

# Cromoterapia: ¿Cómo influyen los Colores en la Salud?, Esclerosis Múltiple



**Cromoterapia: ¿Cómo influyen los Colores en la Salud? La terapia cromática asume que los colores son capaces de influir en muchos aspectos de nuestra vida, incluyendo el estado de ánimo, la salud física y mental, y los niveles de energía del organismo.**

**Se considera que cada color está asociado a uno de los 7 centros energéticos (chakras) del cuerpo. Por tanto, si un chakra está débil el color correspondiente podría fortalecerlo. Veamos cómo se distribuyen estos colores de acuerdo con dicha teoría.**

## **Rojo**



Estaría asociado con el chakra básico y la columna vertebral, las piernas y la cadera. Se cree que estimula e incrementa la energía, fortalece la fuerza de voluntad, alivia las congestiones, aumenta la circulación sanguínea y se relaciona directamente con la sexualidad. Demasiado rojo puede, a su vez, estimular la ira y la agresividad.

## **Naranja**

Este color fomenta la alegría, el optimismo y la socialización. Es muy útil para tratar la tristeza y los estados depresivos. Se le asocia con el chakra sacro y beneficia los riñones, las vías urinarias y los órganos de la reproducción. El exceso de naranja provoca confusión, pesimismo y fatiga.

## **Amarillo**

Se le asocia con el chakra del plexo solar. El desbalance en esta área promueve temor, confusión, aprensión, falta de determinación frente a los problemas, introversión y debilidad. Se considera que el amarillo logra el equilibrio del plexo solar. Se relaciona con el intelecto y los procesos mentales. Este chakra también actúa sobre el sistema digestivo. Un exceso de este color conduce a la falta de concentración y la hiperactividad.

## Verde

El verde es el color que fomenta la estabilidad emocional, la calma y la pureza. Se le asocia con el chakra del corazón, por lo que ayuda a resolver problemas amorosos, a perdonar, a sentir confianza y compasión. Cuando este chakra se desequilibra, se produce miedo a las relaciones, desconfianza, inseguridad y celos, entre otros.

## Azul

Se relaciona con el chakra de la garganta y se cree que está conectado a la garganta y los pulmones. El azul mejora la expresión verbal y la comunicación, la expresión artística y la fuerza de voluntad. Calma y combate el insomnio. También es eficaz para tratar los problemas de ansiedad, de garganta, la presión arterial, la migraña y la irritación cutánea.

## Índigo

El índigo se asocia con el chakra del tercer ojo, supuestamente situado entre los ojos, se relaciona con todo lo ocular y con la parte inferior de la cabeza. Fomenta la intuición y fortalece el sistema linfático, el inmunológico y ayuda a purificar el cuerpo.

## Púrpura o violeta



Se le relaciona con el chakra de la corona, ubicado en la parte superior de la cabeza. Fomenta la espiritualidad, la intuición, la sabiduría, la fuerza mental y la concentración. Un exceso de este color puede provocar orgullo y arrogancia...

Esta terapia debe ser aplicada por especialistas que dominan la disciplina y la emplean combinada con terapias estándares y otras terapias alternativas. En cualquier caso es una posibilidad más de cuidar nuestra salud por vías naturales.

Publicado por: Ruth Lelyen / otramedicina.com