PROGRAMA DE EDUCAÇÃO CONTINUADA A DISTÂNCIA
Portal Educação

CURSO DE

CROMOTERAPIA

Portal Educação

Aluno:

EaD - Educação a Distância Portal Educação

CURSO DE

CROMOTERAPIA

MÓDULO I

Atenção: O material deste módulo está disponível apenas como parâmetro de estudos para este Programa de Educação Continuada. É proibida qualquer forma de comercialização ou distribuição do mesmo sem a autorização expressa do Portal Educação. Os créditos do conteúdo aqui contido são dados aos seus respectivos autores descritos nas Referências Bibliográficas.

SUMÁRIO

MÓDULO I

1 HISTÓRIA DA CROMOTERAPIA

2 A CROMOTERAPIA E SEU CAMPO DE AÇÃO

3 A LUZ E A COR

4 A VISÃO DA COR

5 NOÇÕES GERAIS

5.1 ENERGIA RADIANTE

5.2 LUZ

5.3 ESPECTROS ELETROMAGNÉTICOS

5.4 ONDA

5.5 CICLO

5.6 COMPRIMENTOS DA ONDA

5.7 FREQUÊNCIA

5.8 SINTONIA

5.9 VIBRAÇÃO

6 A NATUREZA DA LUZ

7 AS CORES

7.1 COR- LUZ

7.2 COR – PIGMENTO

8 CLASSIFICAÇÃO DAS CORES

9 EFEITO DAS CORES NAS CURAS

9.1 PRESSUPOSTOS PARA O TRATAMENTO ATRAVÉS DAS CORES

10 MEDITAÇÃO DAS CORES

10.1 MEDITAÇÃO DA CURA

MÓDULO II

11 NOÇÕES BÁSICAS DE ANATOMIA

11.1 SISTEMA DIGESTIVO

11.1.1 A Boca

11.1.2 A Faringe
11.1.3 O Esôfago
11.1.4 O Estômago
11.1.5 O Intestino Delgado
11.1.6 O Intestino Grosso
11.1.7 O Pâncreas
11.1.8 O Fígado
11.1.9 Aplicações Cromoterápicas: Sistema Digestivo
11.2 SISTEMA RESPIRATÓRIO
11.2.1 As Fossas Nasais
11.2.2 A Faringe
11.2.3 A Laringe
11.2.4 A Traqueia
11.2.5 Os Brônquios
11.2.6 Os Pulmões
11.2.7 Aplicações Cromoterápicas: Sistema Respiratório
11.3 SISTEMA URINÁRIO E EXCRETOR
11.3.1 Os Rins
11.3.2 Os Ureteres
11.3.3 A Bexiga
11.3.4 A Uretra
11.3.5 Aplicações Cromoterápicas: Sistema Urinário
11.4 SISTEMA CIRCULATÓRIO
11.4.1 O Sistema Sanguíneo
11.4.2 O Coração
11.4.3 As Artérias
11.4.4 As Veias
11.4.5 O Sangue
11.4.6 A Circulação
11.4.6.1 A circulação pulmonar
11.4.6.2 A circulação sistêmica
11.4.7 O Baço
11.4.8 A Medula Óssea

11.4.9 Aplicações Cromoterápicas: Sistema Circulatório
11.5 O SISTEMA LINFÁTICO
11.6 SISTEMA NERVOSO
11.6.1 Estrutura do Sistema Nervoso
11.6.2 Ações do Sistema Nervoso
11.6.2.1 Sistema nervoso central
11.6.2.2 Sistema nervoso periférico
11.6.2.3 Sistema nervoso autônomo
11.6.2.4 Sistema nervoso simpático
11.6.2.5 Sistema nervoso parassimpático
11.6.3 Os Plexos
11.6.4 Aplicações Cromoterápicas: Sistema Nervoso
11.7 O SISTEMA ENDÓCRINO
11.7.1 A Hipófise ou Pituitária
11.7.2 A Epífise ou Pineal
11.7.3 A Tireoide
11.7.4 As Paratireoides
11.7.5 O Pâncreas
11.7.6 As Suprarrenais
11.7.7 A Aldosterona, Adrenalina e Noradrenalina
11.7.8 Os Testículos
11.7.9 Os Ovários
11.7.10 Aplicações Cromoterápicas: Sistema Endócrino
11.8 SISTEMA ESQUELÉTICO E MUSCULAR
11.8.1 Longo
11.8.2 Plano
11.8.3 Curto
11.8.4 Irregular
11.8.5 Pneumático
11.8.6 Sesanoides
11.8.7 Aplicações Cromoterápicas: Sistema Osteomuscular
11.8.8 Anamnese em Cromoterapia
11.8.9 Preparação do Cromoterapeuta

11.8.10 Preparação Pessoal
11.8.10.1 Energização diária
11.8.10.2 Energização dos chakras
11.8.10.3 Projeção da cor
11.8.10.4 Autodiagnóstico
11.8.11 Limpeza e Preparação
11.8.12 Preparação Específica
11.8.13 Tratamento Específico
11.8.14 Cuidados Gerais

MÓDULO III

12 OS CHAKRAS

12.1 O EQUILÍBRIO ENERGÉTICO PELA COR
12.1.1 Chakra Básico - Vermelho
12.1.2 Chakra Umbilical - Laranja
12.1.3 Chakra Esplênico ou Plexo Solar - Amarelo
12.1.4 Chakra Cardíaco - Verde
12.1.5 Chakra Laríngeo - Azul
12.1.6 Chakra Frontal - Índigo
12.1.7 Chakra Coronário - Violeta
12.2 PERCEPÇÃO DOS CHAKRAS
12.3 A AURA HUMANA
12.4 SIGNIFICADO DAS CORES NA AURA
12.5 PERCEPÇÃO DA AURA
12.6 DIAGNÓSTICO
12.6.1 Percepção dos Chakras (Acima de Cinco Anos)
12.6.2 Percepção da Aura (Acima de Cinco Anos)
12.7 LIMPEZA E PREPARAÇÃO
12.8 MEDITAÇÃO PARA EQUILIBRAR OS CHAKRAS

MÓDULO IV

13 PROPRIEDADE DAS CORES

13.1 VERMELHO

13.2 ROSA

13.3 LARANJA

13.4 AMARELO

13.5 VERDE

13.6 AZUL

13.7 ÍNDIGO

13.8 VIOLETA

13.9 BRANCO

14 TRATAMENTO CROMOTERÁPICO

15 APLICAÇÕES CLÍNICAS DA CROMOTERAPIA

15.1 PROJEÇÃO PURA

15.2 PROJEÇÃO COM PROJEÇÃO DE ENERGIA

15.3 LIMPEZA

15.4 ENERGIZAÇÃO

15.5 PROJEÇÃO COM BANHO DE LUZ

15.6 PROJEÇÃO DE ENERGIA E APLICAÇÃO DE LUZ

15.7 LIMPEZA E PREPARAÇÃO DO INTERAGENTE

15.8 TRATAMENTO ESPECÍFICO

15.9 FIXAÇÃO DO TRATAMENTO

16 EQUILÍBRIO DO TERAPEUTA

16.1 DESLIGAMENTO

16.2 LIMPEZA

16.3 AUTODIAGNÓSTICO

16.4 REEQUILÍBRIO

16.5 ENERGIZAÇÃO

17 TÉCNICAS CROMOTERÁPICAS

17.1 LUZ DO ESPECTRO SOLAR

17.2 LUZ DE LÂMPADAS COLORIDAS

17.3 ALIMENTAÇÃO NATURAL

17.4 POTENCIAL DAS TONALIDADES

17.5 VIBRAÇÕES COLORIDAS
17.6 PROJEÇÃO DAS CORES
17.7 CONTATO COM A NATUREZA
18 A MENSAGEM DAS CORES
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

MÓDULO I

1 HISTÓRIA DA CROMOTERAPIA



FONTE: Disponível em: <http://br.olhares.com>. Acesso em: 15/01/2010.

A Cromoterapia é uma ciência que utiliza a energia luminosa das cores para harmonização e o equilíbrio nos corpos físico, mental, emocional e espiritual. A palavra Cromoterapia vem do Grego *Kromus* = Cor e *Terapheia* = Tratamento. Em 3000 a.C. o uso das cores no Egito já era utilizado para curar doenças e desenvolver os dons espirituais, por meio do uso de pedras preciosas, cristais, cores, mantras, aromas e doação de energia pelas mãos e até mesmo da utilização da água solarizada (garrafas de água envolvidas em papel celofane na cor adequada ao caso).

Na Índia, houve grande desenvolvimento dos princípios energéticos e terapias de cura, fazendo a Cromoterapia parte da Medicina Ayurvédica, utilizando cristais, sons, exercícios respiratórios, alimentos, massagem, mandalas e plantas medicinais que agem sobre os centros de energia do corpo humano. A China, em 2700 a.C., já utilizava as cores na alimentação e no diagnóstico dos desequilíbrios internos.

A Helioterapia (Terapia dos Raios Solares) era bastante utilizada na Grécia e

receitada por médicos como Hipócrates (O Pai da Medicina). No ocidente, durante a Idade Média, a Cromoterapia era usada somente por iniciados, pois a Igreja Católica considerava sua prática como bruxaria. Alguns arqueólogos encontraram evidências de que os aposentos nas pirâmides eram construídos de forma a permitir a entrada dos raios solares que eram decompostos nas sete cores do espectro para fins de terapia de cura. O físico Isaac Newton, em 1665, descobriu que a luz branca do sol, ao atravessar um prisma, decompunha-se em sete cores fundamentais: vermelho, laranja, amarelo, verde, azul, índigo e violeta. Assim, as cores são vibrações diferentes do espectro luminoso, cada qual com um comprimento de onda diferente.

Em meados do século XX, nos Estados Unidos, foram iniciadas pesquisas sobre os efeitos das cores. Um ótimo exemplo é o Raio Laser, usado inclusive em cirurgia, assim como a medicina tradicional faz uso dos raios infravermelho e ultravioleta. A NASA também realiza importantes pesquisas com as cores no espaço.

A Cromoterapia vem se desenvolvendo de maneira mais organizada graças à evolução da tecnologia e da ciência. Hoje existem trabalhos interessantes sobre o assunto desenvolvidos por grupos não exatamente ligados à medicina natural, mas pelas universidades e faculdades de psicologia. A União Soviética abriu caminhos neste campo. Seus cientistas têm utilizado de forma regular as cores como um método para tratar dos problemas orgânicos e emocionais.

Os adeptos da medicina natural manifestam muita simpatia pela Cromoterapia e existem vários médicos naturalistas, inclusive no Brasil, que costumam aplicá-la com sucesso. Alguns médicos não hesitam em considerar a cromoterapia como sendo parte importante da medicina do futuro, devido à sua simplicidade e também pela facilidade de aplicação e eficácia.

2 A CROMOTERAPIA E SEU CAMPO DE AÇÃO

Baseada nas sete cores do espectro solar, a Cromoterapia tem em suas aplicações terapêuticas a utilização da cor para estabelecer o equilíbrio e a harmonia do corpo, da mente e das emoções, sendo comprovadas por intermédio de

experimentações constantes e verificação de resultados. O espectro solar é pura energia, de cor branca e ao se expandir divide a energia necessária para formar vidas transformando-se em diversas cores.

Cada cor possui uma infinidade de aplicações atuantes em uma sintonia energética, pois elas estão unidas a outras energias que estão além dos sentidos e em outras dimensões. Necessária para mantermos a saúde equilibrada, a escala cromática atua em diversas condições, modificando assim o campo magnético e atuando para o processo de cura.

Podemos utilizar determinada cor para surtir tal efeito, pois cada cor tem uma vibração específica. Porém, em algumas situações necessitamos usar outra cor aparentemente contrária para conseguirmos o mesmo efeito. A sensibilização é diferente para cada pessoa de acordo com as suas necessidades vibracionais para aquele momento.

O cromoterapeuta deve ter a sensibilidade desenvolvida para utilizar as cores de forma adequada, ativando as energias que estão insuficientes e ajudando a recuperação das células doentes e contribuindo na condução de melhores hábitos mentais e de conduta, levando à harmonização e à saúde integral. É fundamental estar atento aos detalhes associando os sintomas às causas e principalmente estar em equilíbrio mental, físico e espiritual.

Podemos, por meio da tonalidade das cores, determinar a vibração da onda energética que envolve e nos impulsiona a visão e é conhecida também como **cor retiniana**. Na cor retiniana a energia luminosa é traduzida pela nossa retina. A Cromoterapia não trata apenas os sintomas, porém estimula um fluxo de energia curativa em potencial, atingindo o campo energético dos órgãos e sistemas.

A cura ocorre quando conseguimos restabelecer o equilíbrio bioenergético do corpo e ao mesmo tempo eliminar a forma de pensamento negativa causadora da doença. É importante frisar que as cores não dispensam o tratamento médico, pois ela funciona como uma técnica de apoio, tornando o organismo mais receptivo e aumentando sua resposta às outras medidas terapêuticas.

3 A LUZ E A COR



FONTE: Disponível em: <http://logossolar.blogspot.com/search/label>. Acesso em: 15/01/2010.

Tudo no universo é feito de pura energia que ao manifestar-se na criação cria todas as formas presentes em nossa realidade, seja uma pedra, uma onda, uma flor, um oceano em sua vibração ou em nós mesmos. A existência é feita da mesma substância básica que se encontra sempre em ação nascendo, desenvolvendo-se, transformando-se ou deslocando-se.

Nós somos vibrações energéticas, assim a luz que recebemos do Cosmos-Terra irá gerar na humanidade a sua fonte de energia. O ser humano é formado por uma rede de energia dinâmica que se modifica de acordo com seus pensamentos, suas emoções, as influências energéticas do ambiente, cósmicas e telúricas (que circula na Terra). Dizemos que essa rede que envolve cada um de nós chama-se **Bioplasma**.

O ser humano é uma soma de sua própria energia captada pelo ambiente ou da energia que recebe do Cosmos. Quando existe uma harmonia e equilíbrio dessas energias iremos obter uma boa saúde física e psíquica. Porém, o desequilíbrio energético dessas energias poderá se transformar em doenças, pois essas aparecem antes no corpo energético e depois no corpo físico. Ao aprendermos a lidar com nossas energias iremos fortalecer nosso campo magnético mantendo-os em equilíbrio e harmonia, não permitindo assim a formação de doenças.

Para você conseguir compreender como uma luz colorida poderá alterar seu estado de saúde, entraremos no estudo sobre alguns aspectos necessários sobre a física e de como essa energia luminosa altera o estado da matéria. A matéria é tudo aquilo que tem massa e ocupa lugar no espaço. Toda matéria é composta por átomos. Todo átomo é composto por um núcleo onde são encontradas duas partículas: **o próton** (carga elétrica positiva) e **o nêutron** (carga elétrica neutra). Ao redor desse núcleo, girando em altíssima velocidade, encontraremos **os elétrons** (carga elétrica negativa). Os átomos ligam-se uns aos outros para formarem assim uma matéria sólida.

Como tudo o que existe, os tecidos do nosso corpo são formados por partículas de energia, sendo assim energia. O átomo possui sete camadas ou níveis que se encontram aprisionados. Quando esse átomo for energizado (por meio do calor, da luz, etc.) os elétrons absorverão essa energia indo para níveis mais afastados do núcleo. Em pouco tempo os elétrons irão retornar ao nível de onde saíram, porém já liberaram ou devolveram a energia absorvida em forma de luz. Esse facho de luz denomina-se **Fóton** ou **Quanta de luz**.

Segundo Albert Einstein, “matéria é energia em estado condensado e energia é matéria em estado luminoso”. Sendo as células compostas por átomos também são matéria e energia e reagem às cores mediante a descarga de hormônios. Nosso corpo é composto de átomos e células, assim ao utilizarmos as cores estas iluminarão os elétrons que absorverão a energia luminosa, ocorrendo então a alteração da matéria. No momento em que os elétrons da luz colorida forem absorvidos os doentes serão expulsos. Um corpo doente emitirá vibrações desequilibradas. A cor atua por meio do sistema nervoso, estimulando a produção de hormônios que mantém o equilíbrio químico e energético do corpo.

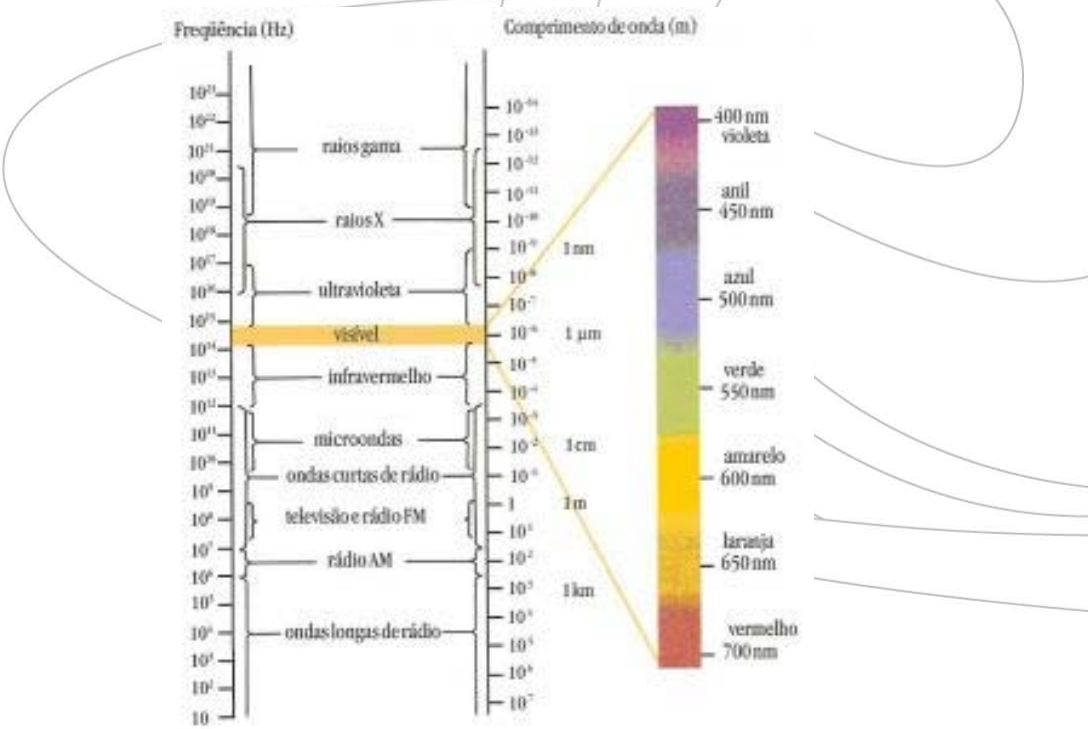
4 A VISÃO DA COR

O que diferencia a luz da variedade de cores é a quantidade diferente de energia emitida por cada cor. A luz faz parte de um conjunto de natureza semelhante chamada de radiação eletromagnética. A diferença entre uma radiação e outra

ocorre pelo comprimento da onda em que elas se propagam. As radiações, de acordo com o comprimento da onda, causam sensações visuais distintas originando o que chamamos de cor. No campo físico da matéria ou da energia tudo tem forma, som e cor. Há uma escala vibracional de característica de cada grupo de elementos afins. Isso pode ser perceptível aos nossos sentidos físicos e a escala oscila entre o infravermelho e a ultravioleta.

Infravermelho: é emitida pelos átomos em vibração de um corpo aquecido. Ex: nosso corpo aquecido próximo à lareira ou quando tomamos um banho de sol. O calor que sentimos é em grande parte devido à radiação infravermelha.

Ultravioleta: são ondas eletromagnéticas de frequências superiores à da luz violeta. A maior parte dessa radiação é emitida pelo sol em direção à Terra e absorvida pela camada de ozônio. Dependendo da quantidade absorvida de raios pode causar sérios danos à saúde, como o câncer de pele.



FONTE: Disponível em: <http://1001gatos.org/o-enigma-das-cores>. Acesso em: 15/01/2010.

5 NOÇÕES GERAIS

5.1 ENERGIA RADIANTE

É a energia que se propaga através de ondas eletromagnéticas, tais como as ondas do rádio, raios, ondas de calor, luz, radar, etc.

5.2 LUZ

É uma forma de energia radiante percebida pelos nossos órgãos da visão. Ela se propaga por meios materiais (materiais transparentes ou translúcidos) e também no vácuo (espaço vazio). A velocidade da luz é de 300.000 Km/s. Consideramos como as três grandezas físicas básicas da luz e de toda a radiação eletromagnética o brilho (ou amplitude), a cor (ou frequência), e a polarização (ou ângulo de vibração).

5.3 ESPECTROS ELETROMAGNÉTICOS

É o intervalo completo da radiação. Dependendo da sua frequência a radiação do espectro é portadora de quantidades de energias diferentes.

5.4 ONDA

Fisicamente falando uma **onda** é um pulso energético que se propaga

através de um meio, que pode ser líquido sólido ou gasoso. Ondas longas: ondas de rádio, telefone e radar. Ondas curtas: forno de micro-ondas, lâmpadas de infravermelho.

5.5 CICLO

É a oscilação completa de uma onda. Compreende-se como **crista** o ponto máximo de uma onda e **depressão** seu ponto mínimo.

5.6 COMPRIMENTOS DA ONDA

É a distância percorrida pela onda durante um ciclo. Alguns elementos naturais são fenômenos vibratórios que nossos órgãos captam e percebem como um som de um motor, as ondas calmas de um rio, um sino que bate ou uma buzina que toca e a luz que se propaga em um meio. Na onda existe uma oscilação entre altos e baixos que caracterizam assim o seu comprimento. A distância e o tempo entre uma onda e outra é o que denominamos de **frequência**

5.7 FREQUÊNCIA

Entende-se por frequência o número de oscilações que a onda executa por segundo. A frequência é uma importante característica da radiação, sendo tão significativa que as emissoras de rádio se identificam pela respectiva frequência de emissão.

5.8 SINTONIA

A sintonia acontece quando dois sistemas vibratórios entram na mesma frequência.

5.9 VIBRAÇÃO

É o movimento de um ponto que oscila em torno de um ponto de referência. Cada cor possui uma vibração própria. Para fins de cromoterapia, consideramos que a vibração é um processo mental de irradiação fluídica, em que a emissão das energias transmitidas por meio da força de nosso pensamento é direcionada a algum objetivo específico.



FONTE: Disponível em: <www.blogspot.com>. Acesso em: 17/02/2010.

Os efeitos das vibrações afetam nossos sentidos de diferentes formas, produzindo assim sensações distintas. Ao observamos uma paisagem do alto de uma montanha veremos que há regiões mais claras e mais escuras, mais alegres e mais tristes, mais atrativas e mais repulsivas. Uma planície cinzenta nos repassa uma vibração inferior, manifestando sensações de tristeza, desânimo, depressão e sentimentos afins com essa mesma vibração. Um campo de relva avermelhada transmitirá a sensação de violência, hostilidade ou agressividade, pois a cor vermelha tem essas características. Se a paisagem mostra um plano de luz rosada, nos sentimos bem, pois essa cor caracteriza o sentimento de amor.

É necessário que haja sintonização para que exista, da parte do doente, maior capacidade receptiva física e psíquica. Portanto, um princípio a respeitar: operador e doente devem vibrar em um mesmo tom com a aplicação da cor correspondendo a essa vibração. Quando afirmamos que queremos um futuro ”cor-de-rosa” ou que por aqui está “tudo azul”, provamos que as cores além de serem impressões sensoriais fazem parte de nosso vocabulário de sentimentos e emoções. Elas atuam sobre a esfera psíquica e agem positivamente no organismo físico.

As ondas longas e com menos energia têm a capacidade de penetração menor nos corpos do que as ondas mais curtas. Isso explica, por exemplo, o porquê um organismo pode ser lesado pela exposição aos raios-X ou excessivamente ao calor.

6 A NATUREZA DA LUZ

O sol é a luz natural, cujos raios vibram no espaço e fazem-no brilhar. Essa emissão luminosa é resultado dos movimentos dos elétrons entre as suas órbitas e a cor é dependente da extensão desses movimentos. A luz do sol (branca) contém em si mesma sete cores que se manifestam quando refletidas sobre um prisma de cristal. Ali ela se decompõe e se projeta sobre uma tela que se identificam na seguinte ordem: vermelho, alaranjado, amarelo, verde, azul, anil e violeta.

O mesmo acontece com a água, pois após a chuva os raios solares, incidindo sobre as gotículas que ficam suspensas na atmosfera, se refratam*,

formando no ar o fenômeno luminoso do arco-íris em que as cores seguem a ordem: vermelho, alaranjado, amarelo, verde, azul, anil e violeta.

Refração: mudança de direção de uma onda, luminosa ou sonora, produzida pela modificação do meio em que se propaga. Ex.: uma onda que atravessa uma superfície de separação entre dois meios qualquer (água e óleo, ar e vidro, etc.)



FONTE: Disponível em: <http://pt.dreamstime.com/foto-de-stock-royalty-free-prisma-da-cor-do-arco-iacuteris>. Acesso em: 17/02/2010.

As sete cores da luz do sol formam o espectro solar que é a emanação global de sua constituição íntima mineral. As cores revelam-se quando existe luz refletida sobre formas densas (muita massa). Assim, um objeto amarelo é aquele que reflete a cor amarela do espectro e absorve todas as demais; branco é aquele que reflete todas as cores juntas; preto quando não reflete nenhuma, há absorção total.

Assim, como todos os raios do sol, de cor branca, neutra, contêm em si mesmos todas as cores fundidas, formando o seu espectro, assim também acontece com todos os raios, energias e fluídos tem também suas cores, formando espectros que refletem sua constituição própria. Segundo o Cientista Leonard Laskow, uma pesquisa envolvendo mais de 1.700 experiências demonstra que o DNA nas células vivas é capaz de se comunicar com outras células próximas por meio da transmissão de energia sob a forma de luz.

Estes resultados indicam que as células podem se comunicar umas com as

outras independentemente da bioquímica e de sistemas de órgãos, como o aparelho circulatório, o sistema nervoso ou o sistema imunológico: “Quando sua intenção for transferir uma energia amorosa, não há como você possa falhar... porque nas esferas sutis intenção é sinônimo de ação.” (LEONARD LASKOW,).

7 AS CORES



FONTE: Disponível em: <www.olhares.com>. Acesso em: 17/02/2010.

As radiações, de acordo com os seus respectivos comprimentos de onda, causam-nos sensações visuais distintas, originando o que chamamos de **cor**. Só conseguimos perceber as cores quando temos luz. Cor é luz e esta quando emitida, seja pelo sol ou por uma lâmpada, contém as cores do arco-íris. A cor é o resultado do reflexo da luz que não é absorvida por um pigmento. Assim, podemos compreender que a cor é uma sensação provocada pela luz sobre nossos olhos.

7.1 COR- LUZ

Você já viu um arco-íris? Ao incidir nas gotas de água da chuva os raios da luz solar se decompõem em várias cores. São radiações coloridas. Semelhante a

um arco-íris temos um prisma comum, onde a luz branca é dividida em um espectro de cores. Essas cores (vermelho, laranja, amarelo, verde, azul, anil e violeta) compõem o que é chamado de espectro visível da luz, que são frequências do espectro eletromagnético (“luz”) que podemos ver a olho nu.



FONTE: Disponível em: <www.olhares.com.br/imagem>. Acesso em: 18/02/2010.

7.2 COR – PIGMENTO

O pigmento é o que dá cor a tudo o que é material. Os homens primitivos descobriam as cores pela experiência. As pinturas rupestres eram feitas com os mais variados tipos de pigmentos naturais: plantas, terra, carvão e até o sangue dos animais. As técnicas de pintura se desenvolveram, se industrializaram e a tecnologia criou os pigmentos sintéticos. Cores “artificiais”, feitas em laboratório, mas tão intensas e belas como as naturais que tentam imitar. Muitas tintas industrializadas ainda são feitas com pigmentos naturais, mas já existem pigmentos sintéticos de todas as cores.

Os corantes também são pigmentos. A mistura de pigmentos altera a quantidade de luz absorvida e refletida pelos objetos. Cada um reflete somente a cor que não é absorvida. Por exemplo: o pigmento amarelo absorve da luz branca as cores azul violeta, azul cian, verde, vermelho alaranjado e vermelho magenta, e reflete somente a luz amarela, que é a cor que podemos ver.

8 CLASSIFICAÇÃO DAS CORES

Cores Primárias – As cores primárias são aquelas consideradas como “puras”, pois não podem ser obtidas por misturas de outras cores. São originárias de pigmentos naturais (vegetal e mineral). As três cores primárias quando fundidas em quantidades iguais resultam no branco. As cores primárias são as seguintes: Azul, Amarelo e Vermelho.



FONTE: Disponível em: <http://artescraps.blogspot.com/2009/01/estudo-das-cores-por-f-marini.html>. Acesso em: 18/02/2010.

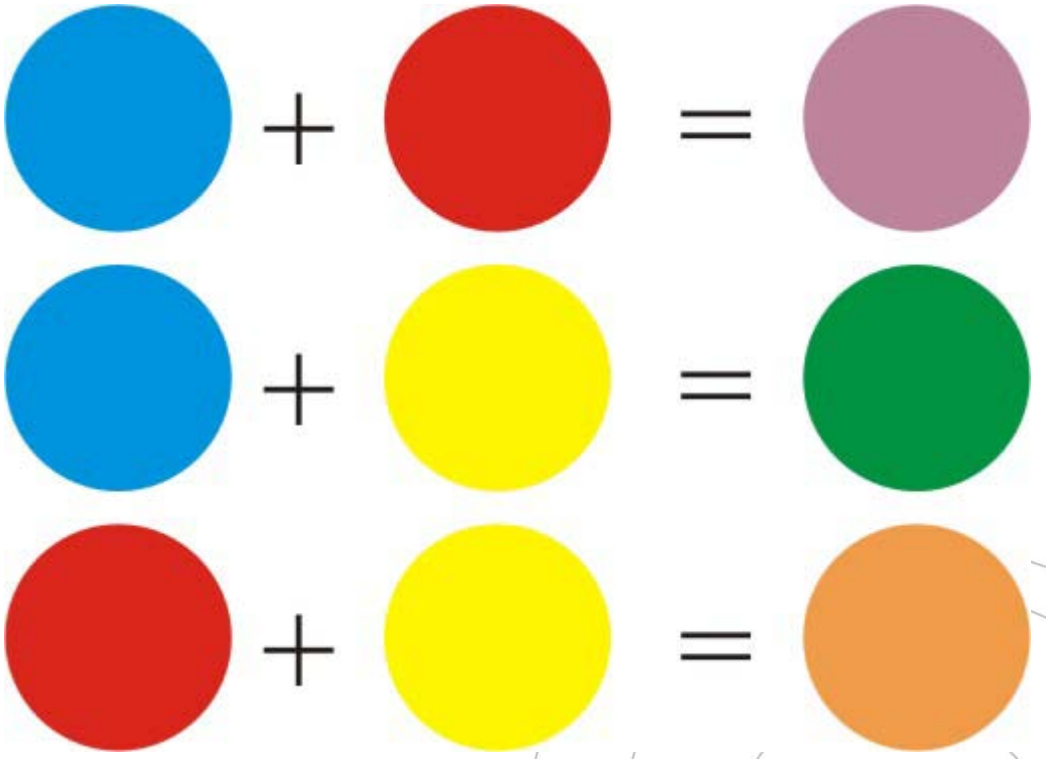
Cores Secundárias – As cores secundárias são obtidas por meio da combinação das cores primárias e na mesma proporção. Geralmente essa mistura de cores é feita com as cores-pigmento.

Primária + Primária = Secundária

Azul + Vermelho = Roxo

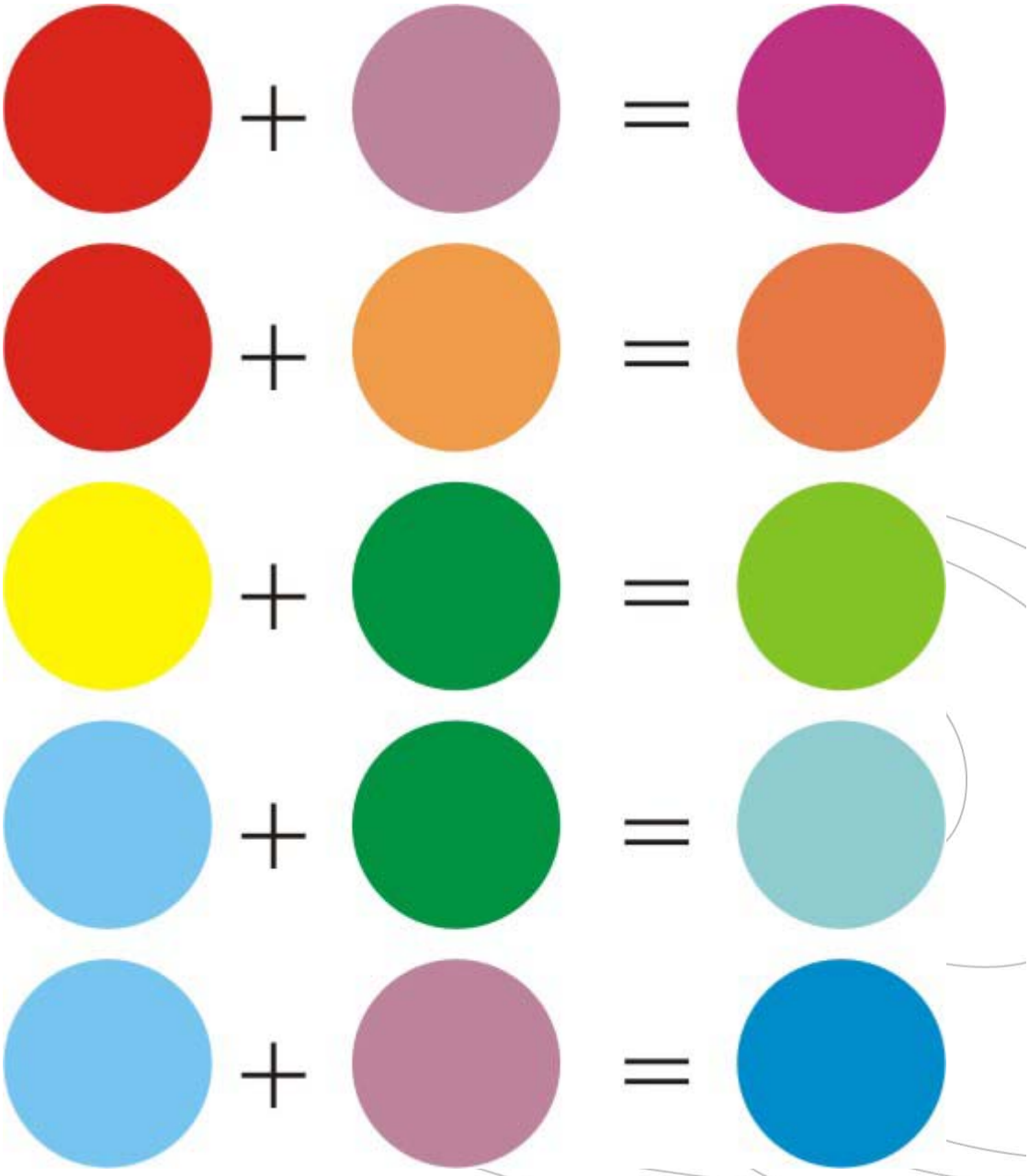
Azul + Amarelo = Verde

Amarelo + Vermelho = Laranja

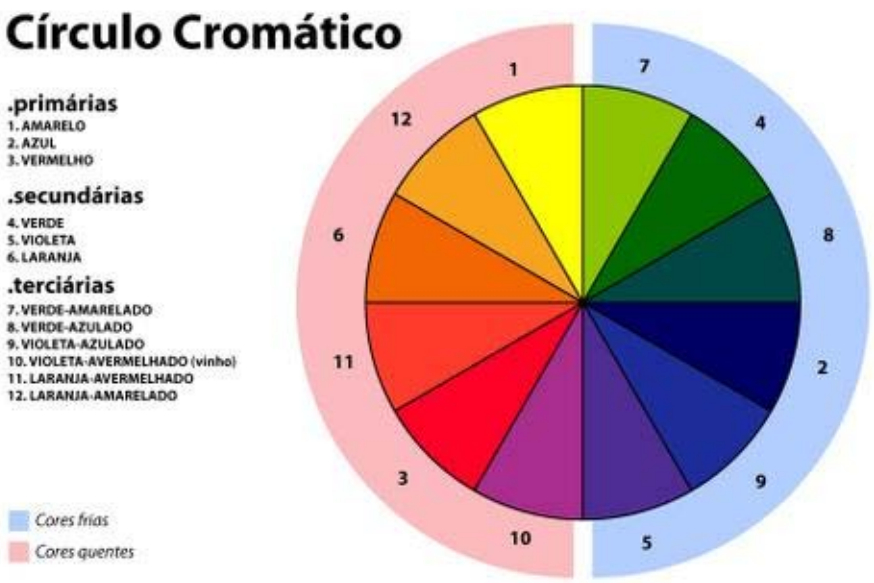


FONTE: Disponível em: <http://artescraps.blogspot.com/2009/01/estudo-das-cores-por-f-marini.html>. Acesso em: 18/02/2010.

Cores Terciárias ou Complementares – São os pares de cores que se encontram opostas entre si. Cada uma das cores é uma mistura das suas adjacentes. O azul é complementar ao laranja. O amarelo é complementar ao roxo. O vermelho é complementar ao verde.

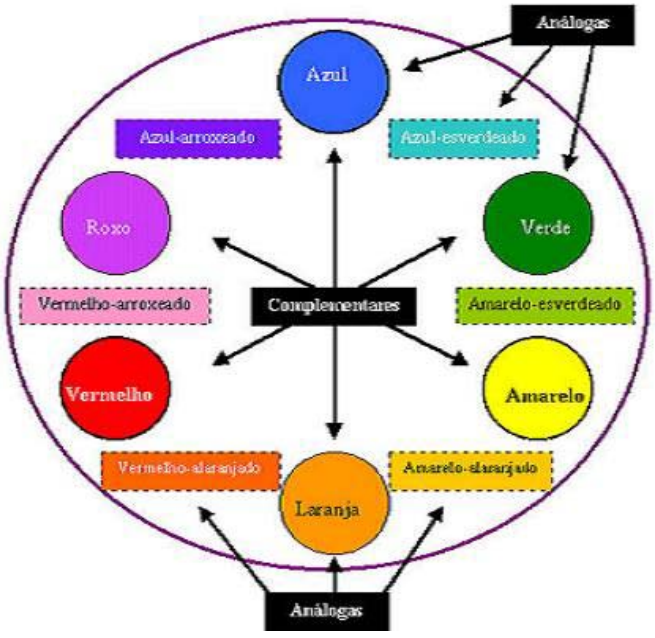


FONTE: Disponível em: <http://artescraps.blogspot.com/2009/01/estudo-das-cores-por-f-marini.html>. Acesso em: 02/04/2010.



FONTE: Disponível em: <http://www.fotolog.com.br/rexxxina/27767009>. Acesso em: 03/02/2010.

Cores Análogas – Também chamadas da mesma família de “tons” ou “vizinhas”, pois são próximas entre si. São as cores resultantes de uma mistura gradativa entre duas cores. São chamadas de análogas pois há nelas uma mesma cor básica.



FONTE: Disponível em: <http://www.fotolog.com.br/rexxxina/27767009>. Acesso em: 02/03/2010

Temperatura das cores – Quanto mais alta a temperatura da cor, mais clara será a tonalidade de matiz da luz. Ao falarmos em cor quente ou fria, referimos à tonalidade de cor que ela apresenta ao ambiente. Luz com tonalidades mais suaves são consideradas relaxantes. Luz com tonalidades mais claras são estimulantes. As cores frias predominam os tons de azul, verde e violeta. Caracterizam-se por serem melancólicas e tristes. São consideradas cores calmantes. Associamos às cores frias a água, o mar, o céu, o gelo, as árvores, entre outros.



FONTE: Disponível em: <http://almaperdida.blogs.sapo.pt/arquivo/Paisagem.jpg>. Acesso em: 03/04/2010.

As cores quentes são as que predominam os tons de vermelho, laranja e amarelo. Transmitem-nos a sensação de calor, tendo como característica alegria e vibração. Associamos as cores quentes ao fogo, ao sol, vulcões, entre outros. As cores neutras são aquelas em que não predominam os tons quentes ou os tons frios. Consideramos por cores neutras o branco, o cinza e o preto. O branco é a soma de todas as cores e implica a presença de luz. O preto, ao contrário do branco, implica a ausência de luz. Não deriva de outra cor. O cinza tem origem na mistura de diferentes quantidades das cores branco com o preto.



FONTE: <http://almaperdida.blogs.sapo.pt/arquivo/Paisagem.jpg>.
Acesso em: 04/03/2010.

9 EFEITO DAS CORES NAS CURAS

As cores possuem aspectos e efeitos diferentes: belezas que podem encantar aos olhos ou entristecer, efeitos agradáveis ou desagradáveis ao corpo, afinidades ou emoções mais ou menos profundas, que valem como energias fortes, podendo ser utilizadas no sentido construtivo ou destrutivo. Há um aumento ou diminuição de poderes e de efeitos em cada cor. As cores de vibração mais alta produzem efeitos de maior intensidade, pureza e profundidade, variando do mais alto teor vibratório, para o infinito e do mais baixo, para a matéria bruta.

Tanto no físico como no psíquico as cores produzem reações específicas. Nas células, por exemplo, as cores agem produzindo alterações fisiológicas no organismo. Quando a célula adoece, perde a sintonia funcional com o conjunto, mas as aplicações de raios coloridos sobre ela forçam-na a retornar ao ritmo e padrão vibratório habitual quando sã. Assim como as células, os conjuntos celulares, órgãos e tecidos possuem coloração, tonalidade e vibração específicas. Quando doente esses agrupamentos demonstram alterações refletindo também nos agrupamentos

correspondentes.

A aplicação de raios coloridos sobre eles da mesma maneira levam-nos a retornar à vibração própria, como ocorre no processo das células componentes do agrupamento quando sadias. As cores possuem vibração e dinâmica mais alta que as de matéria comum e se formam pela condensação de energia, possuindo maior capacidade de penetração nos tecidos. Por essa razão, na maioria dos casos, as aplicações devem ser a mesma cor do agregado molecular refletido.

9.1 PRESSUPOSTOS PARA O TRATAMENTO POR MEIO DAS CORES

- Todos os seres possuem frequências características de vibrações;
- Todos os órgãos possuem frequências características de vibrações;
- “Doença” é uma mudança de frequência – aumento ou diminuição da vibração provocada por um fator químico, mecânico ou térmico;
- A aplicação da frequência correta transformará a função alterada;
- As células escolhem, seletivamente, as vibrações benéficas, bem como rejeitam os raios e as vibrações desnecessários;
- A cor “errada” ou o tipo errado de alimento tende a alterar a frequência do campo de força eletromagnética da célula, e essa força interage com o campo de força mais amplo do órgão, que por sua vez afeta o sistema e este reage sobre o campo de força total do corpo;

10 MEDITAÇÃO DAS CORES



FONTE: Disponível em: <www.spa7.com.br>. Acesso em: 05/03/2010.

Antes de começar, concentrar os seus pensamentos sobre o que pretende realizar em sua meditação. Seu primeiro objetivo é criar o tipo de meditação. Seu segundo objetivo pode ser para se deslocar a tempo de ver o passado ou futuro.No caso, vamos utilizar a meditação das cores. Ache uma posição confortável, quer sentado ou deitado, e desprenda-se de todo o corpo. Feche os olhos e respire profundamente para dentro e para fora três vezes. Concentre sua atenção para a parte traseira de suas pálpebras e observe a luz. Concentre-se deste modo e vá colocando as cores e seus formatos.

Utilize as cores a seguir:

AZUL - Visualize um quadrado azul, aproxime-se dele devagar e vá entrando dentro dele aos poucos. Representa a cor da imersão profunda, sua presença, a força vital e sua existência. Agora já relaxado(a), e após ter ingressado pela moldura do azul, é o momento de pensar na próxima cor.

VERDE - Visualize um triângulo verde, aproxime-se bem devagar e vá entrando dentro dele aos poucos. Como a imersão contínua e se tornando mais profunda, você está junto ao seu espírito, a cor verde te traz de encontro ao seu lado espiritual. Você está mudando de pensamento do consciente para o subconsciente. Agora já se sentindo no clima do verde, é o momento de ir para a próxima cor.

AMARELO - Visualize um retângulo amarelo, aproxime-se e entre bem devagar. Representa a mudança a partir da consciência para o inconsciência. Dependendo do indivíduo, pode levar várias tentativas ou vários anos para chegar a este nível, por isso exige muito boa concentração. Sinta a presença de cor amarela passar por você três vezes, seguido de uma profunda concentração. Vamos agora para última cor.

VERMELHO - Visualize um círculo vermelho e penetre bem devagar. Representa a entrada no inconsciente, no passado ou futuro. É sinal de que você chegou a um nível de subconsciente profundo, dando acesso espiritual para começar a trabalhar em seu próprio tempo.

Uma vez que a imersão foi completada, uma boa concentração é obtida, mas não demore muito para retornar às primeiras meditações. Com o tempo e prática fica mais fácil a conexão. Para retornar, basta fazer o processo inverso, visualizando do vermelho para as outras cores, substituindo uma a uma, lentamente. E lembre-se, a meditação é uma imersão muito poderosa, uma ferramenta só sua.

10.1 MEDITAÇÃO DA CURA



FONTE: Disponível em: <http://4.bp.blogspot.com/_KXLNTmtvfTE/SghfPQN8-LI>. Acesso em: 03/04/2010.

A maioria dos exercícios compõe-se de quatro passos básicos:

- Identificar os problemas que precisam ser sanados;
- Apoiar-se em uma fonte de poder;
- Aplicar os meios de cura;
- Alcançar o resultado da cura;

Para promover uma cura realmente eficaz, precisamos usar o poder da imaginação, da compreensão, dos sentimentos e da força da nossa crença no processo de cura. Quanto mais vemos, compreendemos, sentimos e acreditamos nesse processo, mais profundos serão os benefícios. Podemos reforçar cada um dos quatro passos básicos da cura mediante quatro técnicas de meditação:

- Podemos ver ou visualizar cada passo como uma imagem;
- Pensar em cada um deles usando um determinado nome ou designação;
- Sentir as qualidades de cada um deles;
- Acreditar na sua eficácia.

Essas técnicas fundamentam-se na compreensão de que os pensamentos adquirem força ao assumir forma concreta em nossa mente. Ver torna as coisas vividas e imediatas para nós. Quando nomeamos alguma coisa, conferimos-lhe força e a relacionamos com o nosso ser por meio do poder do pensamento. Quando sentimos algo, ficamos totalmente absortos nisso. Quando acreditamos no poder e na eficácia de alguma coisa, essa coisa torna-se uma realidade. Por exemplo, para curar a tristeza, temos de aplicar as quatro técnicas de meditação aos quatro passos básicos.

Em primeiro lugar, veja a tristeza como uma imagem. Identifique, de forma realista e calma, a tristeza. Deixe que o sentimento ou emoção triste aflore, de modo que você possa livrar-se dele. O que às vezes pode ajudar, embora não seja imprescindível, é localizar um lugar do corpo em que o sentimento se concentra como a cabeça, a garganta, o peito ou a parte inferior do estômago. Talvez o seu corpo inteiro pareça estar tenso. Onde quer que a tristeza esteja você pode ver (visualizar) a tristeza como uma imagem, como um bloco de gelo, por exemplo. Isso faz com que a sua mente envolva esse ponto doentio com energias de cura.

Visualizar, sentir, identificar e acreditar – mas não aprisionar-se – na realidade da nossa doença nos ajuda a dar atenção ao que está errado, para podermos resolver o problema. Veja a fonte de energia sob uma determinada forma, como uma bola de fogo, semelhante ao sol, que tem qualidades como calor, bem-aventurança e imensidão. Veja os meios de cura na forma de poderosos raios de luz ígnea que dissolvem o gelo da tristeza em seu corpo por meio do simples toque, como os raios quentes do sol ao incidir sobre o gelo. Veja a si próprio cheio de luz, transformando-se em um brilhante corpo de luz curativa.

Em segundo lugar, além de ver essas imagens, devemos ainda dar um nome e reconhecer a tristeza, a fonte de energia, os meios de cura e a consecução da cura. Em terceiro lugar, não se limite a vê-los e a identificá-los; sinta, também, a tristeza, sem se deixar aprisionar nela. Sinta a presença da fonte de energia. Sinta a energia dos meios de cura invocando a energia de cura e moldando essa forma de energia às suas necessidades e à sua situação. Pode ser um grande vento purificador que varre para longe as aflições, uma chuva benfazeja e balsâmica ou qualquer outro meio de cura que você achar apropriado.

Então, sem mais pensamentos nem imagens, simplesmente relaxe e deixe

que aflorem todos os sentimentos que possam ter sido evocados no final do exercício. Por fim, não se limite a ver, a designar e sentir, mas tenha também fé e confiança absolutas de que a sua tristeza está na imagem do bloco de gelo; de que a fonte de energia está presente diante de você com o poder absoluto de curar; de que os meios de cura podem curar mediante o simples toque, e de que você está totalmente curado e transformado em um brilhante corpo de luz curativa cheio de calor, bem-aventurança, alegria e receptividade.

Sinta o seu problema e acredite que ele está sendo sanado. Deleite-se com a cura enquanto a vê e sinta que ela está acontecendo. Acredite que a sua dificuldade está sendo resolvida, purificada, varrida para longe, dissipada. Alguns problemas desaparecem imediatamente sem deixar vestígios; outros podem precisar de várias sessões. Contudo, embora a meditação nem sempre possa mudar as circunstâncias nas quais nos encontramos, nossas atitudes com relação a essas circunstâncias podem mudar. Podemos ser mais tranquilos e felizes. Isso melhora por si só a situação, ou modifica a maneira como agem as pessoas que nos cercam.

Pense mais uma vez na tristeza e tente determinar-lhe o caráter. Se você for capaz de sentir se a tristeza é quente ou fria, isso poderá ajudar. Se for fria, visualize a luz, a água ou o ar quente como meio de cura. Se o calor for o problema, visualize a luz, a água ou o ar como frio. Lembre-se ainda de que, se você já está se sentindo mais positivo, esse é o momento de, por meio da meditação, aprofundar sua sensação de bem-estar e, assim, preparar-se para os problemas, quando surgirem. Você pode contemplar a luz ou sua fonte de poder, ou pode usar qualquer técnica de cura. Seja qual for a sua prática de cura, cultive sempre a sua meditação como um oásis de paz.

----------FIM DO MÓDULO I----------