

# Цвет не только радует глаз, но и лечит

**Цвет – это неотъемлемая часть нашей жизни, бесценный дар каждому из нас. Кто-то может воспринимать жизнь как череду черного и белого, для кого-то она расписана в серых тонах и полутонах, а кто-то воспринимает ее в разноцветном варианте.**

Мы пользуемся цветом ежесекундно, даже не задумываясь об этом. Мы воспринимаем цвет не только глазами, но и каждой частичкой своего организма. Каждый его оттенок имеет свою физическую природу, электроволну, которая своими микроколебаниями влияет на наше подсознание.



ствия цвета.

Еще в древности считалось, что воздействие цветом не только способно восстановить душевное равновесие, но и является серьезным лечебным фактором при многочисленных физических недугах. Цветом лечили в Египте, Китае, Индии, Персии. В египетских храмах археологи обнаружили помещения, конструкция которых заставляла преломлять солнечные лучи в тот или иной цвет спектра. Египетские врачи словно бы купали больного в оздоравливающих потоках целительных лучей. В Древнем Риме использовался такой способ цветотерапии, как насыщение воды цветом. В сосуд с водой клали драгоценные и полудрагоценные камни определенного цвета, а потом эту воду пили. Для разных недугов использовали разные драгоценные камни. Например, от простуды лечили бирюзой.

Цветотерапия – эффективный метод воздействия цветом с целью восстановления нормальной жизнедеятельности организма. Лечебное воздействие цвета связано с влиянием электромагнитных волн определенной длины на наши органы. Цветотерапия основана на том, что каждая из биологически активных зон организма непосредственно реагирует на один из цветов, и воздействие на организм определенным цветом снимает энергетическую блокаду, являющуюся причиной болезни или функционального расстройства. Наша нервная клетка от рождения имеет «здоровую» вибрацию с определенной длиной волны. При различных патологических состояниях вибрация клетки меняется. В цветотерапии по принципу резонанса клетке навязывается здоровая вибрация. По своей природе нервная клетка способна усваивать и накапливать недостающие цвета и отталкивать цвета избыточные. Таков механизм лечебного воздей-

Каждый цвет содержит целую гамму оттенков, от тончайших и нежных до глубоких, пронизанных мудростью и знанием.

Цвета неизменно присутствуют в нашем окружении. Дома или на работе, в магазине или на улице, осознанно или нет, но мы постоянно ощущаем на себе влияние цвета. Цветовое воздействие на организм хорошо известно, врачи издавна использовали элементы цветотерапии. Сильное возбуждение снималось у больного даже при приступах буйства, когда его помещали в комнату с синими стенами, синим освещением.

Величайшие врачи прошлого считали цвет одним из важнейших факторов в процессе излечения. Так, Цельс, выписывая лекарство, обязательно учитывал его цвет: светло-фиолетовый, голубой, розовый... Для лечения ран он употреблял черный, зеленый, красный или белый пластырь, в зависимости от типа раны. Авиценна ставил диагноз по цвету кожи и мочи больного. Большой знаток человеческой природы, он составил особый атлас, где описал зависимость между цветом, человеческим темпераментом и здоровьем человека. Широко использовала лечение цветом народная медицина, отдавая особое предпочтение красному. Так, издавна в России для лечения скарлатины использовали красную фланель, а при рожистом воспалении – красную шерсть; чтобы уберечься от желтухи носили золотые бусы. В Шотландии красная шерсть излечивала растяжение связок, в Ирландии помогала при лечении ангины, а в Македонии предупреждала лихорадку. В старой Англии ручку маленького ребенка обвязывали красной ниткой, чтобы у него лучше росли зубки.

**Наталья ЧЕРКАСОВА**

## Радуга здоровья

По мнению ученых, наш мозг воспринимает цвет точно так же, как желудок – еду. И так же, как нам иногда хочется какой-нибудь конкретной пищи, так и наше тело временами нуждается в конкретном цвете.

**КРАСНЫЙ** цвет повышает энергию, активирует все функции организма, нормализует кровообращение и обмен веществ. В народной медицине используется для лечения ветряной оспы, скарлатины, кори, открытых гнойных ран, мокнувшего лишая и некоторых кожных заболеваний. Красный цвет согревает, его следует использовать тем, кто подвержен простудам и нуждается в тепле. Однако злоупотребление красным может вызвать раздражение и осложнения заболевания. Если вы чувствуете вялость или нежелание браться за трудные, но необходимые дела, поработайте над зрительным представлением красного цвета, и это придаст вам силу.

**ОРАНЖЕВЫЙ** помогает победить депрессию, неуверенность, тревогу, ускоряет пульсацию крови, улучшает пищеварение, регулирует деятельность щитовидной железы.

Помогает при болезнях, связанных с мочеполовой системой, заболеваниях селезенки, нервных расстройствах, депрессии. Этот цвет хорош в период менопаузы, так как уравнивает гормональное состояние. Он оказывает помощь при бесплодии и способствует очищению от слизи любой системы организма.

Оранжевый цвет побуждает идти вперед. Работая с этим цветом, человек инстинктивно нащупывает правильный путь.

**ЖЕЛТЫЙ** повышает концентрацию внимания, улучшает настроение и память. Его влияние очень благотворно при нарушениях работы печени. Желтый цвет воздействует на солнечное сплетение, которое связано с печенью, желчным пузырем, селезенкой и желудком. Таким образом, область желтого цвета распространяется на весь пищеварительный тракт. Он полезен для кожи и нервной системы, улучшает зрение.

Желтый цвет является замечательным «санитаром». Он настраивает и очищает от токсинов весь организм, помогает избавиться от запоров, контролирует вес. Желтый цвет придает живость уму, помогает быстро усваивать информацию, способствует ясности и точности мысли, будит любознательность. С помощью энергии желтого цвета можно преодолеть все трудности и использовать все возможности. Это цвет энергичных людей.

**ЗЕЛЕНЫЙ** самый гармоничный и уравновешенный из всех цветов Вселенной. Это эмоциональный индикатор – если равновесие зеленого цвета нарушено, возникают боли в сердце, которые могут быть следствием зависти и ревности. Зеленый цвет располагает к цельности и любви. Это цвет эмоциональных взаимоотношений. Зеленый – это цвет принятия решений. Если вы колеблетесь и испытываете нерешительность, закройте глаза и зрительно представьте себе зеленый цвет. Он очень про-



Фото: JOERG KOCH/AFP/Getty Images

**Цвета неизменно присутствуют в нашем окружении**

дуктивен, особенно в бизнесе. Характерная особенность зеленого цвета – практичность. Он располагает к щедрости, приносит в мир утешение. Зеленый цвет состоит из желтого и голубого – ясности и мудрости. Вместе они помогают осознать события вашей жизни. Это очень важно, потому что большая часть заболеваний развивается вследствие негативных образов прошлого, от которых необходимо освободиться. Он гармонирует со всем, поэтому является целительным цветом широкого спектра действия. Деревья и трава – что может быть лучшей цветотерапией для человека?

**ГОЛУБОЙ** успокаивает, повышает иммунитет, снимает воспаление и ощущение жжения, например при солнечных ожогах, благоприятно влияет на работу щитовидной железы. Это цвет искателя правды, идущего вперед в поисках истины. Его сила в спокойствии и прямоте. Иногда тяга к голубому означает жажду перемен. Голубой цвет помогает при стрессах и волнениях, он способен снизить кровяное давление. С его помощью снимают воспаления, останавливают кровотечения, уменьшают боли при ишиасе и язвах желудка; он помогает при недержании мочи. Голубой цвет не принесет пользы, если вы хотите сбросить лишний вес. Замечено, что он привлекает слишком полных людей, потому что успокаивает и поощряет их оставаться такими, какие есть. Тяга к голубому характерна для слабых, бесхарактерных людей. Голубой цвет приносит мир и удовлетворенность. От него веет спокойствием, уравновешенностью. Он располагает к размышлениям, напоминает о необходимости отдохнуть и расслабиться. Сколько людей страдают бессонницей и не знают, что читать на ночь нужно под голубым абажуром, тогда сон не заставит себя долго ждать. Можно повесить в спальне и сине-голубой узорчатый ковер, результат будет тот же.

**СИНИЙ** вызывает ощущение комфорта и покоя, снимает напряжение, снижает артериальное давление, успокаивает дыхание. Специалисты

по цветотерапии особенно рекомендуют синий цвет женщинам при нарушениях менструального цикла и во время климакса. Синий цвет облегчает течение заболеваний эндокринной системы. Кроме того, он влияет на костную систему, особенно на позвоночник. Мозг, глаза и носовые пазухи также лечат синим цветом. Это наиболее сильный болеутоляющий цвет спектра. Он способен снизить последствия загрязнения воздуха, воды и пищи, а также любые негативные вибрации. Поскольку в поле его влияния входят уши, глаза и нос, синий цвет хорошо помогает при острых воспалениях носовых пазух и катаральных явлениях. Синий – цвет осуществления желаний и интуиции, помогает справиться с эмоциональными потрясениями, способствует вдохновению.

**ФИОЛЕТОВЫЙ** усиливает интуицию, нормализует состояние лимфатической системы, помогает при мигренях. В физическом плане фиолетовый цвет воздействует на шишковидную железу, расположенную в промежуточном мозге. Все умственные приказы идут отсюда. Фиолетовым надо пользоваться осторожно – это тяжелый цвет. Его избыток может вызвать депрессию. Фиолетовый цвет очень полезен при любых внутренних воспалениях. Уменьшает высыпания на коже, ослабляет сердцебиение, помогает при любых нарушениях, связанных с головой (например, при сотрясении мозга). Поддерживает иммунную систему и может успокоить расшатанные нервы. Полезен при усталости и боли в глазах, успокаивает эмоционально неустойчивых людей. Обостряет зрение и чувства, но подавляет аппетит. Фиолетовый цвет очень мощен. Он несет в себе мир, сочетая силу и мягкость. Это высшая энергия гуманизма, доброты и любви. Впитывайте фиолетовый цвет, чтобы выявить и освободить скрытые возможности. Если вам одиноко или вы ощущаете оторванность от жизни, представьте себе фиолетовый цвет – он защитит вас. Поскольку фиолетовый цвет соединяет в себе красный и голубой, он способствует союзу тела и духа.