

L'ÉNERGIE DES COULEURS

L'impact des couleurs sur notre vie

«Couleur rime avec humeur». C'est ce que nous enseigne la chromothérapie (thérapie par la couleur) : à chaque couleur est associé un type d'émotion bien défini. Nous utilisons tous les jours des expressions qui rendent compte du lien entre une couleur et une émotion : rire jaune, broyer du noir, voir rouge, être vert de rage, voir la vie en rose, avoir une peur bleue, le vert de l'espoir... Chaque couleur a son champ d'action à l'intérieur de notre palette émotionnelle. Tel un peintre, nous choisissons plus ou moins consciemment les couleurs qui nous correspondent psychologiquement à la fois dans notre lieu de vie mais également au quotidien dans le choix des vêtements que nous portons. Nous avons tous des habits, des couleurs que nous aimons porter tout simplement parce que nous nous sentons bien, nous nous sentons mieux vêtus ainsi. Si vous vous mettez à l'écoute de vous-même le matin avant de vous habiller, vous allez naturellement sentir quelles sont les couleurs qui vous conviennent pour cette nouvelle journée. La couleur est comme une nourriture pour le corps émotionnel. Si vous vous sentez fatigué, mettez du rouge consciemment. Vous vous apercevrez que vos vêtements vont vous donner de la vitalité... et si vous n'aimez pas le rouge choisissez un orangé, il vous apportera de l'énergie et un côté joyeux, spontané. Ce petit exercice quotidien est formidable pour développer l'écoute de soi. Point besoin de temps, même si le réveil «a oublié» de sonner : il suffit de vous poser la question «Quelle couleur ai-je besoin ou envie de porter aujourd'hui ?». Avec le temps, vous deviendrez de plus en plus sensible à l'influence de la couleur.

Cette relation entre la couleur et les émotions est connue depuis toujours par les hommes qui ont développé la faculté de clairvoyance. Celle-ci permet de voir notamment le corps émotionnel d'une personne. Ce corps est comme une bulle, un œuf de lumière très coloré qui entoure le corps physique à une soixantaine de centimètres en moyenne. Un clairvoyant n'a pas besoin d'ouvrir les yeux pour voir l'aura ; il situe son organe de perception interne au centre du cerveau à proximité de la glande pinéale. Edgar Cayce fut l'un des clairvoyants les plus connus au siècle dernier. Il nous a laissé de nombreux témoignages dans ses ouvrages. Dans l'un d'eux, il raconte qu'il est né avec cette faculté et qu'il a mis longtemps avant de s'apercevoir que tout le monde n'avait pas la même « vision des choses ». Il décida alors d'étudier de manière plus approfondie les relations entre les couleurs de l'aura d'une personne et sa psychologie, son contexte émotionnel du moment. Il ajoutait également tout être humain voit les auras inconsciemment. Cela se manifeste par exemple quand nous disons à quelqu'un « c'est joli ce que tu portes, ça te va bien... elle te va bien cette couleur » ou bien « ça ne te va pas du tout... tu portes très mal le rouge », etc. Nous évaluons ainsi l'harmonie des couleurs entre celles de l'aura et celles de la tenue vestimentaire.

Les propriétés énergétiques des couleurs

Vous trouverez ci-dessous pour chaque couleur, les mots-clefs de l'énergie qu'elles véhiculent, leurs actions principales sur le corps et la psyché, et ensuite quelques éléments d'interprétation des couleurs dans l'aura. Les couleurs sont indissociables de l'aura. Le mécanisme d'action de l'énergie des couleurs passe principalement par le corps émotionnel et non pas par la perception visuelle (avec les yeux). Lorsque l'on travaille avec la couleur, il n'est pas nécessaire de la voir extérieurement. Cependant, si vous avez quelques difficultés à visualiser les couleurs, pensez à des objets communs tels une orange, le ciel, la nature... et la couleur viendra spontanément.

Le Rouge

Le rouge est la couleur de l'énergie, du dynamisme et de l'activité. Appliquée au corps, cette couleur va réchauffer, apporter du yang, favoriser la multiplication des cellules, améliorer la circulation sanguine, soigner certains états inflammatoires et augmenter le désir sexuel. En effet, le rouge est également la couleur du désir, des passions, de l'égoïsme. Dans l'aura un rouge foncé sera signe de colère, un rouge clair d'énergie dynamique.

Le Rose

Le rose est la couleur de l'affectivité, de la tendresse. Le désir du rouge est adouci par le calme, la sincérité et la profondeur des sentiments, symboles du blanc. Appliqué à l'aura humaine, le rose va régulariser l'équilibre du système nerveux végétatif. Sa présence dans l'aura est très fréquente chez les enfants ou lorsque l'on rit de bon cœur.

L'Orange

L'orange est la couleur du mouvement, de la danse et de la joie. Plus doux et lumineux que le rouge, l'orange permet de supprimer les stagnations d'énergie et a un fort pouvoir dynamisant sur la vitalité, notamment aux niveaux respiratoire et digestif. Dans l'aura elle peut exprimer l'enthousiasme, l'ambition ou l'orgueil selon ses nuances.

Le Jaune

Le jaune est la couleur du mental, de la faculté de discernement, d'analyse. Ainsi, elle permet quand on l'utilise d'avoir les idées claires, d'apporter la compréhension des mécanismes émotionnels et donc de favoriser la gestion des émotions. Sur le corps son action se porte sur les systèmes nerveux, digestif et musculaire. Une aura dominée par le jaune sera signe d'une grande intellectuel et de la capacité à trouver des idées (les ampoules dans les bandes dessinées).

Le Vert

Le vert est la couleur de l'équilibre, de l'harmonie et de la stabilité. Cela lui donne un grand pouvoir de guérison aussi bien au niveau du corps que de l'esprit. C'est pourquoi la croix des pharmacies est verte et que le vert

est porteur d'espoir. Couleur de la nature, elle exprime également l'idée d'abondance et la faculté d'adaptation.

Le Turquoise

Le turquoise est la couleur de l'apaisement mental. Lumineux comme le jaune, harmonisant comme le vert et calmant comme le bleu, le turquoise de l'eau de certaines régions du monde nous fait rêver. Cette couleur permet également de dynamiser l'immunité au niveau biologique et psychique (protection).

Le Bleu

Le bleu est la couleur du calme, de la paix, de l'espace incommensurable. Son action va rafraîchir, apporter du yin, modérer les réactions au stress. Elle permet également d'améliorer la communication, de développer la créativité. Sa présence dans l'aura exprime le calme intérieur, la religiosité, le dévouement.

L'Indigo

L'indigo est la couleur de la profondeur, de l'inconscient. Plus foncée que le bleu, elle invite à s'intérioriser.

Le Violet

Le violet est la couleur de la transition, de la transmutation. Elle est la vibration intermédiaire entre le spectre visible et invisible (ultraviolet), le passage symbolique entre la vie et la mort. Elle invite également au respect et à la dignité. Sur l'être humain, elle aura pour effet de stimuler la rate et d'aider à transformer les schémas psychologiques répétitifs. Sa présence dans l'aura manifeste une sagesse et une force d'âme. Cette couleur concilie le rouge et le bleu, la force et la sérénité.

Le Blanc

Le blanc est la couleur de la pureté et de la loyauté. Elle a une action de nettoyage aussi bien au niveau du corps (bactéricide) que sur la psyché (clarification). On retrouve cette couleur dans les hôpitaux, les robes de mariée, la neige...

Sandra et Olivier Stettler

Cet article est extrait du livre «Respirez pour mieux vivre» paru aux Editions Jouvence. En vente en librairies et sur www.deslivresenor.com.