

NAŠE TELO IN BARVE

21.9.2010

Gradivo pripravil: Vera Dermota

Jesenice, SEPTEMBER 2010

SVETLOBA IN BARVE

- ✚ Celotno stvarstvo se koplje v morju svetlobe in barv.
- ✚ Svetloba in barve so tesno povezane z vsemi vidiki našega življenja. Vplivajo na vse štiri ravni našega bivanja (fizično, čustveno, miselno in duhovno).
- ✚ Pojavni svet vidimo prav zaradi svetlobe in barv.
- ✚ Svetloba pa nam tudi omogoča, da z njo tudi ustvarjamo.
- ✚ Fiziki trdijo, da barv ni, da so barve le elektromagnetni valovi na ozkem področju celotnega elektromagnetnega sevanja. Znanost ustvarja ločenost med subjektivnim in objektivnim, ter med duhovnim in materialnim.
- ✚ Smo objekt in subjekt, ki svetlobo in barve sprejemamo z vidom in energijskimi telesi in jih tudi doživljamo.

SVETLOBA

- ✚ Je posebna vrsta potujoče energije, ki se razširja tudi skozi brezračni prostor.
- ✚ Potuje s hitrostjo 300.000 km/s ali pa je ni.
- ✚ Svetlobo oddajajo svetlobni izvori ali pa nastaja pri različnih energijskih spremembah (npr.: močan trk – iskrenje, pri razelektrenju – blisk)
- ✚ V snoveh povzročajo različne energijske spremembe. Snov absorbira vpadlo svetlobo in jo »predela« v drugo vrsto energije (snov se segreje, se posuši, v klorofilu se spremeni v kemično energijo, se spremeni v kinetično energijo telesa, v električno energijo...).
- ✚ Za človeka so pomembni tokovi, ki jih svetloba sproži v očesni mrežnici, v vidnem centru velikih možganov pa posredujejo vidne predstave. Govorimo o energijskem toku svetlobe.

OKO

- ✚ Barve, ki jih razumemo ljudje, so posledica zgradbe naših oči in živčevja.
- ✚ V mrežnici imamo ŠTIRI VRSTE SVETLOBNIH ČUTNIC: paličice in tri vrste čepkov.
- ✚ Vse štiri zaznavajo razlike med svetlobo in temo v določenem delu spektra, le da se različno povezujejo z živčnimi celicami in nato z možgani.
- ✚ Čepki delujejo na dnevno svetlobo in omogočajo, da vidimo barve. Imamo kratkovalovne za modri, srednje valovne za zeleni in dolgovalovne za rdeči del spektra.
- ✚ Paličice delujejo, ko je razsvetljava šibka in dajejo vidne zaznave le za odtenke sive barve, delno pa so občutljive za modro zeleni del spektra.
- ✚ Velikost in gostota teh celic pa nam omogočajo razlikovanje podrobnosti.
- ✚ Občutljivost teh celic določajo vpojne ali absorpcijske lastnosti vidnih pigmentov.
- ✚ Informacija bo za določeno valovno dolžino enaka, le da se nam bo zdela svetloba enkrat svetlejša, drugič manj svetla – odvisno kje na krivulji občutljivosti bo ta valovna dolžina.

BARVE

- ✚ Sodijo v svet fizike, kemije, fiziologije, psihologije, v svet umetnosti in tehnike, ekologije, arhitekture, feng – shuia, sociologije, zdravljenja, obrti in reklame.
- ✚ So koncentracija določene svetlobne frekvence. Pojavljajo se v tisočerihi odtenkih. Vsaka barva ima edinstveno delovanje.
- ✚ Vsaka barva ima svoje frekvenčno območje in valovno dolžino. Tako ima rdeča najvišjo valovno dolžino in nizko frekvenčno območje, vijolična pa najnižjo valovno dolžino in najvišje frekvenčno območje.
- ✚ Delimo jih na tri kategorije: primarne, sekundarne in terciarne.
Primarne barve so rdeča, rumena in modra.
Sekundarne barve dobimo z mešanjem primarnih barv.
Terciarne barve pa dobimo z mešanjem primarnih in sekundarnih barv.
- ✚ Zdravje predstavlja uravnovešenost teh naših barv, bolezen pa neuravnovešenost.
- ✚ Kadar telesu primanjkuje barva, mu jo dodajamo. Ko pa je določena barva v presežku, jo uravnovesimo s njej komplementarno barvo. (barvni krog)

POMEN BARV

BELA

Vsebuje celoten svetlobni spekter. Krepi in očiščuje celoten energijski sistem.

Kadar smo v dvomih katero barvo uporabiti, z belo ne moremo pogrešiti. Dobro je, da vsako barvno terapijo začnemo in končamo z belo barvo, ki stabilizira in stimulira celoten energijski sistem. Tako ojačimo tudi učinek med terapijo uporabljene barve.

SREBRNA

S srebrno in nekaterimi sivimi barvami ojačimo učinek drugih barv, podobno kot z belo. Pomaga pri meditaciji za ugotavljanje metafizičnega izvora bolezni. Srebrna barva je dobra za odkrivanje in uporabljanje ustvarjalne domišljije. Aktivira prirojeno intuicijo.

ZLATA

Zlata barva je zelo dobra za stimuliranje imunskega sistema. Prebuja samo zdravilne sposobnosti, da telo lažje obnovi stanje ravnovesja. Vrača tudi voljo do življenja.

Komplementarna barva: indigo modra

RUMENA

Rumena barva vpliva na čakro sončnega pleteža in stimulira umske zmožnosti. Uporabljamo jo pri depresijah. Pomaga prebuditi voljo do življenja. Vzbuja večje samozaupanje in optimizem. Učinkovita je tudi pri prebavnih težavah. Dobrodejno učinkuje na želodec, črevesje, mehur in vsa izločala. Pomaga uravnovesiti prebavni trakt.

Zlato rumeni odtenki so zdravilni za telo in um.

NI PRIMERNA ZA RAKAVA BOLEENJA IN OPEKLINE.

Komplementarna barva: vijolična

LIMONINO RUMENA

Limonino rumena barva poživlja in stimulira možgane. V svojem spektru ima zelen odtenek, ki deluje čistilno. Pripomore k hitrejšemu izločanju toksinov na površini, da se jih lažje znebimo. Dobra je za tkiva in kosti.

ORANŽNA

Oranžna barva deluje na spolno (križnično) čakro. Je barva radosti in modrosti. Spodbuja družabnost. Povezana je z zdravimi čustvi in mišičevjem.

Pomaga pri zdravljenju vranice, trebušne slinavke, želodca, črevesja in nadledvične žleze. Z njo pomagamo ljudem, ki trpijo zaradi čustvene otopelosti ali depresije. Revitalizira fizično telo in izboljša presnovo. Po napadu bolezni je sijajen krepčilni tonik, saj okrepi sistem telesnega izločanja.

Preveč oranžne slabo vpliva na živce in jo moramo uravnovesiti z zeleno modrimi odtenki.

NE ZA RAKAVE BOLEZNI, NA GLAVI ALI V NJENI BLIŽINI (OČEH, MOŽGANIH, ČELJUSTIH, ZOBEH), NA SRCU IN SRČNI ČAKRI, NA VRANICI IN VRANIČNI ČAKRI.

Komplementarna barva: modra

RDEČA

Rdeča je barva stimulacije. Z njo energijsko okrepimo korenko čakro.

Prebuja fizično življenjsko silo ter greje in aktivira. Uporabljamo jo pri prehladih, slabi cirkulaciji, slabokrvnosti in težavami s sluzjo. Z rdečo barvo dvignemo telesno temperaturo in poživimo kri. Krepi človekovo fizično energijo in voljo. Spodbuja globlje strasti, bodisi v spolnosti in ljubezni, srčnosti, sovraštvu ali celo maščevanju.

S preveč rdeče barve lahko bolezenska stanja preveč stimuliramo in še poslabšamo.

Visok krvni pritisk je znak, da je v telesu preveč rdeče energije.

NIKOLI JE NE UPORABLJAMO:

ZA RAKAVA BOLEENJA, KER STIMULIRA RAST CELIC,

NE ZA ZVIŠAN KRVNI PRITISK,

ASTMO PRI BOLNEM SRCU.

ZA HUDE ČUSTVENE TEŽAVE.

NIKOLI ZA VNETJA IN NEKATERA SPOLNA OBOLENJA (SIFILIS).

Lahko pa za infekcije kot absces (lokalno bakterijsko vnetje).

Komplementarna barva: zelena

ROZA - MAGENTA

Roza barva prebujajo sočutje, ljubezen in čistost. Z njo blažimo jezljivost in občutek zapostavljenosti. Stimulira priželjc in imunski sistem. V meditaciji nam pomaga pri spoznavanju globljih resnic. Tolažilno vpliva na človekove čustvene energije.

Komplementarna barva: lipa zelena

PURPURNA

Purpurna (vijoličasto rdeča) je barva z visoko vibracijo, zato z njeno barvo ne smemo pretiravati.

Preveč purpurne barve lahko povzroči ali poglobi depresivnost. Uporabljamo jo za stimuliranje telesnih žil. Pomaga pri glavobolih.

Rdeče purpurni spekter uravnoveša polarnosti v telesu, modro purpurni spekter pa je dober za krčenje (tumorji) in ohlajanje (lajšanje vnetij).

VIJOLIČASTA

Vijoličasta barva vpliva na celotno okostje. Je zelo antiseptična in očiščuje tako na fizični kot duhovni ravni. Pomaga uravnovesiti fizične in duhovne energije. Učinkovita je pri rakastih obolenjih. Artritis olajšamo s vijoličasto svetlobo, ki se nagiba k modremu spektru. Izboljšuje nam presnovo rudninskih snovi v telesu.

Vpliva na temensko čakro ter spodbuja navdih, ponižnost in sanje. V meditaciji pomaga, da se odpremo za prejšnja življenja.

NE UPORABLJAMO JE SKUPAJ Z RDEČO, ORANŽNO IN RUMENO.

Komplementarna barva: rumena

INDIGO MODRA

Indigo modra in temnejši odtenki modre so močne zdravilne barve tako na duhovni kot na fizični ravni.

Ta barva aktivira čelno čakro in uravnoveša vse z njo povezane telesne težave.

Krepi limfni, žlezni in imunski sistem. Sijajno se obnese pri čiščenju krvi in jo lahko uporabimo pri razstrupljanju telesa. Lajša pljučne težave in pomaga pri obsedenostih. Uravnoveša možganski hemisferi in vse živčne sinapse med njima. Dobra je za vsa obolenja obraza (oči, ušes, nosa, ust in sinusov).

Indigo modra deluje pomirjevalno in jo uporabljamo pri meditaciji za doseganje globljih ravni zavesti. Vzbuja duhovno predanost in intuicijo.

PREVEČ INDIGO BARVE LAHKO POVZROČI DEPRESIJO IN OBČUTEK LOČENOSTI OD DRUGIH.

Komplementarna barva: zlata

KRALJEVSKO MODRA

Ta barva je zelo antiseptična in pomaga telesu asimilirati kisik. Razjasnjuje zmedeni um in pomaga pri negativnih fizičnih stanjih, ki vplivajo na možgane.

MODRA

Modra barva osvežuje telesni sistem. Sprošča in umirja človekove energije ter deluje antiseptično. Krepi in uravnoveša dihala. Izvrstna pri visokem krvnem pritisku, različnih težavah z grlom, ker vpliva na grleno čakro. Učinkovita je pri lajšanju vseh otroških boleznih, astme, noric, zlatenice in revmatizma. Dobrodejno deluje na žilne bolezni. Uporabljamo jo za prebujanje intuicije in lajšanje osamljenosti.

Je ena najbolj univerzalnih zdravilnih barv za otroke.

Zelo učinkovita je v kombinaciji s toplejšimi barvami v oranžnem in rdeče oranžnem spektru.

Vzbuja tudi umetniško izražanje in navdih.

Komplementarna barva: oranžna

AKVAMARIN

Akvamarin deluje ohlajajoče. Ta barva je koristna za lajšanje vročinskih bolezni in uravnovešanje vseh telesnih sistemov. Uporabljamo jo tudi za hlajenje in blažitev raznih vnetij.

TURKIZNA

Turkizna barva deluje osvežujoče. Združuje dobrodejen učinek modre in zelene barve, poživlja telo in očiščuje. Uporabna je pri zdravljenju kožnih bolezni in težavah z grlom. Zelo je učinkovita pri akutnih bolečinah in bolečih ušesih. Komplementarna barva: rdeče-oranžna

ZELENA

Zelena je prevladujoča barva na našem planetu. Uravnoveša človekove energije ter povečuje senzitivnost in sočutje. Učinkuje blažilno, zlasti pri raznih vnetjih in pomirja živčevje.

Živo zeleni odtenki, ki se nagibajo k modremu spektru, zelo pomagajo pri zdravljenju večine bolezni.

Zelena uporabljamo tudi za razvijanje prijateljstva, upanja, vere in miru. Pri umski preobremenjenosti nam pomaga, da si odpočijemo in obnovimo energijo.

Zelena močno učinkuje na srčno čakro in uravnoveša avtonomno živčevje. Uporabna je pri težavah s srcem, visokem krvnem pritisku, čirih, izčrpanosti in glavobolih.

KER PA ZELENA BARVA STIMULIRA RAST, JE V NOBENEM PRIMERU NE SMEMO UPORABLJATI PRI RAKIH, TUMORJIH IN VSEH DRUGIH MALIGNIH TVORBAH.

Komplementarna barva: rdeča

OLIVNO ZELENA

Je barva prostora in resnice, prizemlji, daje mir, upanje, veselje, smeh in transmutira (predelava) stvari. Daje moč, da duhovno zaživimo tudi v vsakdanjem življenju.

LIPA ZELENA

Oznanja začetek pomladi, a preden pride nova energija, mora telo ali zemljo očistiti in razstrupiti.

Daje nam ravnovesje, novo življenje, nas razstruplja, sprošča in izredno paše očem, ker jih sprošča.

Uporabljamo jo za očiščevanje fizičnega, čustvenega in miselnega telesa. Posebej primerna je za čiščenje jeter po raznih strupih (kava, cigarete, droge...).

Komplementarna barva: magenta

RJAVA

Tudi rjava je učinkovita barva v zdravilstvu, zlasti za stabiliziranje prevelike razdražljivosti. Pomirja ter ozemljuje čustva in ekstremna umska stanja. Prebuja zdrav razum in moč razlikovanja. Človeka spusti nazaj na trdna tla, ter pomaga pri raztresenosti in občutku izgubljenosti.

ČRNA

Tudi črna vsebuje celoten barvni spekter.

Je zaščitna barva, ki ozemljuje in pomirja, zlasti preobčutljive ljudi. Aktivira magnetične oziroma ženske energije v telesu in jih krepi. Pri njeni uporabi bodimo zmerni, ker preveč črne barve lahko povzroči oziroma poveča depresivnost in podobna čustvena in mentalna stanja.

Najbolj učinkovita je v kombinaciji z belo, ker uravnovesi polarnosti. To je zelo koristno v primeru, ko se človek že težko obvladuje. Aktivira našo podzavest, da lahko življenje, ki nam uhaja iz rok, postavimo v pravo perspektivo.

Same načeloma ne uporabljamo, temveč le v kombinaciji z drugimi barvami.



ČAKRE



- ✦ Človeško telo je energijski sistem, zato lahko za zdravilno poseganje v različne funkcije telesnega energijskega sistema uporabljamo različne energije. Mednje sodi tudi barvna terapija.
- ✦ Ključ za pravilno uporabo barv zdravilstvu je, razumevanje človekovega sistema čaker.
- ✦ Čakre so glavni posredniki pri pretakanju vseh energij, ki vstopajo v telo in izstopajo iz njega. Iz človekovega energijskega sistema posredujejo elektromagnetne in druge fine impulze.
- ✦ Čakre niso del fizičnega telesa, vendar pomagajo povezati fina energijska polja, ki prežemajo in obdajajo človekovo fizično telo.
- ✦ Čakre pomagajo telesu pri razporejanju energije za uporabo v njegovih raznih fizičnih, čustvenih, mentalnih in duhovnih funkcijah.
- ✦ S funkcijami fizičnega telesa so povezane preko žlez z notranjim izločanjem in preko hrbteničnega sistema.
- ✦ Čakre pretakajo energije v telo in iz njega skozi hrbtenične povezave, nakar se energija razporedi po telesu preko živčnih poti in obtočil. Tako vsi organi, tkiva in celice dobijo potrebno vibracijsko energijo.
- ✦ Imamo sedem glavnih in deset stranskih čaker.
- ✦ Barvna terapija je ena najbolj učinkovitih načinov za obnovitev ravnovesja v čakrah. Posamezne čakre in z njimi povezani telesni organi in sistemi se odzivajo na določene barve. Ob neravnovesju lahko z barvami ali kombinacijami barv obnovimo zastoj v prizadeti čakri, preko nje pa tudi v vseh z njo povezanih telesnih sistemih in energijah. Z barvami zdravimo tudi čustvena in mentalna neravnovesja, ki lahko povzročijo fizične težave ali jih poslabšajo.

Operacija delno financira Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada ter Ministrstvo za šolstvo in šport. Operacija se izvaja v okviru Operativnega programa razvoja človeških virov za obdobje 2007 – 2013, razvojne prioritete: Razvoj človeških virov in vseživljenjskega učenja; prednostne usmeritve: izboljšanje kakovosti in učinkovitosti sistemov izobraževanja in usposabljanja.

KORENSKA ČAKRA (MULADHARA) – korenina – Uriel (MOČ MISLI, AKCIJA) VITALNOST, MOČ, STRAST

Prva čakra – glavna leži na začetku hrbtenice ob trtici in ustreza sakralnemu plexusu (živčnemu spletu, ki izhaja iz spodnjega dela hrbtne mozga) in nadledvičnim žlezam.

NORMALNO DELOVANJE:

- **Fizično:** normalno delovanje krvnih obtočil, reprodukcijskega sistema, spodnjih okončin (medenice, nog, stopal)
- **Metafizično:** središče življenjske energije in energije kundalini je odprto – zavedanje o prirojениh darovih iz prejšnjih življenj. Smo celovita, vitalna, stabilna, trdna, fizično zdrava, neodvisna in odgovorna osebnost, prizemljena in povezana z zemljo.

NEPRAVILNO DELOVANJE: mišične slabosti, bolezni prostate, utrujenost, kronične bolečine v križu, prehlad, nepravilno izločanje, nizek krvni pritisk, paralize, anemije, artritis, hemeroidi.

SPOLNA ČAKRA (SVADHISTHANA) - naraščajoči mesec – Gabriel (BODI ČIST) USTVARJALNOST, INSPIRACIJA, ČUTNOST

Druga ali spolna čakra leži tik nad genitalijami (tri prste pod popkom).

NORMALNO DELOVANJE:

- **Fizično:** normalno delovanje nadledvičnih žlez, reprodukcijskega sistema, izločal, mehurja, ledvic, vranice in vseh mišic.
- **Metafizično:** normalno čutenje in čustvovanje, strast, spolnost in potešenost. Ugodno ustvarjalno zavedanje. Zmoremo sami sebe začitati in se veseliti življenja. Vse jemljemo brezpogojno in sproti očiščujemo. Znamo ohranjati notranji mir v vsem, biti v tišini in hraniti moči za novo cvetenje.

NEPRAVILNO DELOVANJE:

- bolezni dihal - katar, kašelj, bronhitis, kronična astma, kronična revma, plitvo in ne enakomerno dihanje.
- težave s kožo in maščobnim tkivom, debelost,
- šibkost kosti, mišični krči, hormonske motnje (zmanjšano delovanje ščitnice, nadledvičnih žlez), zastrupitve
- težave s hrbtenico, bolečine v križu, kolkov in išias,
- problemi z ledvicami, mehurjem, prostato, neplodnostjo, spolno močjo, boleče in/ali neredne menstruacije, herpes in druge spolne bolezni deviacije,
- tumorji, ciste ali rak na spolnih organih (neizpolnjena kreacija, konec razmerja ali službe...) ali drugje v telesu,
- težave s cirkulatornim sistemom, alergije, nizka življenjska energija, težko prilagajanje na stres,
- težave s črevesjem (zaprtje), migrene (črevesje)

TREBUŠNA ČAKRA-SOLARNI PLEXUS (MANIPURA) - ogenj - Rafael (POSVEČAM) EGO, IDENTITETA, MOČ

Tretja čakra leži izpod prsnice (v višini 12. prsnega vretenca)

- sprednji del: navzven izražamo svojo voljo, moč, mental, izražamo ljubezen do telesa in željo po obvladovanju energij, zadovoljstvo ob občutenju enosti z univerzumom

- zadnji del: središče zdravljenja (duhovnega), skrbi za lastno fizično zdravje. Kaže našo voljo in mental. Z močjo volje ustvarjamo svoje mesto v univerzumu. Tu zdravimo svoje sodbe, hinavstvo in nepravilne domneve. Preko njega pridobivamo znanje o vidnih in nevidnih stvareh. Tu zamisli presejemo skozi sistem verovanja, ki ločuje zadnjo in sprednjo stran čakre.

NORMALNO DELOVANJE: - **Fizično:** normalno delovanje prebavil, želodca, jeter, žolčnika, trebušne slinavke in nadledvičnih žlez. Pravilno presnavljanje hranil in normalno delovanje leve hemisfere možganov.

- **Metafizično:** imamo veliko življenjske energije in globoko poznavanje ljudi, okolja in sveta. Dobro in modro planiramo življenje, pravočasno se odločamo za spremembe. Imamo sposobnost samo zdravljenja in zdravljenja. Spoštujemo sebe in druge. Smo vitalni, kreativni, delujemo za namenom in uživamo v telesni ustvarjalnosti. Naše središče je jasnovidno. Delujemo tukaj in zdaj, um je naš služabnik in ne gospodar.

NEPRAVILNO DELOVANJE: večina psihosomatskih bolezni je povezana z nepravilnim delovanjem tega središča.

- Težave z jetri, žolčnikom, prebavili, vranico - motnja sladkorja v krvi. Izgubljamo kalcij.
- Težave z očmi, ČŽS, z živci, z ledvenim delom hrbtenice, oslabelostjo, utrujenostjo, živčno napetostjo, nizko vitalnostjo.
- Težave s kožo, alergijami, sinusi, vnetji sklepov, otrdelostjo in mišično napetostjo in z nečisto krvjo.

SRČNA ČAKRA (ANAHATA) – Davidova zvezda – Mihael (LJUBI VSE) LJUBEZEN, ČLOVEČNOST, SOČUTJE

Četrta ali srčna čakra leži za prsnico. Je zelo pomembna čakra, saj leži na sredini, ki ločuje zemeljsko raven od duhovne.

NORMALNO DELOVANJE:- Fizično: normalno delovanje timusa, imunega sistema, srca in obtočil, pljuč, presnavljanje hranilnih snovi. Odpornost na otroške bolezni – po preboleju otroških bolezni. Dobro obnavljanje tkiv.

- **Metafizično:** uravnava dejavnost vseh drugih središč. Globoko sočutje in prirojene zdravilne sposobnosti. Razvijemo ljubezen, sočutje in sposobnost zdravljenja. Sočloveka vidimo, sprejemamo in ljubimo v celoti takega kot je. Uravnano je delovanje telesa, duše in duha. Smo sočutni, dojemljivi in ljubeči, v vsakomur vidimo dobro. Imamo željo, da drugim pomagamo, smo prijazni, razločujemo svoja čustva in izkusimo pravo ljubezen.

NEPRAVILNO DELOVANJE, BOLEZNI:

- Težave s srcem (bolezni srca, infarkt, razširjeno srce), krvnim obtokom (zvišan ali znižan RR, ateroskleroza) in timusom (odpornost, prehlad, gripa), rak dojke,
- težave s pljuči (udrt prsni koš, plitvo dihanje, motnje dihanja, bolezni pljuč in bronhijev, astma, alergija, rak),
- težave z vranico, ledvicami, kožne bolezni, revmatske bolezni, slaba odpornost in AIDS,
- psihična stanja: topost, slabo samospoštovanje, melanholija, potrnost, nesamostojnost, izolacija, sebičnost ali soodvisna skrb,
- vzdrževanje telesnih ritmov.

GRLENA ČAKRA-(VISSUDHA) – krog, modro nebo, polna luna - pomaga Uriel KOMUNIKACIJA, PROSTRANOST

Peta ali grlena čakra se nahaja v grlu, v višini tretjega vratnega vretenca.

NORMALNO DELOVANJE:

- **Fizično:** normalno delovanje ščitnice in obščitničnih žlez, grla – govornega aparata, ust in zob, požiralnika, dihal. Središče kontrolira zrak, pljuča, srce, telesno temperaturo, razvoj telesa, vodi tvorbo energije prek kontrole kalcija in fosforja. Imamo normalen sluh in govor; normalno spolno dozorevanje, izgorevanje hranil ter presnovo. Znamo aktivno izraziti simpatijo do vseh bitij in duhovnega. **Spolna čakra je polarna grleni – delovati morata usklajeno.**
- **Metafizično:** normalno delovanje možganov – desne polovice, ugodne ustvarjalne sposobnosti človekovega uma, jasno slišne sposobnosti, vpogled v misli drugih in v resnične zakonitosti naravnih pojavov. Vse kar se nam dogaja, sprejemamo kot normalno. Izražamo samega sebe, smo iskreni, resnicoljubni, odkriti, si zaupamo, smo odločni in polni vere, storimo kar smo obljubili sebi ali drugim, ustvarjamo po duši, smo ubrani sami s seboj in z drugimi. Smo močnega duha in intelekta, obožujemo lepoto, smo umetniško navdahnjeni, zadovoljni, osredičeni, imamo odličen občutek za čas, smo dobri govorniki. MOLITEV – ko začnemo odpirati center, dobimo vse kar potrebujemo, dokler ne bo sprejel toliko, da bo središče stalno odprto (privlačimo tudi negativne energije – prepoznati vzroke v sebi, zakaj nisi uspešen). **Uspehi začno, ko spremenimo koncepte dajanja in sprejemanja in jih pretvorimo v vero, da sta za dobrobit celotnega univerzuma.**

NEPRAVILNO DELOVANJE: Občutek nemoči, strah intuitivnega delovanja, obupanost, strah, psihične motnje, histerija, napetost, občutek praznosti in težave z izražanjem sebe.

Težave z grleno čakro kažejo na slabe izkušnje s problematičnim očetom (običajno skrbna mati).

ČELNA ČAKRA – BOŽJE OKO -(AJNA) – piramida, oltar, mavrične barve, mandala iz kamnov, barvni šali, umetniški izdelki, mavrične in indigo sveče. MODROST, INTUICIJA

Šesta čakra ali tretje oko je v sredini čela za obrvmi in je povezana s hipofizo.

NORMALNO DELOVANJE:

Svet vidimo takšen kakršen je v resnici, dogajanja lahko predvidimo.

Odprt dostop do vedenja – znanja.

Karizmatična osebnost – postane mojster samega sebe. Z razsvetljenjem ego odpade, nastopi zavedanje. Začnemo se zavedati, da je nekaj zavestno dosegljivo (ne spontano), da znamo videti čez in imamo možnost odločitve. Lahko pa se tudi preveč bojimo (v sebi nosimo odpor, da bi stvari videli take kot so) ali skrajno idealiziramo. Lahko gremo tudi v depresijo, izolacijo ali ločevanje, da bi se zaščitili pred izjemnim prostorom.

NEPRAVILNO DELOVANJE - BOLEZNI: glavobol, migrena, težave s sinusi, tumorji možganov, nepravilno delovanje čutil: težave z očmi, ušesi in nosom; motnje v delovanju žlez, v delovanju živčevja in posledica tega motnje v izločanju urina, krčenje gladkega mišičja, presnovne motnje, problemi v rasti (telo nerazvito in nabreklo), mentalna zaostalost (otrok lahko postane nasilen, neubogljiv ali laže), shizofrenija, živčni zlom, neuravnovešenost celega telesa.

KRONSKA ČAKRA – SREDIŠČE GLAVE - (SAHASRARA) – vrh hriba, krona ZAVEDANJE, INTELIGENCA, DOVRŠENOST

Čakra glave - sedma ali kronska čakra, je na vrhu glave, malo za temenom.

NORMALNO DELOVANJE: Radostno in mirno sprejemamo vse življenjske izzive (tudi neprijetne). Smo mirni in zadovoljni, se zlahka miselno zberemo. V kaosu prepoznamo red ali iglo najdemo v kopici sena. Ne razsipavamo življenjske energije za nepomembne zadeve, pozorni smo le na ključne, temeljne, bistvene stvari.

Ob odprtem središču občutimo svojo duhovnost v zelo osebni obliki – sega onkraj fizičnega sveta, ustvarja občutek celovitosti in osmisli naše bivanje. **Odprto je toliko, kolikor je prav za posameznika. Odpira jo le vsak sam.** Je kot cvetni popek, ki ga na silo ne smemo odpirati.

Omogočamo rast duše. Vse kar delamo, naredimo najbolje in v najkrajšem času.

ZAVEDAMO SE MOŽNOSTI STOPITVE Z VSEM – S KOZMIČNO VSEPREŽEMAJOČO ZAVESTJO IN SE TUDI ZAVEDAMO RAZMEJITVE – LASTNE OMEJITVE

NEPRAVILNO DELOVANJE: Bolezni so največkrat katalizatorji, ki služijo za duhovno preobrazbo – le lekcijo je potrebno prepoznati.

Visok RR, zadrževanje vode, motnje živčnega sistema, bolezni možganov (možganski pretres, tumorji, meningitis...), degenerativne bolezni, težave s kostmi, rak kosti, revma, bolezni ledvic in mehurja, živčne bolezni, težave z žlezami, migrena, težave z očmi in ušesi, bolezni kot posledica stresa, vnetje živcev, genske motnje, prehitel spolni razvoj, koma, smrt.

STRANSKE ČAKRE

10 stranskih čaker delimo na :

- **dve stranski čakri na dlaneh** - usmerjata stik z okoljem in prenos življenjske energije.
- **dve stranski čakri na stopalnih lokih** - usmerjata stik z zemljo, sprejem energije (prizemljitev) in odtok finosnovnih odpadkov v zemljo.
- **dve stranski čakri neposredno pod rameni** - usmerjata odgovorno ravnanje.
- **dve stranski čakri na kolenskih sklepih** - usmerjata sposobnost učenja in poučevanja, prilagodljivost, sposobnost vzpostavljanja energetskega razponov, ki sploh omogočajo učenje in poučevanje, ponos in občutke manjvrednosti.
- **dve stranski čakri na komolčnih sklepih** - usmerjata zmožnost sprejemanja in oddajanja in sposobnost uveljavitve.

BARVNI PRIMANJKLJAJ ALI PRESEŽEK LAHKO DOLOČIMO NA VEČ NAČINOV IN SICER:

- ✚ z analizo čaker
- ✚ z nihalom
- ✚ s kineziologijo
- ✚ s hrbtenično karto

Operacija delno financira Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada ter Ministrstvo za šolstvo in šport. Operacija se izvaja v okviru Operativnega programa razvoja človeških virov za obdobje 2007 – 2013, razvojne prioritete: Razvoj človeških virov in vseživljenjskega učenja; prednostne usmeritve: izboljšanje kakovosti in učinkovitosti sistemov izobraževanja in usposabljanja.

DOLOČANJE Z NIHALOM

- ✦ Določamo z originalnim ali doma narejenim nihalom.
- ✦ Z nihalom najprej razvijemo občutek in sklenemo dogovor, da nam bo pokazalo kaj pomeni DA in kaj NE.
- ✦ Vedno postavljamo taka vprašanja, da dobimo odgovor DA ali NE.
- ✦ Z nihalom gremo od barve do barve po barvnem stolpiču. Za vsako barvo postavimo vprašanje: »Ali potrebujem to barvo?«
- ✦ Pri odgovoru DA bodimo pozorni, kako hitro je zanihalo nihalno. Glede na jakost in hitrost vidimo, koliko je ta barva potrebna. Hitrejše gibanje pomeni, da »potrebujemo« več te barve.
- ✦ Ko imamo določen primanjkljaj ali presežek, se lotimo uravnovešanja z barvami.

DOLOČANJE S KINEZILOGIJO

- ✦ Kineziologija je veda o gibanju telesnih mišic, gladkih in progastih, ter njihovi povezanosti z ostalim energijskim sistemom.
- ✦ Med gibanjem – krčenjem in raztezanjem – se sprošča električna energija. Če so mišice preobremenjene, se sprosti preveč električne energije, zaradi česar postanemo občutljivi, šibki in utrujeni. Če pa mišic ne razgibavamo dovolj, se v njih nabira preveč magnetične energije, rezultat je mehkejše tkivo in nabiranje maščobe okoli mišic.
- ✦ Misli in čustva ustvarjajo posebne vzorce možganskih valov – elektromagnetne frekvence – ki neposredno vplivajo na delovanje mišic in celotnega električnega sistema v telesu.
- ✦ Mišični test je preprost in ga opravimo takole:
 - izberemo čakro, ki jo želimo testirati,
 - preizkušanec naj eno roko iztegne na stran, drugo pa položi na testirano čakro,
 - mi položimo roko na zapestje iztegnjene roke testiranca,
 - pritiskamo mu jo navzdol, medtem ko si preizkušanec prizadeva obdržati roko iztegnjeno in dvignjeno,
 - boljši ali slabši mišični odpor pri posameznih čakrah je otipljiva povratna informacija, ki nam pove, ali so čakre uravnovešene in katere barve naj uporabimo,
 - po uravnovešanju z barvo, še enkrat opravimo mišični test.



- ✦ Mišični test na sebi opravimo s pomočjo prstov:
 - v mislih se osredotočimo na eno izmed čaker,
 - če je čakra, na katero se osredotočamo, močna in uravnovešena, je močan in uravnovešen tudi odziv vsake mišice, ki jo preizkusimo. Pri testiranju uravnovešene čakre palec in kazalec zelo težko razpremo.
 - Če je čakra, na katero se osredotočamo, šibka, palec in kazalec zlahka razpremo.
 - S terapevtsko uporabo ustrezne barve za to čakro hkrati okrepimo čakro in mišični odziv.

Operacijo delno financira Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada ter Ministrstvo za šolstvo in šport. Operacija se izvaja v okviru Operativnega programa razvoja človeških virov za obdobje 2007 – 2013, razvojne prioritete: Razvoj človeških virov in vseživljenjskega učenja; prednostne usmeritve: izboljšanje kakovosti in učinkovitosti sistemov izobraževanja in usposabljanja.

URAVNOVEŠANJE PRIMANJKLJAJA ALI PRESEŽKA Z BARVAMI

To storimo lahko na več različnih načinov:

- ✦ s polaganjem barvnih vzorcev blaga na čakro ali problematični telesni del,
- ✦ s pošiljanjem barve skozi dlani v predel telesa, ki je neuravnovešen,
- ✦ s učinkovanjem z barvo na čakro, da sprožimo spremembo v ustreznem telesnem organu ali sistemu,
- ✦ z barvnim dihanjem za napolnitev telesa z ustrežno barvno energijo,
- ✦ s pitjem z barvo nabite vode,
- ✦ z barvnimi svečami,
- ✦ z nošenjem barvastih oblačil in raznih dodatkov.

BARVNA TERAPIJA Z ZRAKOM

Zrak in voda sta najosnovnejša elementa za življenje. Brez enega ali drugega lahko preživimo le kratek čas.

Če hočemo zvišati energijsko raven celega telesa, zgoj povečajmo uživanje vode in zraka.

Oboje pa uporabljamo tudi pri barvni terapiji, saj pomagata telesu, da si samo opomore od raznih obolenj.

Svež zrak in pravilno dihanje sta ključnega pomena za naše zdravje in vitalnost. Najboljše je dihanje skozi nosnici.

Ena najbolj koristnih dihalnih vaj je poživljanje telesa z vdihovanjem zgodnje jutranjega zraka.

Pri pravilnem dihanju vedno sodeluje trebušna prepona.

Dihalna tehnika »tvorjenje energijskega kroga« tudi blagodejno učinkuje na celotno telo.

Preprosto barvno dihanje.

- ✦ Ko vdihujemo, opazujemo in občutimo zrak kot določeno barvo, ki nam napolnjuje celo telo. Opazujemo in občutimo, kako ta barva uravnoveša in zdravi.
- ✦ Pet do deset minut takega barvnega dihanja ima lahko izreden učinek.
- ✦ Kadar nismo prepričani glede ustrezne barve, vdihujemo čisto, kristalno belo svetlobo ali pa sedem barv mavrice, ki uravnovešajo čakre in poživijo celoten sistem.
- ✦ Tudi pri barvnem dihanju ima vsaka barva različen učinek:
- ✦ **Rdečo, oranžno in rumeno** vdihujemo skozi noge navzgor,
modro, indigo in vijolično vdihujemo skozi vrh glave,
zeleno vdihujemo horizontalno skozi pljuča.

BARVNA TERAPIJA Z VODO

Voda je za človeka enako nepogrešljiva kot zrak. Ena najbolj koristnih dnevnih navad je, da pijemo veliko vode. Priporočljivo je, da zjutraj in zvečer, ko vstanemo in preden gremo spat, popijemo več kozarcev vode. To pomaga izplakniti telesni sistem.

Če vodo nabijemo z barvnimi frekvencami, lahko pospešimo zdravljenje in aktiviranje različnih energij v našem telesu. Vodo lahko napolnimo z zdravilnimi frekvencami na več načinov.

BARVNI DOTIK

Med dihanjem usmerjamo energijo, ki sestopa ter teče skozi nas in naše dlani. Energija privzame frekvenco naših misli in naše osredotočenosti. Ko se koncentriramo na določeno barvo, zdravilna energija privzame njeno frekvenco, mesto kamor položimo roke pa absorbira to barvo. Ta metoda zdravi in uravnoveša.

ZDRAVLJENJE S SVEČAMI

Ogenj je že od nekdaj veljal za svetega. V večini civilizacij je ogenj najprej pripadal bogovom.

Ogenj vpliva na naše življenje na mnoge fizične in subtilne načine (ogenj sonca, notranji ogenj).

Ljudje uporabljajo sveče za višje namene enako dolgo kot poznajo ogenj. Sveča je močan simbol za aktiviranje ognja in svetlobe v našem življenju, tako na fizični kot na subtilni ravni. S prižiganjem sveč sodelujemo v ritualu ognja, ki obstaja že od nekdaj. Pri prižiganju sveče, si predstavljamo, da ustvarjamo luč, kjer je prej ni bilo, ter prinašamo toploto in zdravje tja, kjer je to potrebno.

Ko svečo prižgemo, se energija njene barve sprosti v ozračje, kjer jo lahko vpijemo. Energija, ki se širi od sveče, prepoji človekovo aurično polje in vstopi v naše telo. Blagodejen učinek še povečamo z barvnim dihanjem.

Obstajajo osnovna pravila za zdravilno uporabo sveč in sicer:

- ✚ S tem ko prižgemo svečo, aktiviramo in povečamo barvo sveče in njeno vibracijsko moč. Med gorenjem sveče se vpliv njene barve širi na vse, ki so okoli nje.
- ✚ Barvo sveče izberemo glede na vrsto potrebnega zdravljenja. Pri tem si lahko pomagamo s tabelo zdravilnih barv za pogosta obolenja.
- ✚ Sveče je potrebno pred uporabo »pripraviti« - prečistiti in blagosloviti. Tako jih očistimo negativnosti, ki so se morda nabrale v njih med izdelavo. Hkrati jim tudi močno povečamo zdravilno moč njihovih barv (posebno olje ali navadno oljčno olje, izgovarjanje močne afirmacije našega namena, recitiranje naše najljubše molitve).
- ✚ Če neko svečo enkrat uporabimo za določen namen, jo lahko uporabljamo samo za to. Če jo uporabljamo za nekaj drugega, izzovemo s tem nasprotujoče vibracije.
- ✚ Za zdravljenje so dobre vse vrste sveč. Za daljše delovanje so odlične cerkvene sveče.
- ✚ Sveč ne uporabljamo za vmešavanje v svobodno voljo drugih, saj je učinek bumeranga vselej zelo neprijeten.
- ✚ Utrnitev sveče naj bo zadnje dejanje v postopku zdravljenja. Plamen ugasnemo z namero, naj se zdravilna energija vrne v svečo. Ni dobro, če svečo upihnemo. Kakor ogenj je tudi dih ustvarjalna energija, z ustvarjalno energijo pa ne smemo ugasniti druge ustvarjalne energije. Plamen utrnimo z majhno skodelico ali tulcem ovitim v aluminijasto folijo.

BARVE IN PSIHA

delujejo stimulativno ali pa ravno nasprotno.

Rdeča barva nam daje občutek moči, pripravljenosti za dejanja. V splošnem vzbuja pozornost. Z njo povezujemo moč, strast, dramatičnost, ...

Oranžna barva stimulira pozitivno. Vzpodbuja entuziazem in gorečnost, družabnost in smisel za humor. Ljudje, ki nosijo oranžno se radi smejejo in zabavajo druge.

Rumena barva vzpodbuja odprtost duha in smisel za detajle. Pogosto jo nosijo intelektualci, razumniki in tisti, ki želijo imeti v družbi višji položaj. V tistih, ki jo nosijo, vzpodbuja optimistične občutke.

Zelena ustvarja atmosfero, ki je umirjena in uravnotežena. Harmonija in uravnoteženost sta odliki zelene. Nošenja zelene odseva konvencionalnost, varnost in čut za naravo.

Modra je nenasilna barva in poudarja vrline kot sta lojalnost in iskrenost. Kdor jo nosi poudarja željo po miru, tihoti in spokojnosti. Modra vzpodbuja zaupanje.

Roza je barva usmiljenja in sočutja. Ustvarja občutek mehкости, nežnosti, prijaznosti in ljubezni. Njena energija se ujema z željo po obvladovanju lastnega življenja in uresničevanja svojih sanj.

UČINKI RAZLIČNIH BARV NA RAZLIČNE BOLEZNI

BELA: je nevtralna barva, nevtralizira škodljiva sevanja.

ULTRAVIJOLIČNA BARVA: pomaga pri rahitisu in uničuje nekatere bakterije. Lahko povzroči opekline kože, od lepljenje mrežnice očesa.

VIJOLIČNA: učinkovita pri psihičnih in revmatičnih boleznih. Deluje pomirjajoče. Zdravi in vpliva na kosti in kostni mozeg, tumor, plešavost, sivo očesno mrežo, slepoto.

INDIGO: zdravi nekatera kronična obolenja, pospešuje psihično dejavnost in deluje pomirjajoče. Zdravi probleme z očmi – nosom – grlom, paralizo facialisa (obraznega živca), boleznimi pljuč, astmo, TBC, manjšo prebavno moč, probleme živčnega sistema, krče, norost.

MODRA: pomaga pri težavah z artritidom, revmatizmom, visok RR, oteklina, zdravi oslovski kašelj, vse vrste bolezni, probleme z grlom, vročino, tifus, vodene koze (norice), ošpice, razjede v ustih (afte), kolero, možgansko oteklino, probleme živcev, nespečnost, duševno depresijo, probleme z izlivom sperme, krvavitev iz nosu. Deluje anestetično. Dr. Edwin Babbit imenuje modro barvo najboljši antiseptik na svetu (modro nebo čez dan dobrodejno vpliva na svet).

ZELENA: je pozitivna barva, spodbuja, lahko tonizira ali krepi določene barve. Zdravi probleme s srcem, nizek in visok krvni pritisk, kožne probleme, gripo, sifilis, bolečino v očeh.

RUMENA: Spodbuja delovanje prebavnega trakta in obnavljanje tkiva, ter zdravi vse motnje v prebavi, vranico, probleme z jetri, sladkorno bolezen. Pomaga pri zdravljenju anemije in bolezni dihalnih organov.

ORANŽNA: uspešno odpravlja zaspanost, zadržljivost in pesimizem. Krepi srce, vpliva na prebavni sistem in ga spodbuja. Zdravi dolgotrajno astmo, bronhitis, oteklino v sapniku, protin, oteklino, ledvice, duševno živčnost, epilepsijo.

RDEČA: je primerna za slabokrvne, rahitične in oslabele ljudi, odpravlja nesposobnost, apatijo, paralizo, prehlad, bele lise, artritis, TBC.

KAKŠNE BARVE JE VAŠE IME?

Če bi opravili [numerološko analizo](#) svojih osebnih podatkov, bi ugotovili, da so barve del naših osebnih števil. Ime, ki ga dobimo ob rojstvu, je sestavljeno iz črk, ki jim ustrezajo posamezne barve. Vsaka barva ima svoj smisel, lastno energijo in moč, ki vpliva na našo osebnost.

Vesolje je magnetno polje, sestavljeno iz pozitivno in negativno nabitih delcev, ki se nenehno gibljejo in ustvarjajo neverjetno količino energije. Znotraj tega prostora ima vsaka stvar – naj gre za predmet ali misel – svojo lastno vibracijo. Tudi barve, ki so izraz svetlobne energije, sestavljajo spekter tega elektromagnetnega valovanja: obdajajo nas in napajajo naše čute. Vidimo jih, čutimo, vsrkavamo. Z različnimi valovnimi dolžinami in specifičnimi frekvencami vplivajo na naše življenje ter ustvarjajo zvok, ki je znanstveno oziroma numerično izmerljiv.

V razpredelnici poiščite, katera je vaša osebna barva in odkrijte nekaj o sebi.

BELA	VIJOLIČASTA	RDEČA	ORANŽNA	RUMENA	RJAVA	ZELENA	MODRA	ČRNA
A	B	C Č	D	E	F	G	H	I
J	K	L	M	N	O	P	Z	R
S	T	ŠU	V			Ž		

Operacija delno financira Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada ter Ministrstvo za šolstvo in šport. Operacija se izvaja v okviru Operativnega programa razvoja človeških virov za obdobje 2007 – 2013, razvojne prioritete: Razvoj človeških virov in vseživljenjskega učenja; prednostne usmeritve: izboljšanje kakovosti in učinkovitosti sistemov izobraževanja in usposabljanja.

Na papir napišite svoje ime in priimek, ter v razpredelnici poiščite barvo, ki pripada posamezni črki.

Barva, ki se največkrat ponovi, je vaša osebna barva.

Če se dve ali več barv pojavi večkrat, kar je najpogostejše, ste mešan tip. Preberite razlago za obe oziroma za ustrezno barvo.

Bela zajema vse druge barve iz barvnega spektra ter odseva spodbuden, uravnotežen in optimističen značaj. Čeprav ste velik individualist, ki pogosto sanjari z odprtimi očmi in teži po preprostem življenju brez zunanjih pritiskov, ste svobodnega duha, odprti, komunikativni in vselej polni novih zamisli. Skozi življenje se prebijate počasi, natančno in previdno, pogosto tudi pretirano kritično, toda ko gre za moralo in korektno odnose, ste se zmožni prilagoditi življenjskim situacijam in jih mirno sprejemati. Do ljudi ste iskreni, razumevajoči in pošteni. Tako kot jim znate prisluhniti, ste tudi prijeten sogovornik. V ljubezni ste spontani in polni fantazije. Če je treba, ste se pripravljene žrtvovati za partnerja. Ljubite tišino svojega doma, ki je vedno urejen, prijeten in zelo čist. Bela simbolizira popolnost, dobroto, pozitivnost in celo idealnost značaja, vendar manjka kanček barve.

Vijoličasta

Vijoličasta je zelo intenzivna barva, nenehno razpeta med rdečo in modro barvo. Nakazuje notranji konflikt in napetost, ki sega vse od skrivne notranje mistike do duhovne moči, hkrati pa izraža zahtevo po umiritvi. Zelo ste imaginarni in ustvarjalni, samozavestni in z visokimi ideali, kar krepi vaše zadovoljstvo z lastno osebnostjo. Nase gledate kot na nekaj edinstvenega, pri čemer nadvse intenzivno doživljate svojo drugačnost od drugih. Hrepenite po mističnem, nenavadnem in nedosegljivem, radi imate novosti in ljudi, ki stremijo k jasnosti in preudarnosti, vendar ste za takšno družbo preveč ekstravagantni in neprilagodljivi, saj vaše razpoloženje pogosto niha. Če hočete biti srečni, se posvečajte ljudem, za katere čutite, da vas potrebujejo, in skrbno izbirajte prijatelje. Ti naj bodo enako občutljivi in nezmožni skrivati čustva - tako kot vi.

Rdeča

Rdeča je najnasilnejša med vsemi barvami, saj posameznika z veliko voljo do življenja, pogumom in odločnostjo dobesedno sili k dejavnosti. Drznost, vztrajnost, tekmovalnost in želja po uspehu so vaše opojno sredstvo. Pri uresničevanju novih zamisli ste odločni; močnejši kot so tekmeci, bolj ste ustvarjalni. V iskanju izpolnjenega, intenzivnega in dinamičnega življenja ste energični in vselej pripravljene na boj za svoja načela, a tudi impulzivni in nagle jeze. Ko vam ustreza, morajo stvari potekati hitro. Pri vsem, česar se lotite, hočete biti najboljši. Radi ste v središču pozornosti. Do drugih ste pogosto pretirano darežljivi in vsem verjamete, toda ko vas kdo prevara, ne oprostite. Zaradi nasilnosti, ki se izraža predvsem na intelektualni ravni, vas mnogi občudujejo in se vas hkrati bojijo. Spolna sla in erotika se vam zdita zelo pomembni. Ste rojen osvajalec, v ljubezni vznemirljivi in čuten partner, ki se rad predaja čutnim užitek.

Oranžna

Oranžna je najbližja barvi ognja, simbolu ustvarjalnosti, vitalnosti in energije. Vaše življenje je polno veselja. Odlikujejo vas močna volja, vsestranskost, gibčnost, živahnost in prilagodljivost. Ker ste polni idealov in tekmovalnega duha, nikoli ne mirujete in se radi izpostavljate na vseh življenjskih področjih. V družbi s svojo praktičnostjo in čustveno toplino pogosto pritegnete pozornost. Tako kot znate uživati v zabavi in lumparijah, si na svoja ramena pogosto naložite tudi veliko dela, vendar z ustrezno motivacijo uspešno premagujete morebitne ovire in običajno dosežete, kar si želite. Do ljudi ste izredno iskreni in radodarni, v ljubezni nenavaden ljubimec in nenadomestljiv prijatelj. Nadvse si želite, da bi bili ljudje, ki vas obdajajo, srečni. Ne prenašate laži, prevar in nezvestobe. Če se znajdete v takšnih situacijah, postanete zaprisežen sovražnik.

Rumena

Rumena je barva blaginje, veselja in odprtosti do drugih. Na simbolni ravni ustreza toploti sončne svetlobe in pomeni srečo v vseh njenih oblikah. Živahni ste, dobro voljni in vitalni, polni pričakovanj in usmerjeni v prihodnost. Odlikujejo vas bister um, ustvarjalnost in umetniški darovi. Nagibate se k filozofskemu razmišljanju in pretirani potrebi po pozornosti, vendar ste za okolico vedno zanimivi in zaželeni. V družbi zasijete s svojo sončno naravo, odkritim nasmehom in močjo prepričljivosti. Vedno ste dejavni, družabni in simpatični, ter veslo sodelujete pri vsem, kar se dogaja. Ste tudi radovedni, praktični in prizadevni; ker se vsake situacije ali težave lotite premišljeno, ste zlahka kos življenjskim izzivom. Ker vas rumena barva tišči od enega interesnega področja k drugemu, ter sili k napredku, novostim in dograjevanju vsega, kar še ni oblikovano, ste lahko tudi zmedeni in površni.

Rjava

Rjava je močna materinska in zaščitniška barva, ki pomirja in hkrati duši življenjske moči. Odlikujejo vas ekonomičnost, zvestoba in čvrstost, zmožnost jasnega presojanja in smotrnost dejanj, vendar tudi pritisk, togost, upornost in trmoglavost. V družbi veljate za pošteno in stvarno osebo, ki je vedno z nogami čvrsto na tleh in drugim v oporo. Čeprav ljubite vse, kar vam ponuja življenje, ne potrebujete večjih sprememb, ampak ste suženj navad, vdani tradiciji, koreninam preteklosti in družini. Ker ste zelo občutljivi

Operacijo delno financira Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada ter Ministrstvo za šolstvo in šport. Operacija se izvaja v okviru Operativnega programa razvoja človeških virov za obdobje 2007 – 2013, razvojne prioritete: Razvoj človeških virov in vseživljenjskega učenja; prednostne usmeritve: izboljšanje kakovosti in učinkovitosti sistemov izobraževanja in usposabljanja.

in polni predsodkov, potrebujete veliko telesnega sproščanja in čutnega ugodja. V težnji po varnosti in stabilnosti radi živite urejeno življenje, nekoliko odmaknjeno od zunanjega sveta.

Zelena

Zelena je barva narave, ki označuje prilagodljivost zunanjim okoliščinam, odpornost na spremembe, sočutje in čustvenost. Popolnost vaše osebnosti, prefinjen značaj in ravnovesje v vsakdanjih situacijah so za vas zelo pomembni. Čeprav ste zelo vztrajni, ustvarjalni in ambiciozni, življenje raje opazujete, kot da bi se vanj zapletali bolj, kot je treba. Do ljudi ste zelo ljubeznivi, prijazni in pozorni. Radi jim pomagate, saj ste zelo tankočutni in opazite tudi najmanjše podrobnosti, medtem ko se znate morebitni neenakosti, nesporazumom in konfliktom v človeških odnosih diplomatsko izogniti. Po zaslugi vaše inteligence, nepremagljivemu čaru in iznajdljivosti nimate večjih težav pri uresničevanju zastavljenih ciljev. Stremljenje k sreči in težnja po popolnosti pa vas lahko tudi prevzameta. Vaša slabost je ponos, ki vas lahko občasno izolira od drugih.

Modra

Modra je izredno močna barva, ki meša občutljivost z gorečnostjo. Označuje razmišljujoče ljudi z razvito domišljijo, ki so v iskanju višjega in globljega vdani idealom, tradiciji in lastnim koreninam. V odnosu do življenja ste zelo praktični in nesebični, sprejemljivi za duhovnost in estetske dražljaje. Verjamate v resnico, zaupanje, ljubezen in vdanost. Ker ste nadvse dojemljivi in občutljivi, vaša čustva pa so globoka in nežna, potrebujete mirno in skladno okolje, kjer se bolj kot posvetnim užitek posvečate plemenitim stvarim. Vaša morala je popolna. Etične zakone spoštujete skorajda obsedeno, s čimer si zaslužite spoštovanje in zaupanje okolice. Obdajajo vas številni zvesti prijatelji, ki jih imate tako radi, da ste za njihovo srečo pripravljeni narediti vse. Tudi do drugih ste izredno pozorni, zlasti do slabotnih in nemočnih.

Črna

Črna je barva noči in sanj, znamenje fizične teme, ki vpija svetlobo, a je ne vrača. Pomeni skrivnostnega človeka, ki je zmožen globokih čustev in skritih misli, zanikanja, prikrivanja in odrekanja, skrajnega predajanja ali zapustitve. Pronicljivi ste, močne volje in trdnih stališč, a tudi nadvse nemirni, uporniški in nenehno v boju s seboj. Radi imate samoto in reševanje svojih miselnih blokad, privlači vas vse, kar je okultno, vendar se raztrgani med napadom in umikom pogosto srečujete z zahtevnimi življenjskimi izzivi. Zelo ste avtoritativni in radi prevladujete, predvsem v spolnosti. Premorete tudi izredno moč prepričanja in neomajno disciplino. Ko si zastavite cilj, ga morate doseči za vsako ceno. Mnogi vaših resničnih potez sploh ne prepoznajo, saj se držite na razdalji, nosite masko in se znate nadzirati.

Literatura: Doc. dr. Grega Bizjak, u. d. i. e. – Svetloba in barve
Dr. Milena Plut – Podvršič, Barvna terapija (predavanje)
Ted Andrews, Kako zdravimo z barvami
Helen Graham, Zdravljenje z barvami

Operacijo delno financira Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada ter Ministrstvo za šolstvo in šport. Operacija se izvaja v okviru Operativnega programa razvoja človeških virov za obdobje 2007 – 2013, razvojne prioritete: Razvoj človeških virov in vseživljenjskega učenja; prednostne usmeritve: izboljšanje kakovosti in učinkovitosti sistemov izobraževanja in usposabljanja.