

L'Alfabeto dei Colori



Si accendono tutto intorno a noi, **diurni** alcuni, più spiccatamente **notturni** altri; li portiamo addosso, sui vestiti, li portiamo dentro, dipingendoci l'animo; rappresentano una forma di **comunicazione alternativa** alle parole, persino più profonda poiché meno filtrata, sottovalutata, eppure attraverso i colori si può dir tanto, trasmettere tanto.

Non è una novità, scientificamente comprovata, la capacità dei colori di **influenzare gli stati d'animo** degli esseri umani. Su questi principi è nata, decenni fa, una medicina alternativa chiamata "**cromoterapia**", che attraverso l'esposizione del paziente a raggi luminosi si propone di migliorarne alcune funzioni non solo psicologiche quanto anche fisiche. Molto legata ai "**chakra**", al campo elettromagnetico che avvolge il nostro corpo (essendo i colori onde luminose, quindi elettromagnetiche, ndr), la cromoterapia, pur in maniera non sempre convenzionale, viene **utilizzata anche in pubblicità**, con tutti noi "pazienti" a volte inconsapevoli.



Razionalmente o inconsapevolmente, **scegliere** un colore piuttosto che un altro, tanto per indossare una maglietta che per definire un cartellone pubblicitario, è in sé un **messaggio**, una comunicazione del nostro stato d'animo, o delle nostre intenzioni, che più d'ogni altra parola è in grado di attirare l'attenzione o deviarla, **focalizzarla** su questo o quell'altro particolare.

Avviamoci quindi dentro **l'arcobaleno**, alla scoperta del “**significato**” dei colori, di quel che sta dietro ad ogni scelta, consapevole o inconsapevole che sia:



ROSSO:

E' il principio maschile, attivo; indica il fuoco, la gioia, la festa, l'eccitazione sessuale, rappresenta anche il sangue e le passioni violente. Nell'alchimia rappresenta l'uomo, il sole, lo zolfo, l'oro. Per gli Indiani d'america significa gioia e fertilità. Ha il significato della vita e del calore. Il sangue è rosso. Scalda il corpo e stimola la produzione di sangue. Molto utile in caso di melanconia e depressione. Stimola la liberazione di adrenalina e fa salire di poco la pressione arteriosa. Il rosso rende loquaci, aperti, premurosi, passionali.

GIALLO:

E' il colore che più ricorda il Sole, esprime quindi un movimento di espansione. La scelta del giallo quindi è ricerca del nuovo, del cambiamento, della liberazione dagli schemi. Sinonimo di vivacità, estroversione, leggerezza, crescita e cambiamento. Stimola l'attenzione e l'apprendimento, acuisce la mente e la concentrazione. Il giallo è più leggero del rosso e quindi più suggestivo che stimolante per cui il suo impulso agisce a sprazzi, da' una maggiore prontezza di riflessi. Gli effetti sulla psiche: costituente del sistema nervoso è un forte stimolatore di allegria, senso di benessere, estroversione e lucidità cosciente. E' utilizzato parecchio per le segnalazioni stradali (lavori in corso, segnaletica orizzontale e semaforica).

ARANCIONE:

Nella cultura giapponese e cinese è associato all'amore a alla felicità. E' il colore della crescita, simboleggia il sole nascente, è il colore della gioia. Ha un'azione riscaldante, rallegrante ed energetica, ma non eccitante come il rosso né elettrica come il giallo. I suoi effetti sulla psiche: induce serenità, entusiasmo, allegria, voglia di vivere, aumenta l'ottimismo, la positivizzazione dei sentimenti, la sinergia fisica e mentale.

VERDE:

E' il colore della Natura, del mondo vegetale. Indica immaturità. Per i buddisti rappresenta la vita. E' un colore neutro, rilassante, favorisce la riflessione e la calma. Nello spettro luminoso il verde si colloca al centro tra i colori freddi e quelli caldi: ne rappresenta la sintesi e svolge quindi una funzione di equilibrio. Effetti sulla psiche: genera calma e rinfresca la mente. Esprime volontà di operare, la perseveranza e la tenacia. E' spesso utilizzato nelle confezioni di surgelati, inscatolati ecc..



BLU:

Rappresenta l'intelletto, la verità, la fedeltà, la costanza, Il Blu è il colore della grande profondità, il principio femminile. Per i buddisti rappresenta il Cielo. E' purificante ed è il colore dello spazio. Induce all'introspezione, alla sensibilità, alla calma e serenità. Al contrario del colore rosso ha spiccate proprietà calmanti. I suoi effetti sulla psiche: combatte l'agitazione sia fisica che mentale ed è quindi usato in psicoterapia per favorire rilassamento e distensione. Associato al bianco da l'idea di purezza e i due colori identificano spesso prodotti di igiene.

INDACO:

L'indaco è un grande purificatore del sangue e ha una spiccata azione sulla mente. E' un colore molto freddo e astringente. Induce una forte concentrazione mentale. Un vestito blu rilassa chi lo indossa. Nell'illuminazione crea spazio ed è molto rilassante. Colore "cosmico" dell'energia, rappresenta l'intuizione che sostiene l'attività meditativa. Effetti sulla psiche: favorisce l'intuito.

VIOLA:

Sinonimo di intelligenza, conoscenza, devozione religiosa, santità, sobrietà, penitenza. E' il colore con la maggior frequenza e l'energia più alte dello spettro visibile. Rappresenta la porta dell'aldilà. E' il colore del cervello destro (analogico). Il viola ha una grande influenza sul sistema nervoso. Gli effetti sulla psiche: spiritualità, ispirazione e fantasia.

BIANCO:

Rappresenta la luce, la semplicità, il sole, l'aria, l'illuminazione, la purezza, l'innocenza, la castità, la santità, la sacralità, la redenzione. La luce bianca contiene tutti e sette i colori dell'iride, è vitalizzante, rigenera l'organismo, schiarisce la mente.

GRIGIO:

E' neutro. Simboleggia la depressione, l'umiltà. Indossato pone una barriera tra sé e gli altri. Andrebbe evitato dai paurosi. Colore di sfondo, riesce a far risaltare i colori ai quali è abbinato

NERO:

Rappresenta l'oscurità, il vuoto, il male. E' un non-colore, cioè è assenza di colore, e tuttavia viene utilizzato per rendere più densi altri colori. In genere si indossa perché attira, in quanto si rimane nascosti da un velo di mistero. Pone una barriera tra la persona e il mondo. Ha un effetto depressivo.

MARRONE:

Rappresenta il colore della Madre Terra, del legno, per cui si associa alle cose solide e durature. La preferenza di marrone simboleggia mancanza di radici però al contempo aiuta ad essere pratici e non dispersivi. E' ottimo come colore nei pavimenti perché rappresenta la terra, da stabilità.

ROSA:

Rappresenta l'amore e la gentilezza. Agisce in maniera spiccata sul sistema nervoso rilassandolo e migliorando la vista. E' spesso abbinato ai cosmetici e i profumi.

Avendo chiarito il nostro nuovo “**alfabeto**”, e ricordandoti che **non nei singoli colori** ma nel loro **abbinamento** sta il segreto di un lavoro ben fatto ed efficace, ci diamo appuntamento al prossimo articolo, dove parleremo proprio di quali colori accostare ad altri, come e perché.

Nell'attesa ecco [un link “colorato”](#) che potrebbe tornare utile a tutti ed un consiglio: anziché chiedere “come stai?”, potresti chiedere “di che colore sei?”

Bibliografia:

disinformazione.it – Terapia dei colori