobre aquela pessoa? Isso é sinal de ela irradia pensamentos e sentimentos agradáveis. Também já aconteceu de você se aproximar de alguém e perceber uma coisa estranha, uma energia pesada, ou algo desconfortável, e você sente vontade de se afastar? Os pensamentos e os sentimentos daquela pessoa estão compatíveis com essa vibração e, muitas vezes, nem ela percebe.



# — Chakras



**OS CHACRAS** Os chacras são centros energéticos que todos nós temos em nossa anatomia sutil. Eles captam e expelem energia vital a todo momento, dependendo da nossa condição psicoemocional. Quando observamos os chacras e todos os estudos envolvidos a ele, logo fazemos uma analogia das cores, pois, ao analisar cada centro energético e sua vibração, podemos perceber que cada um tem as suas cores de vibração original. A seguir, segue o mapa dos chacras e suas cores correspondentes para cada chacra, ou seja, isso não é uma regra. Uma pessoa pode, por exemplo, se expressar de maneira raivosa e vibrar um tom vermelho no chacra laríngeo; ou, então, uma vibrar a cor rosa no chacra cardíaco, sentindo amor pelas pessoas ou por alguém em especial. Na aplicação da cromoterapia, podemos usar cores diferentes para cada chacra, ou ainda as mesmas cores, pois é necessário que, durante a conversa com a pessoa que vamos tratar, possamos conhecer sua queixa e avaliar a cor adequada para aquela sessão. Dessa forma, as cores podem ser aplicadas em nosso campo áurico, ou seja, no campo bioeletromagnético, trabalhando algum processo denso, como, por exemplo, para uma forma-pensamento, mecanismos astrais energéticos nocivos, acalmar os pensamentos e emoções, e restabelecer o corpo etéreo, harmonizando-o. Para quem é clarividente e tem o dom de perceber a vibração áurica da pessoa, e os tons de cores presentes, pode usar as cores para ajudá-la no equilíbrio, utilizando cores específicas ou montando uma combinação apropriada para aquele momento.



# Técnicas

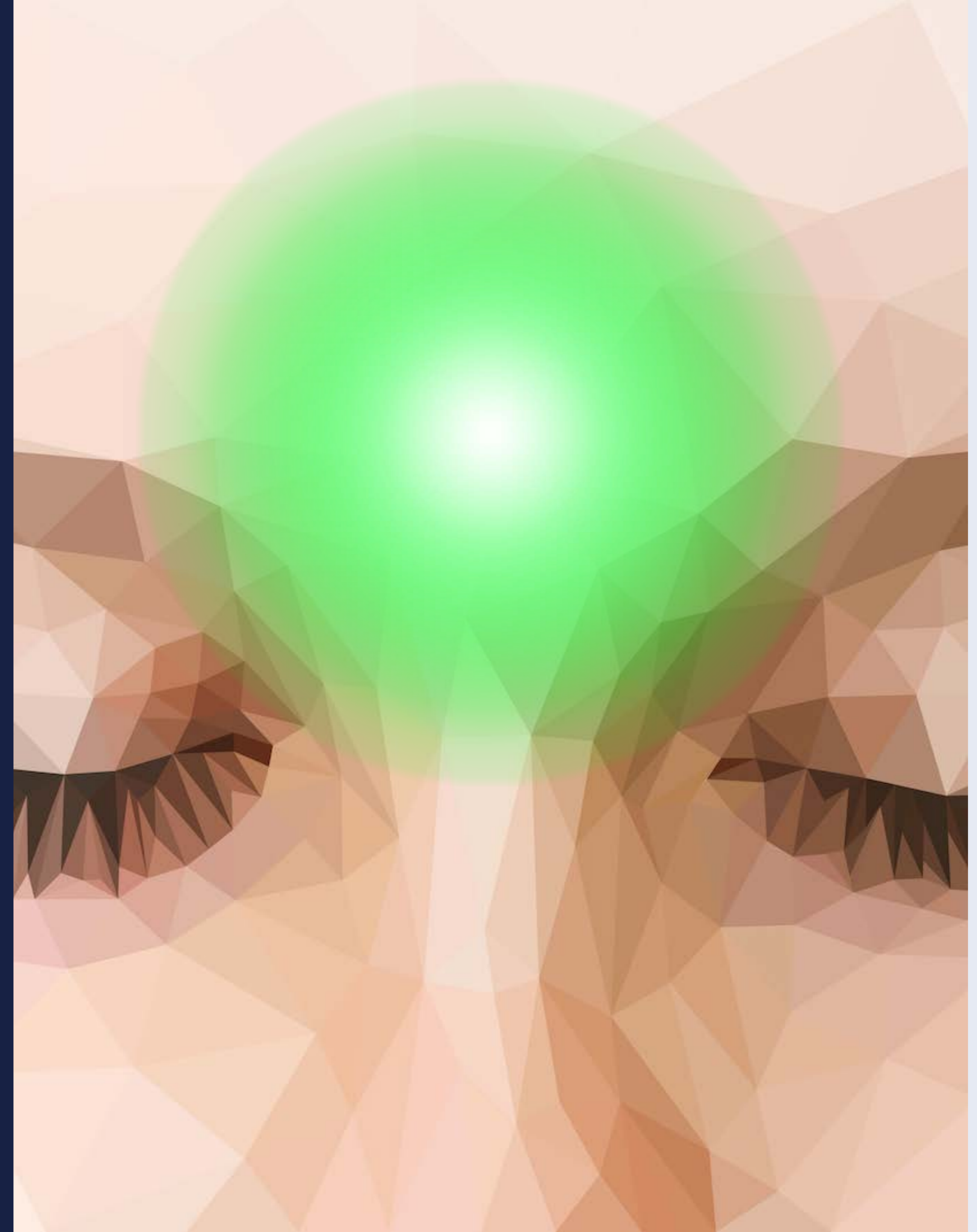
# O PODER DA VISUALIZAÇÃO

Apesar da cromoterapia ser aplicada usualmente através de equipamentos, ela pode ser desenvolvida também através das nossas intenções e de processos criativos, dentro de nossa mente (visualização).

Dentro das visualizações / materializações internas na mente, o ser humano é capaz de replicar e produzir as propriedades de cada cor.

Trata-se de uma técnica que exige treino e constantes exercícios para ser aprimorada e desenvolvida.

Nesse sentido, a aluna precisa desenvolver certo controle mental e concentração.



# PROJEÇÃO

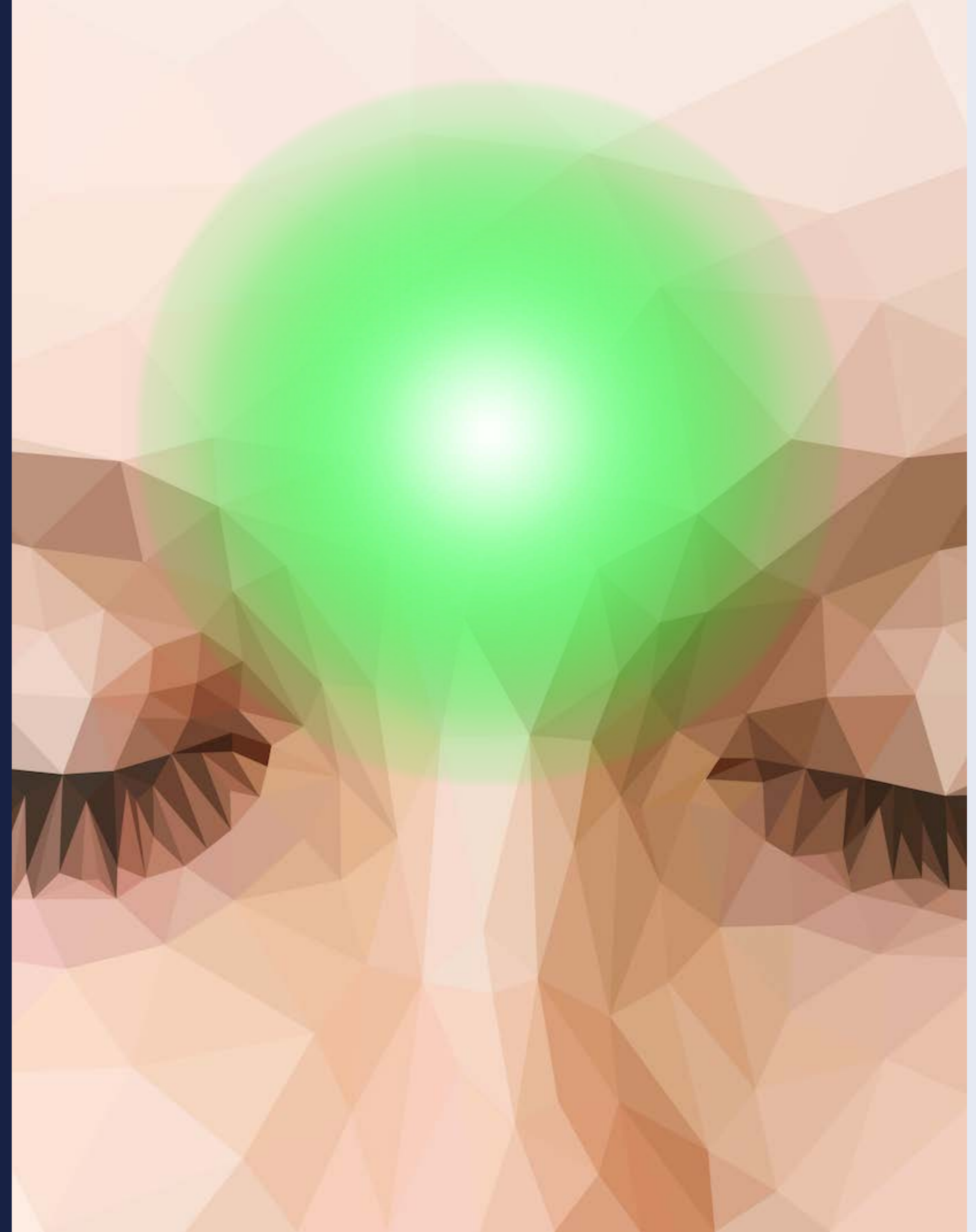
## TELA MENTAL

Neste sentido, seja nos atendimentos de reiki ou em nosso dia a dia , pode-se gerar certos estados mentais através da projeção de cores.

Uma vez que as cores, sabidamente, trazem emoções e sentimentos, assim como os cheiros.

Dessa forma, caso utilize seu foco para concentrar atenção em momentos de dificuldade, em cores que geram a coragem na psique humana, você poderá alterar seu estado mental.

OS ESTADOS MENTAIS PODEM SER  
ALTERADOS OU GERADOS A PARTIR DA  
MOVIMENTAÇÃO DO PONTO DE  
AGLUTINAÇÃO PARA UMA DETERMINADA  
COR



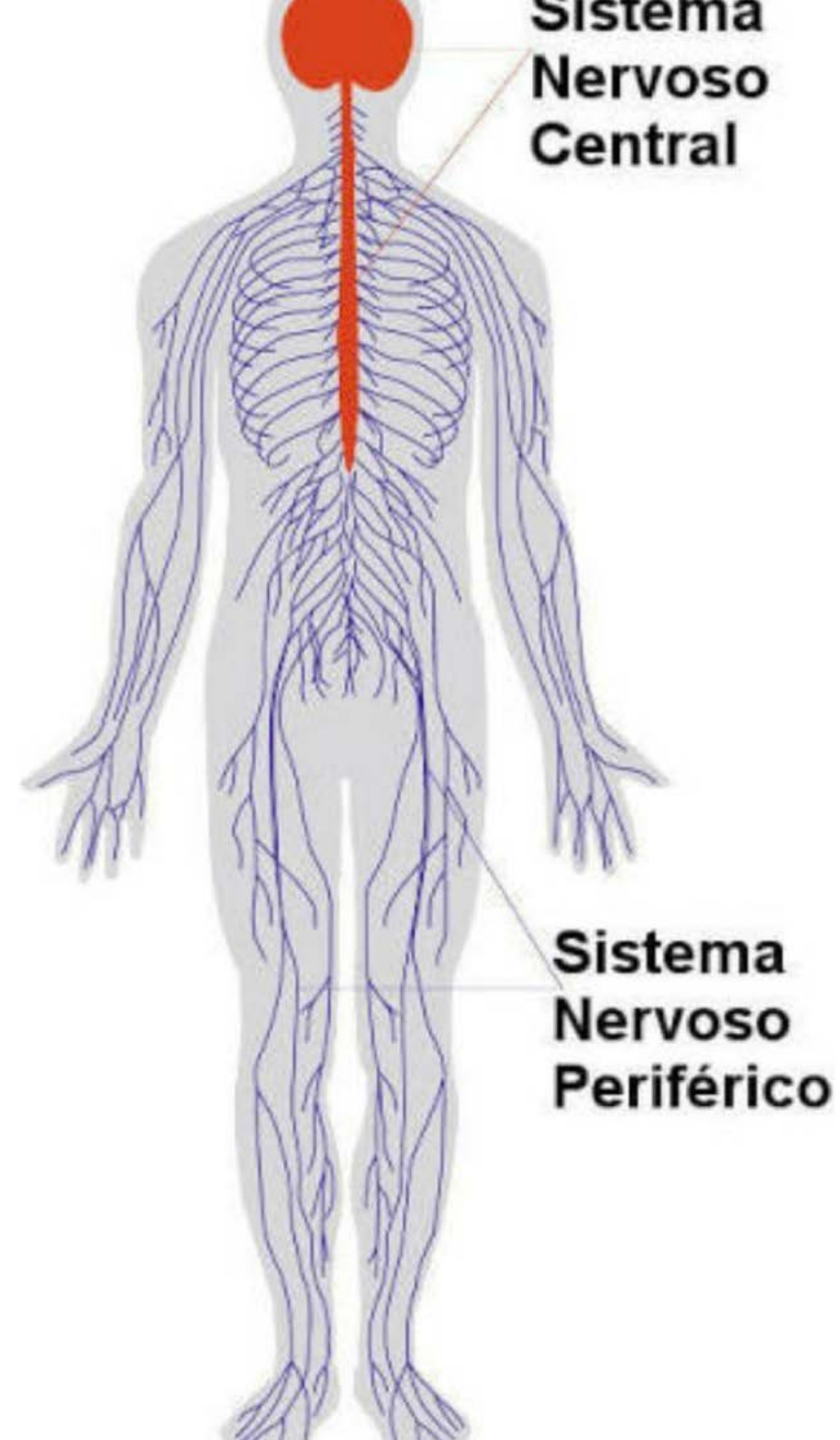


# DIRETO NA PELE

A cromoterapia não carrega muitos segredos ou complicações. É uma das terapias mais simples que existe. O fundamental para o terapeuta é saber a função que cada cor exerce dentro de cada indivíduo.

Nesta técnica você pode estar aplicando diretamente sobre os pontos de tensão, dor ou bloqueios que o indivíduo possa ter.

NO MÓDULO DE REFLEXOLOGIA SERÁ APROFUNDADO ESTE CONHECIMENTO SOBRE O DETALHAMENTO DOS PONTOS ENERGÉTICOS.



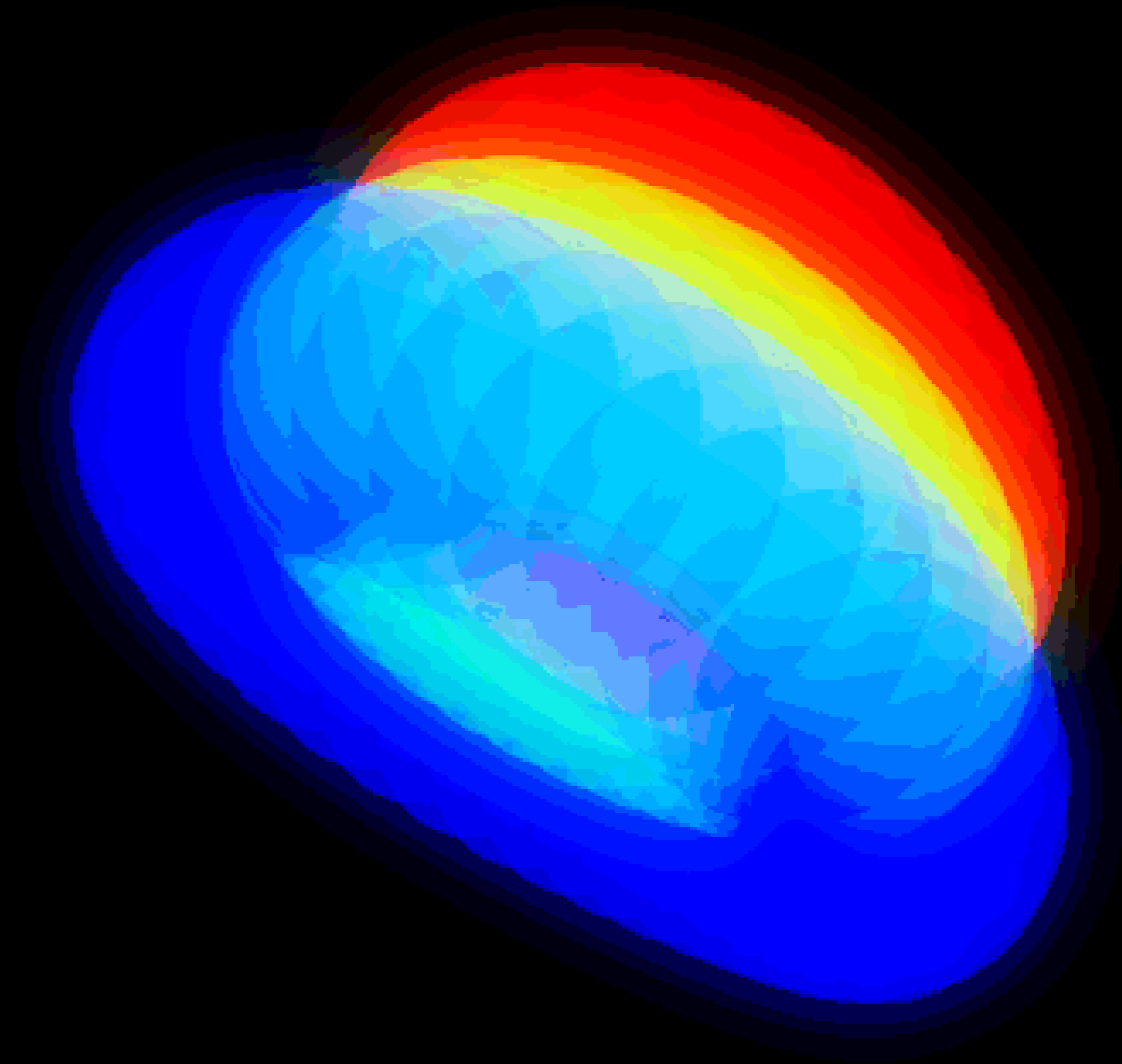


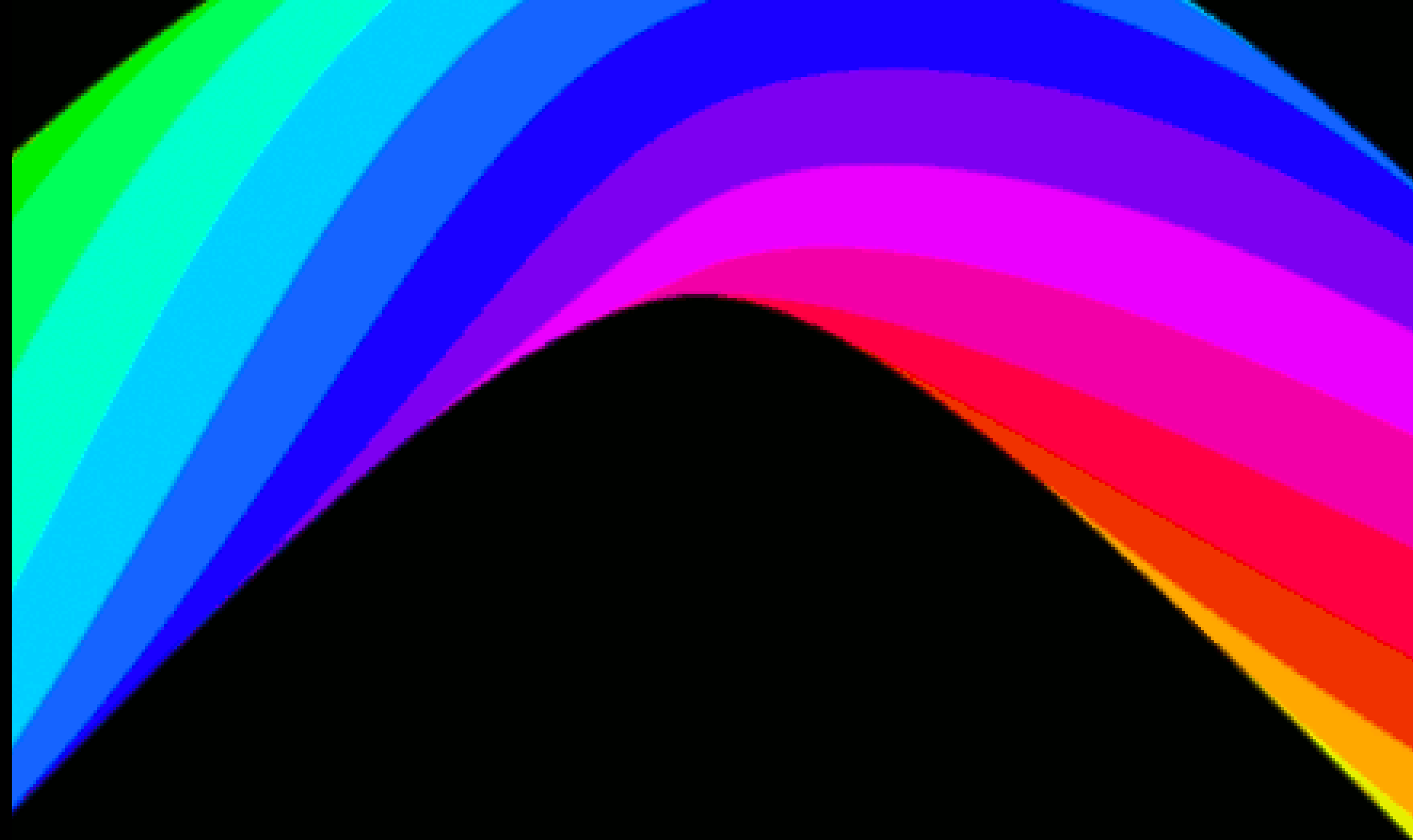
# Indicações / Reflexões

# Frequências

Perceba e reflita a correlação das cores com as frequências.

1. Por que o calor é representado por cores quentes (avermelhadas)
2. Por que o infra vermelho demonstra regiões mais quentes como (avermelhadas)
3. Por que a raiva é demonstrada muitas vezes com tons de vermelho?
4. Por que o amor também se utiliza de cores avermelhadas?
5. Como posso ter certeza de que a mesma cor que enxergo é a que os outros estão a enxergar?





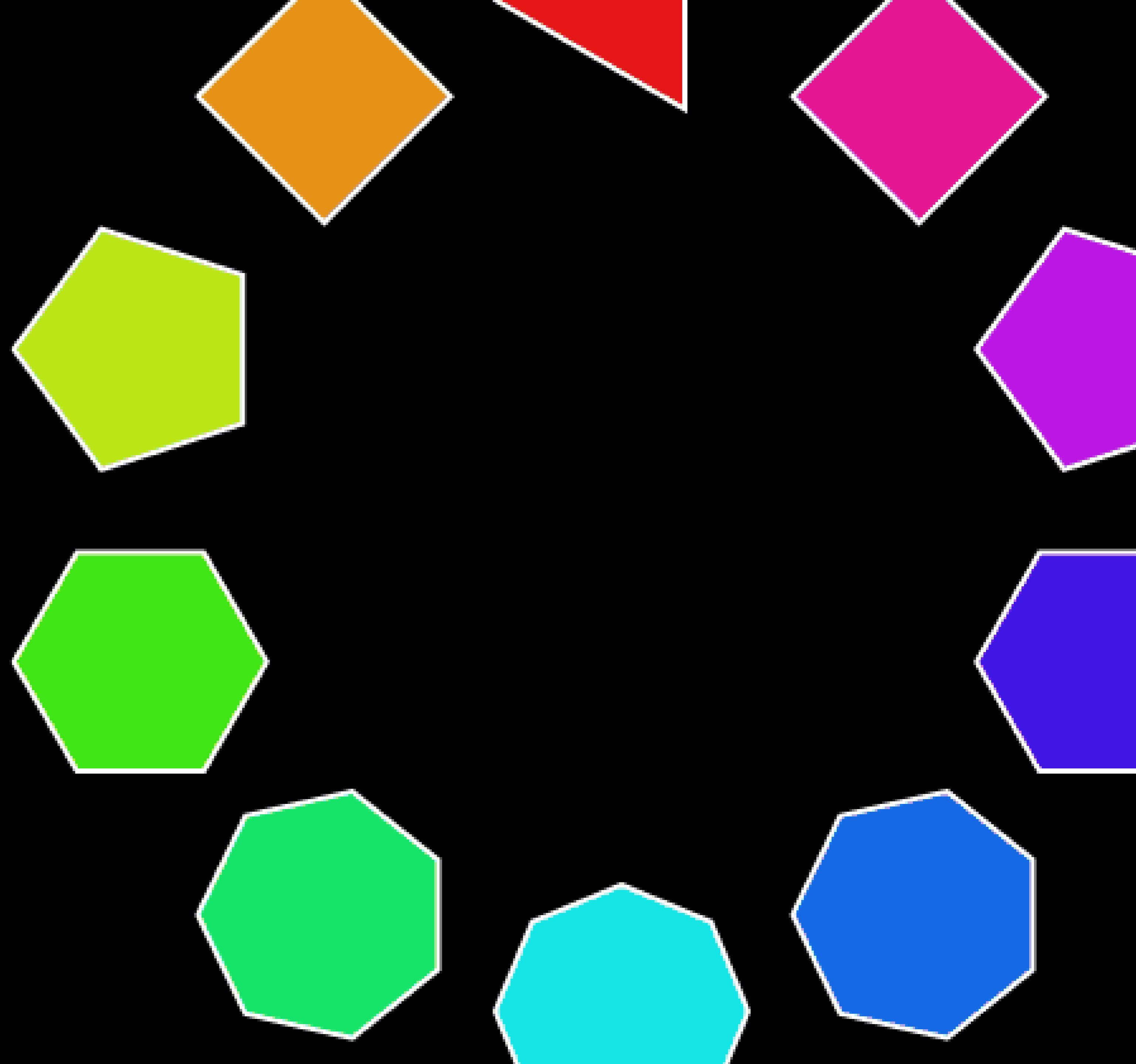
1. Ao conhecer alguém, ao invés de nome, você desse uma cor, qual seria?
2. Ao visualizar energias em uma aplicação de reiki, qual a cor costuma surgir em sua mente?
3. Qual a cor de um sorriso para você
4. Qual a cor de um abraço?
5. Qual a cor da felicidade?
6. Qual a cor que faz você sentir-se bem?
7. Qual a cor que você mais usa?
8. Qual a cor do seus olhos?
9. Qual a cor do seu cabelo?
10. Qual a cor que você não gosta?

# Sinergia

Assim como visto em reiki, as cores podem ser utilizadas em outras terapias holísticas.

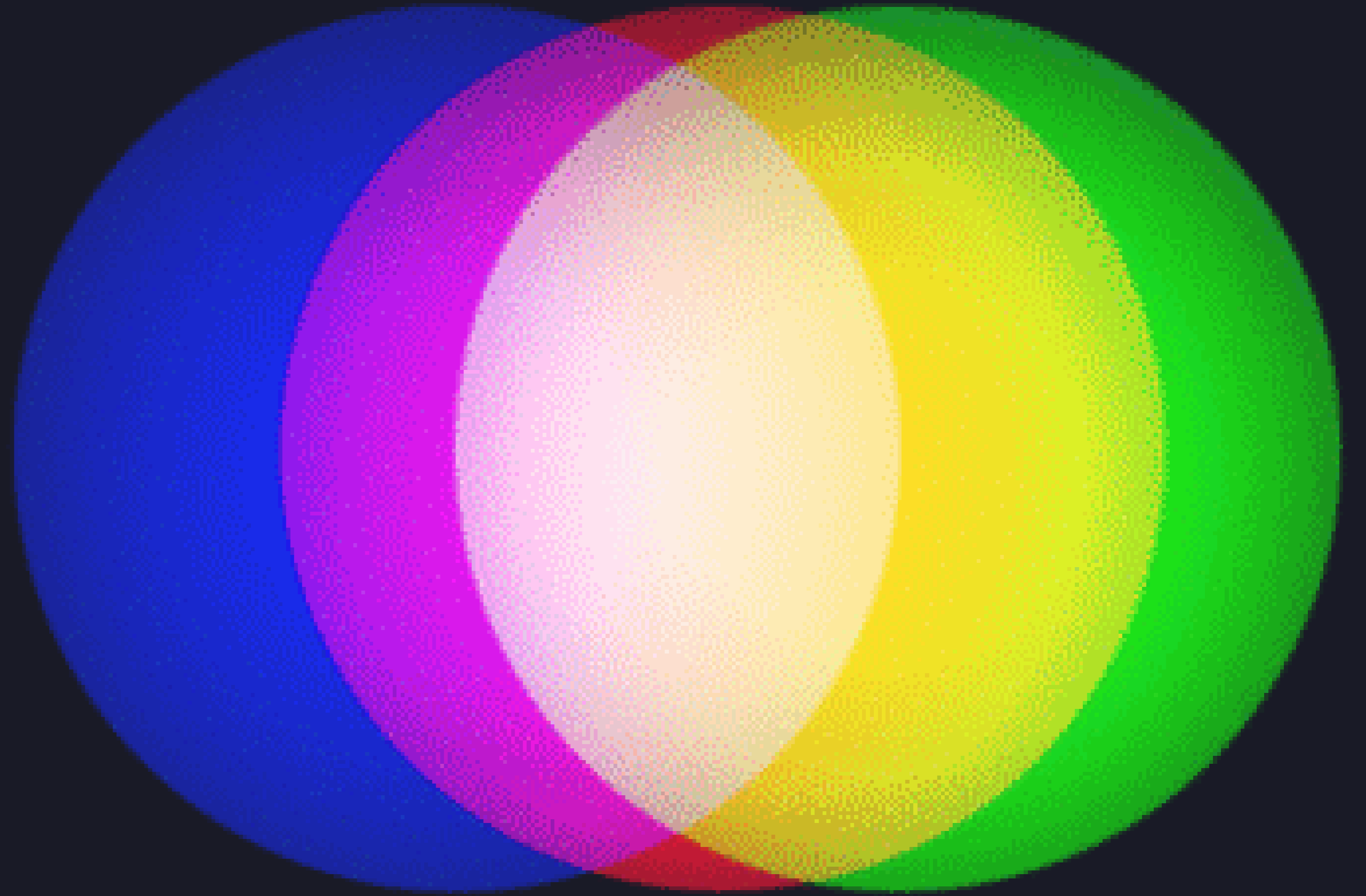
Como também pode ser utilizadas com geometria sagradas, apometria, radiestesia, cristais e diversas áreas de da vida.

Ex : pode-se visualizar os símbolos do reiki coloridos.



# Contraste

Refleta - O contraste da vida existe apenas com a VARIEDADE. Assim, a variedade das cores só existe com a variedade de 3 cores. Dessa forma, enxerga-se a beleza na variedade e é preciso, torna-se flexível o suficiente, para perceber que sem o "diferente" o mundo é cinza. Assim como nas cores.

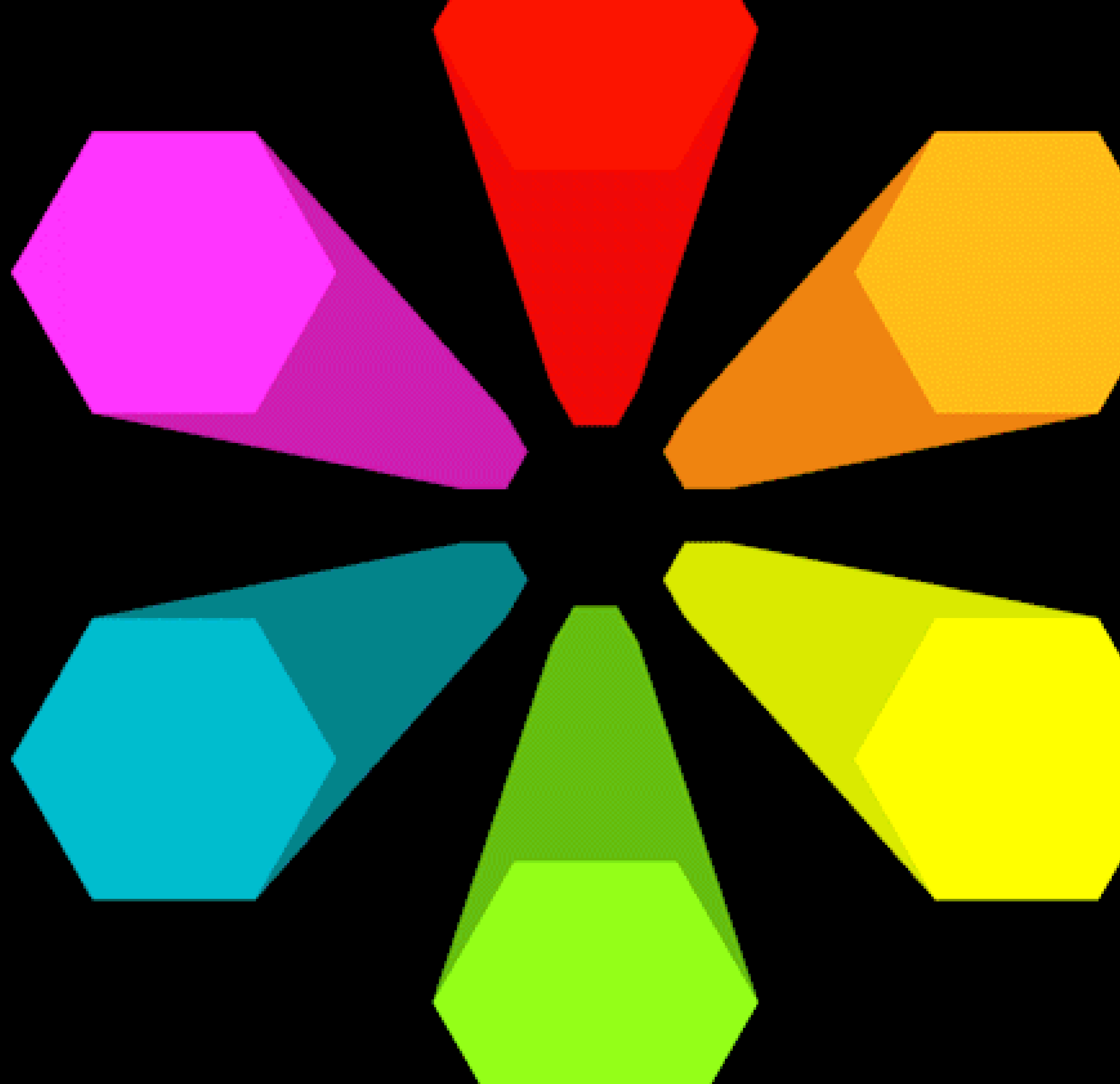


# Brilho

O brilho afeta nossa percepção e intensidade nas cores. Elas podem ser, tanto cores (foscas) sem brilho, até mesmo, cores neon (brilhantes). Esse efeito ocorre durante a vida. Às vezes, pode-se utilizar as cores foscas, sem vida e sem energia alguma.

Sua vida possui brilho? Suas cores são cheias de vida?

A variação de brilho se dá pela adição ou redução de branco e preto



# Tom

Assim como nas cores, pode-se refletir nesse momento, qual é o TOM a ser dado à sua vida? Esse entendimento afeta a percepção individual dos significados que se dá às vivências.

E principalmente, afeta as respostas e decisões que se toma.

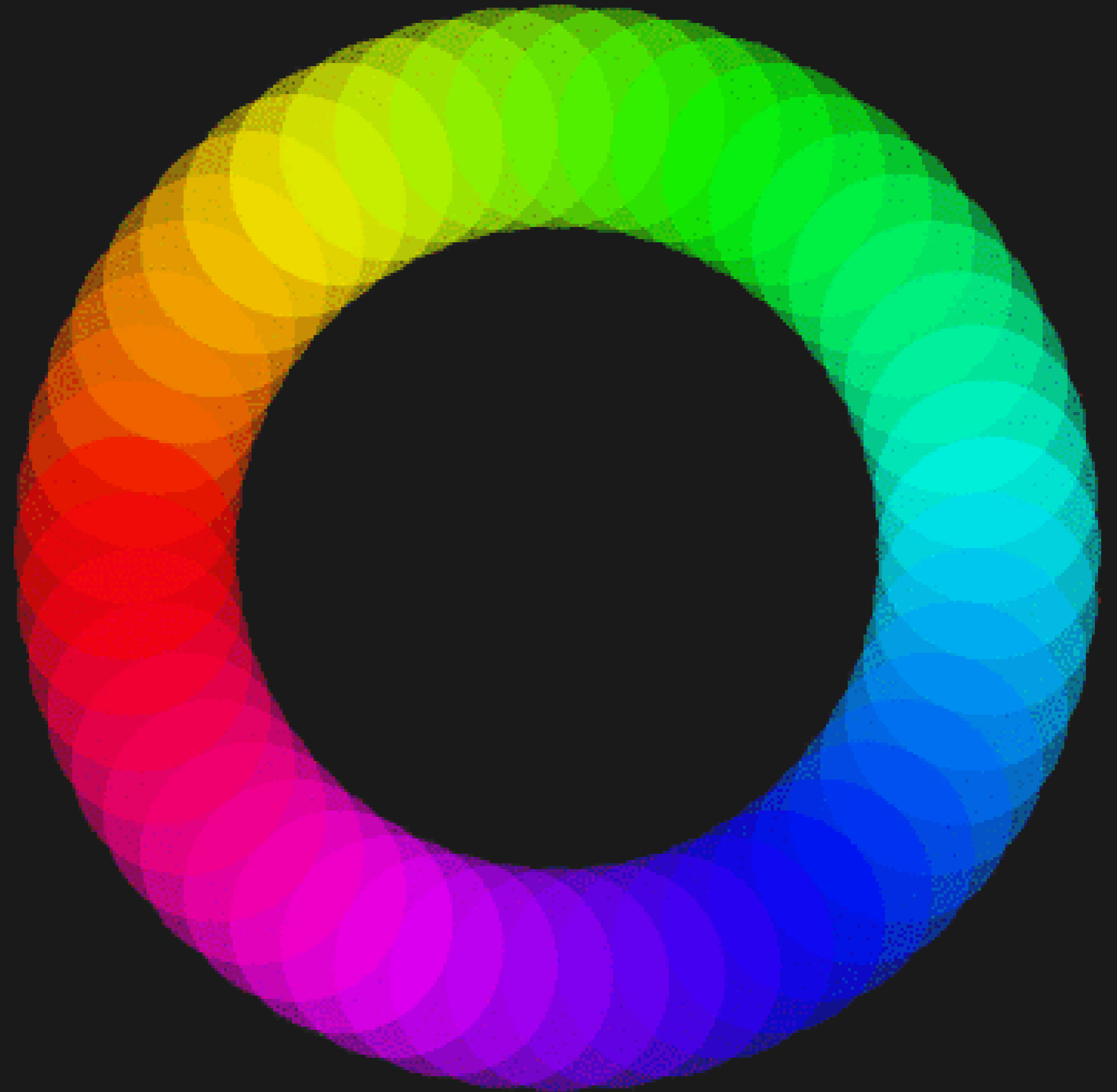




# Saturação

Saturação é a proporção de quantidade de cor em relação à cor cinza média. Quanto menos cinza na composição da cor, mais saturada ela é. Nesse modelo, a luminosidade é um atributo da cor, independentemente do seu grau de pureza.

Saturação ou grau de pureza da cor é um parâmetro que especifica a qualidade de um matiz

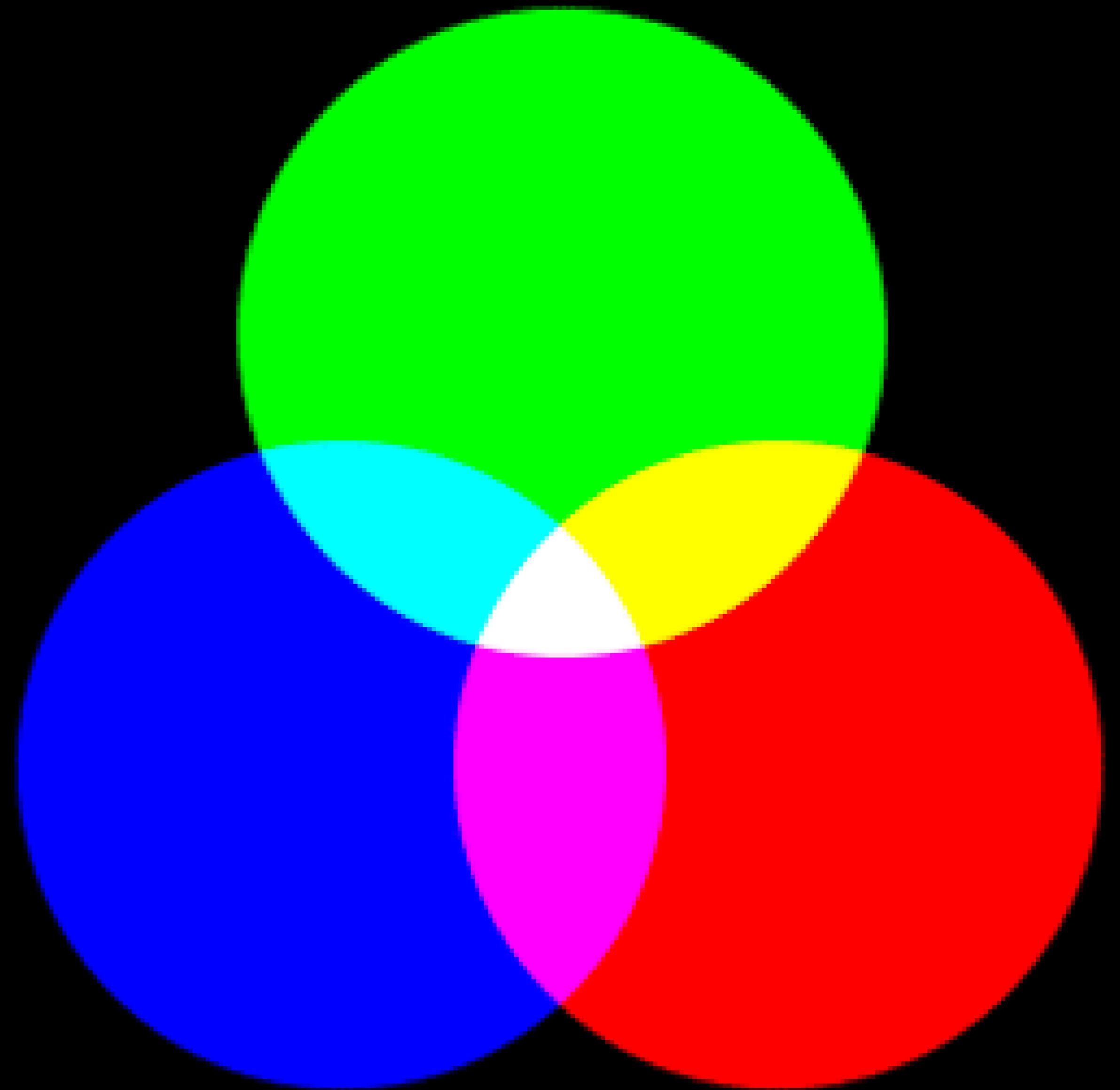


# Dualidade

Refleta por que se considera as cores, preto e branco, opostas?

Esta dualidade existe apenas entre essas duas cores? Se pelo sim, por que?

Obs – Não há resposta certa ou errada, apenas reflita e anote suas ideias pertinentes a esse assunto.



# Variedade

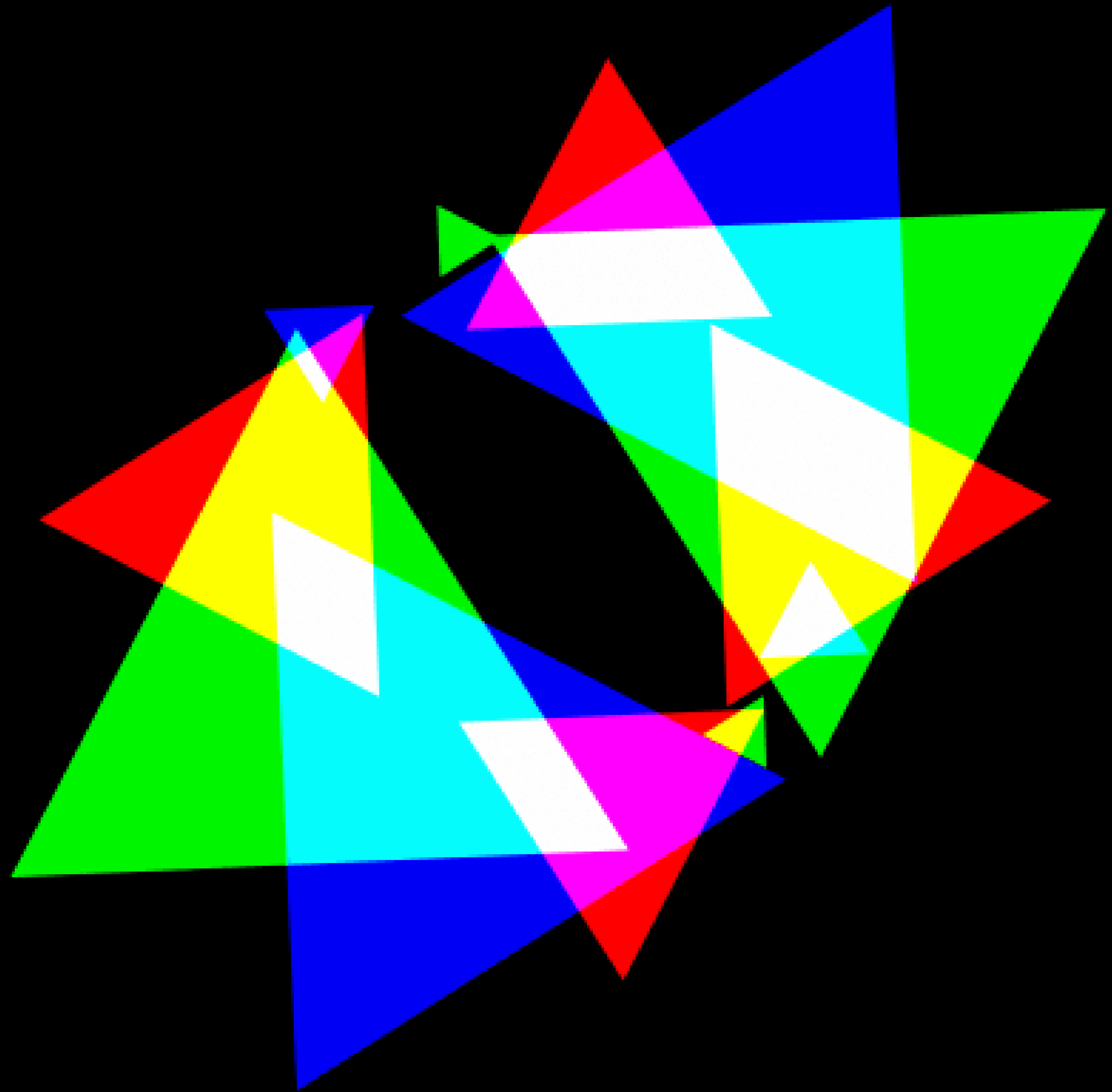
Pode-se dizer da existência de cores que não são dadas ao enxergar?

Nesse mesmo sentido, pode-se afirmar que se pode invocar a presença e existência das cores?

Sem a existência de um órgão receptor (olhos) as cores não existiriam?

Ou ainda, elas continuariam ali presentes na realidade?

Dentro dessa perspectiva, o ser humano seria capaz de descobri-la através da tecnologia?





# CONCLUSÃO