

ΕΝΟΤΗΤΑ ΧΡΩΜΑ ΜΕΡΟΣ Α

Θέμα: Χρώμα

Τάξεις: Α΄-ΣΤ΄

ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ

Οι μαθητές:

Τα βασικά και τα συμπληρωματικά χρώματα

- Να γνωρίσουν τα κύρια, συμπληρωματικά και βοηθητικά χρώματα.
- Να δουλέψουν και να πειραματιστούν με διαφορά μέσα όπως μπογιές, λαδοπαστέλ, υδατοδυσάλυτα παστέλ, tissue paper.
- Να ανακαλύψουν ότι από την ένωση δύο κύριων χρωμάτων βγαίνουν τα δευτερεύοντα π.χ. κόκκινο+κίτρινο =πορτοκαλί, κόκκινο+μπλε=μοβ, μπλε+κίτρινο=πράσινο
- Να κατανοήσουν ότι με τα τρία βασικά χρώματα μπορούμε να δημιουργήσουμε ότι χρώμα θέλουμε.
- Χρωματίζοντας συνθέσεις στις οποίες εναλλάσσονται δύο χρώματα, να καταλάβουν πως όταν έχουμε δύο βασικά χρώματα το ένα δίπλα στο άλλο (π.χ. κόκκινο-μπλε), τότε έχουμε το αισθητικό αποτέλεσμα της χρωματικής αντίθεσης, ενώ όταν συνυπάρχουν δύο χρώματα που το ένα είναι βασικό και το άλλο συμπληρωματικό (π.χ. κόκκινο-πορτοκαλί), προερχόμενο από το βασικό αυτό χρώμα (κόκκινο+κίτρινο=πορτοκαλί)τότε έχουμε το αισθητικό αποτέλεσμα της χρωματικής αρμονίας.

Η θερμοκρασία...των χρωμάτων

- Να καταλάβουν τι είναι τα ψυχρά και θερμά χρώματα και να μπορούν να τα εντοπίζουν στη φύση ή να τα ανακαλύπτουν σε έργα ζωγράφων.
- Να καταλάβουν τι είδους συναισθήματα δημιουργούνται στον άνθρωπο στη θέα ψυχρών ή θερμών χρωμάτων σ' ένα πίνακα ζωγραφικής και να καταλάβουν ότι τα συναισθήματα αυτά δεν είναι τίποτα άλλο παρά τα μηνύματα που ο καλλιτέχνης θέλει να μας μεταδώσει, τα οποία μαζί με τα σχήματα (μορφές) αποτελούν την εικαστική γλώσσα επικοινωνίας.

Ο συμβολισμός των χρωμάτων

- Να μάθουν τα παιδιά να ανακαλύπτουν ποιο χρώμα είναι κυρίαρχο σε μια σύνθεση.
- Να διαπιστώσουν ότι τα χρώματα είχαν ανέκαθεν συμβολική σημασία για τον άνθρωπο, γιατί τον βοήθησαν να ερμηνεύσει ό,τι ανεξήγητο έβλεπε γύρω του (θρησκεία), αλλά και να συνδέσει χρωματικά τα αντικείμενα του υπαρκτού κόσμου με τις ιδέες, τα συναισθήματα και την κοινωνική ζωή του , φτιάχνοντας έτσι χρωματικά σύμβολα, τα οποία διέσωσε μέσα από την παράδοση.
- Να εμπεδώσουν τα κύρια και συμπληρωματικά χρώματα και να κατανοήσουν πως το μαύρο και το άσπρο δεν είναι χρώματα και ότι μεταξύ τους αναπτύσσεται χρωματική αντίθεση.
- Να μάθουν να εκφράζονται σε δικές τους συνθέσεις με το κατάλληλο χρώμα, ώστε να αποτυπώνουν στο έργο τους μηνύματα ή συναισθήματα.

- Με τον τρόπο αυτό τα παιδιά θα αρχίσουν να αντιλαμβάνονται ότι στη ζωγραφική δεν υφίσταται μόνο η τάση της αναπαράστασης (αντικειμένων προσώπων κ.ά.), αλλά και η τάση του χρωματικού συμβολισμού.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

- Τα παιδιά να πειραματιστούν παίζοντας, χρησιμοποιώντας μόνο τα βασικά χρώματα στις μπογιές. (Α΄-ΣΤ΄)
- Να συζητήσουμε τα σχέδιά τους, φτάνοντας στο συμπέρασμα ότι από την ανάμειξη βασικών χρωμάτων βγαίνουν καινούρια χρώματα που ονομάζονται δευτερεύοντα ή συμπληρωματικά.(Α΄-ΣΤ΄)
- Να χρησιμοποιήσουν λαδοπαστέλ και να δουν πάλι ότι αναμειγνύοντας τα βασικά χρώματα (κόκκινο-κίτρινο –μπλε) παίρνουμε τα δευτερεύοντα ή συμπληρωματικά (πράσινο -πορτοκαλί-μοβ).(Α΄-Γ΄)
- Αφού πειραματιστούν με τα χρώματα μπορούν να φτιάξουν την δικιά τους σύνθεση χρησιμοποιώντας ελεύθερα ότι χρώματα θέλουν για να εκφράσουν τα συναισθήματα που βιώνουν όλο αυτό τον καιρό...

Η Τέχνη του Χρώματος και ο Συμβολισμός του

Είναι γνωστό ότι ο κάθε ζωγράφος προσπαθεί μέσα από το έργο του να εκφράσει έναν κόσμο μηνυμάτων και συναισθημάτων. Σε αυτό τον βοηθούν τα σχήματα και τα χρώματα που χρησιμοποιεί. Τα χρώματα είναι ζωή και το φως τα γεννάει.

Τα όρια που προσδιορίζουν το σχήμα των αντικειμένων δημιουργούνται από την ικανότητα των ματιών να διαχωρίζουν μεταξύ περιοχών διαφορετικής φωτεινότητας και χρώματος. Το σχήμα παραμένει σχεδόν ανεπηρέαστο από μεταβολές φωτεινότητας ή χρώματος στο περιβάλλον (ακόμα και αν το αντικείμενο παρουσιάζεται από άλλη γωνία ,γίνεται αντιληπτή η διαφορετική προβολή του), ενώ το τοπικό χρώμα των αντικειμένων είναι ιδιαίτερα τρωτό από αυτήν την έννοια. Για το λόγο αυτό τα χρώματα του καλλιτέχνη βρίσκονται στο έλεος του επικρατούντος φωτισμού, ενώ τα σχήματά του επηρεάζονται ελάχιστα από αυτόν.

Ο κόσμος του χρώματος δεν είναι απλώς μια συλλογή αναρίθμητων χρωιών, είναι καθαρά δομημένος επί τη βάση των τριών θεμελιωδών χρωμάτων και των συνδυασμών τους. Υπάρχουν τα βασικά (καθαρά) και τα

συμπληρωματικά (δευτερεύοντα) χρώματα. Τα βασικά είναι το κόκκινο, το μπλε και το κίτρινο. Τα συμπληρωματικά χρώματα δημιουργούνται από την ισόποση ανάμιξη 2 βασικών χρωμάτων και προκύπτουν τα εξής:

Κόκκινο + Κίτρινο = Πορτοκαλί (συμπληρωματικό του μπλε)

Μπλε + Κίτρινο = Πράσινο (συμπληρωματικό του κόκκινου)

Κόκκινο + Μπλε = Μοβ (συμπληρωματικό του κίτρινου)

Τα τριτεύοντα χρώματα συνιστώνται από την ανάμιξη ενός βασικού (πρωτεύοντος) και ενός δευτερεύοντος χρώματος και προκύπτουν τα εξής:

Κίτρινο + Πορτοκαλί = Κιτρινοπορτοκαλί

Κόκκινο + Πορτοκαλί = Κοκκινοπορτοκαλί

Κόκκινο + Μοβ = Κοκκινομόβ

Μπλε + Μοβ = Μπλεμόβ

Μπλε + Πράσινο = Μπλεπράσινο

Κίτρινο + Πράσινο = Κιτρινοπράσινο



Έτσι πραγματοποιείται ένας κύκλος 12 χρωμάτων, που απέχουν εξίδου μεταξύ τους, όπου κάθε χρώμα παίρνει τη θέση του, που δεν είναι εναλλάξιμη με τις άλλες. Η διαδοχή των χρωμάτων γίνεται σύμφωνα με την τάξη του ουράνιου τόξου και του φάσματος. Δύο συμπληρωματικά χρώματα, με τη μίξη τους, καταστρέφονται και δίνουν ένα ουδέτερο γκρι. Το ίδιο συμβαίνει και με την ανάμιξη των 3 βασικών χρωμάτων.

Τα χρώματα διαιρούνται ανάλογα με τα επιμέρους στοιχεία τους σε ψυχρά (με βάση το μπλε), θερμά (με βάση το κόκκινο), φωτεινά, ουδέτερα, σκοτεινά (με βάση το μαύρο), απαλά - παστέλ (με βάση το λευκό) και λαμπερά.

Οι αντιθέσεις των χρωμάτων διακρίνονται από τα αισθητήρια όργανά μας μόνο μέσω συγκρίσεων.

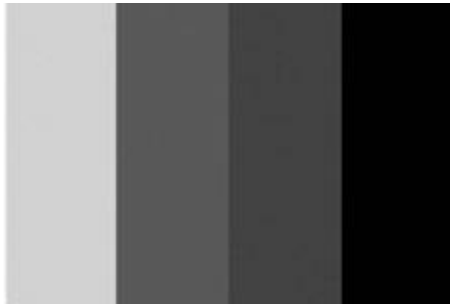
Ερευνώντας τους χαρακτηριστικούς τρόπους δράσης των χρωμάτων διαπιστώνουμε επτά διαφορετικές χρωματικές αντιθέσεις, όπου είναι οι εξής:

1. Αντίθεση του χρώματος καθ' αυτό
2. Αντίθεση ανοιχτού - σκούρου
3. Αντίθεση ψυχρού - θερμού
4. Αντίθεση των συμπληρωματικών
5. Ταυτόχρονη αντίθεση
6. Ποιοτική αντίθεση
7. Ποσοτική αντίθεση

Το μαύρο και το άσπρο είναι όχι - χρώματα. Το μαύρο δημιουργείται όταν δεν υπάρχει καθόλου φως, σε αντίθεση

με όλα τα άλλα χρώματα, που είναι παρόντα μόνο όταν υπάρχει φως.

Το άσπρο στην πραγματικότητα είναι το άθροισμα όλων των χρωμάτων του ουράνιου τόξου, της ίριδας, δηλαδή των βασικών και των συμπληρωματικών χρωμάτων μαζί.



Το γκριζο μπορεί να ληφθεί από την ανάμιξη άσπρου και μαύρου. Το άσπρο και το μαύρο είναι αντιτιθέμενα από κάθε άποψη στα αποτελέσματά τους. Μεταξύ των δύο απλώνεται το βασίλειο των γκριζων τόνων και των χρωμάτων. Για τον ζωγράφο είναι το δυνατότερο μέσο έκφρασης του ανοιχτού και του σκούρου. Παρόλο αυτά όμως το γκριζο μπορεί να μεταμορφωθεί με την επίδραση οπουδήποτε χρώματος, να εγκαταλείψει δηλαδή την ουδέτερη κατάστασή του και να πάρει ζωή μέσω των γειτονικών του χρωμάτων. Η πληθώρα των εφικτών τόνων και χρωμάτων ανάμιξης δείχνει τον τεράστιο πλούτο του κόσμου των χρωμάτων.

Όπως τα 3 βασικά χρώματα έτσι και τα 3 βασικά σχήματα (τετράγωνο, τρίγωνο, κύκλος) μπορούν να βρουν μονοσήμαντες εκφραστικές αξίες. Για πρακτικούς λόγους τα σχήματα είναι πιο αξιόπιστο μέσον αναγνώρισης και προσανατολισμού απ' όσο το χρώμα, εκτός αν η διάκριση του χρώματος περιορίζεται στα θεμελιώδη βασικά χρώματα.

Ο Ernest Schachtel αναφέρει ότι «η εμπειρία του χρώματος μοιάζει μ' εκείνην του συναισθήματος ή της συγκίνησης. Και στις δύο περιπτώσεις τείνουμε να είμαστε παθητικοί δέκτες ερεθισμάτων. Μια συγκίνηση δεν είναι το προϊόν του ενεργώς οργανωτικού νου. Απλώς προϋποθέτει ένα είδος ανοίγματος, το οποίο, επί παραδείγματι, ένα καταθλιμμένο άτομο μπορεί να μην έχει. Η συγκίνηση μας ερεθίζει με τον ίδιο τρόπο που μας ερεθίζει και το χρώμα. Το σχήμα, εν αντιθέσει, φαίνεται να απαιτεί μια πιο ενεργή απόκριση. Ανιχνεύουμε το αντικείμενο, εγκαθιστούμε το δομικό του σκελετό, συσχετίζουμε τα μέρη προς το όλον. Παρομοίως ο νους κυριαρχεί επί των παρορμήσεων, εφαρμόζει αρχές, συντονίζει μια ποικιλία εμπειριών, και αποφασίζει επί μιας πορείας δράσεως». Και όντως, στην όραση των χρωμάτων η δράση πηγάζει από το αντικείμενο και επηρεάζει το άτομο, ενώ για την αντίληψη του σχήματος ο οργανωτικός νους βγαίνει έξω για να συναντήσει το αντικείμενο.

Οι εκφραστικές αξίες των σχημάτων είναι οι εξής:

Τετράγωνο: Είναι σύμβολο της ύλης, της βαρύτητας και του αυστηρού περιορισμού. Στην οικογένεια του τετράγωνου ανήκουν ο σταυρός, το ορθογώνιο, ο μαϊάνδρος και τα αντίστοιχα παράγωγα. Στο τετράγωνο αντιστοιχεί το κόκκινο χρώμα της ύλης. Το βάρος και η πυκνότητα του κόκκινου ταιριάζουν στο στατικό και βαρύ σχήμα του τετράγωνου.

Τρίγωνο: Είναι σύμβολο της σκέψης και έχει μαχητικό και επιθετικό χαρακτήρα. Στην οικογένεια του τριγώνου ανήκουν όλα τα σχήματα με διαγώνιο χαρακτήρα, όπως ο ρόμβος, το τραπέζιο και τα αντίστοιχα παράγωγα. Στο τρίγωνο αντιστοιχεί το κίτρινο χρώμα.

Κύκλος: Είναι σύμβολο του πνεύματος κινούμενο μέσα από την ενότητά του. Προξενεί ένα αίσθημα χαλάρωσης και συνεχούς ροής. Στην οικογένεια του κύκλου ανήκουν τα καμπύλα σχήματα με κυκλικό χαρακτήρα, όπως η έκλειψη, το ωοειδές, η κυματοειδής καμπύλη και όλα τα αντίστοιχα παράγωγα. Στον κύκλο αντιστοιχεί το μπλε χρώμα.

Τα προαναφερθέντα είναι κάποια από τους βασικούς κανόνες του χρώματος και της απεικόνισής του. Η μελέτη τους είναι εξαιρετικά χρήσιμη για τη μόρφωση του ανθρώπου, είτε είναι ερασιτέχνης είτε επαγγελματίας, είναι ένα εργαλείο για να κατανοήσει καλύτερα τον κόσμο των χρωμάτων αλλά και τον ίδιο τον εαυτό του. Η εσωτερική ουσία των χρωμάτων παραμένει κρυφή στη λογική μας και μόνο με διαισθητικό τρόπο γίνεται τελικά κατανοητή. Σύμφωνα με τα αντιληπτικά χαρακτηριστικά χρειάζεται

ιδιαίτερη νοητική στάση για να οργανώσει κανείς το δικό του κόσμο του χρώματος. Να θυμόμαστε ότι οι νόμοι και οι κανόνες είναι μόνο πινακίδες προσανατολισμού στο δρόμο για τη δημιουργία ενός εικαστικού έργου τέχνης!

Το κάθε χρώμα προκαλεί διαφορετικά οπτικά ερεθίσματα και κατ' επέκταση εκφράζει διαφορετικά συναισθήματα. Η επίδραση του χρώματος στα συναισθήματα και τις αντιδράσεις των ανθρώπων είναι καταλυτική. Ειδικές μελέτες έχουν δείξει ότι συγκεκριμένα χρώματα επηρεάζουν το περιβάλλον και την ψυχική διάθεση των ανθρώπων, ακόμα και την υγεία. Τα ζεστά χρώματα, δηλαδή το κόκκινο, το πορτοκαλί και το κίτρινο, και τα μεταξύ τους ευρισκόμενα συγγενικά χρώματα, δημιουργούν την αίσθηση της οικειότητας και συνδέονται με τον ενθουσιασμό και την καλή διάθεση, μας βοηθούν να αντιληφθούμε το χρόνο και συγχρόνως μας προκαλούν την αίσθηση του φιλόξενου, της εξωστρέφειας ,ενώ τα ψυχρά, δηλαδή το μπλε, το μοβ και το πράσινο, μαζί πάλι με τα μεταξύ τους ευρισκόμενα συγγενικά χρώματα, σχετίζονται με μια δειρά από ετερόκλητα συναισθήματα, όπως της ηρεμίας, της χαλάρωσης ή της μελαγχολίας από τη μία και της κακοδιαθεσίας, της απογοήτευσης από την άλλη. Οι φωτεινές κυμάνσεις των θερμών χρωμάτων, επειδή έχουν μεγαλύτερη συχνότητα από αυτήν των ψυχρών, διεγείρουν πολύ περισσότερο το αισθητήριο της όρασης. Για το λόγο αυτό, προκειμένου να επέλθει μια χρωματική ισορροπία ή

αρμονία, κάθε θερμό χρώμα έχει συμπληρωματικό του ένα ψυχρό.

Επιγραμματικά θα αναφέρουμε μερικά συμπεράσματα, στα οποία οι περισσότεροι αναλυτές έχουν καταλήξει:

Κόκκινο: Συμβολίζει την αγάπη, την ενότητα, το θυμό, την ωριμότητα και την ορμή. Είναι χρώμα ζεστό, πλημμυρισμένο από ένταση, επανάσταση και συγκίνηση. Το κόκκινο είναι το κατ' εξοχήν χρώμα του ερωτικού πάθους, το χρώμα της φωτιάς, της δύναμη, της θερμότητας, του αίματος, της καύσης.

Στη χρωματοθεραπεία θεωρείται ότι ανεβάζει τη θερμοκρασία του σώματος, δίνει ενέργεια, δρα κατά της αναιμίας και της αδράνειας. Ακόμα τονώνει το κυκλοφορικό σύστημα και προστατεύει από τα κρυολογήματα.

Στο ανθρώπινο σώμα το κόκκινο αντιστοιχεί στο αίμα. Στην διατροφή μας οι κόκκινες τροφές (ντομάτες, πιπεριές, φράουλες, μήλα) χαρίζουν ενέργεια, κέφι και δραστηριότητα.

Πορτοκαλί: Συμβολίζει τη χαρά, τον πλούτο, την ευτυχία, την αισιοδοξία, την επιμονή, τη ζεστασιά, τη φιλία. Είναι χρώμα που εκφράζει αισιοδοξία και ωριμότητα. Θερμό χρώμα, χρώμα ζωής που μετουσιώνει το κατώτερο σε ανώτερο.

Στην χρωματοθεραπεία θεωρείται ότι χαρίζει φυσική ευεξία και πνευματική τόνωση, λειτουργεί ως αντικαταθλιπτικό. Ανακουφίζει το άσθμα, τα βρογχικά, τους ρευματισμούς και τις κράμπες.

Στο ανθρώπινο σώμα το πορτοκαλί αντιστοιχεί στα έντερα, στην περιοχή της κοιλιάς και στα νεφρά.

Οι πορτοκαλί τροφές (καρότα, πορτοκάλια, βερίκοκα, ροδάκινα) βοηθούν τον οργανισμό να αφομοιώσει τις θρεπτικές ουσίες των άλλων τροφών.

Κίτρινο: Συμβολίζει το μίσος, τη δειλία, τον πλούτο, τη δημιουργία, τη χαρά και τη δόξα. Θεωρείται το χρώμα της επικοινωνίας και της επιστημονικής σκέψης. Συμβολίζει τη διαύγεια σκέψης, τη φιλοδοξία και την ενοποίηση.

Είναι το χρώμα του Ήλιου και του χρυσού.

Στην χρωματοθεραπεία, λέγεται ότι τονώνει το νευρικό σύστημα, καθαρίζει το συκώτι από τις τοξίνες, βοηθά το μυοσκελετικό σύστημα. Τονώνει την αυτοεκτίμηση και διώχνει τις φοβίες.

Στο ανθρώπινο σώμα το κίτρινο αντιστοιχεί στο πάγκρεας, το ηλιακό πλέγμα, το συκώτι, τη χολή, την επιδερμίδα και το νευρικό σύστημα.

Οι κίτρινες τροφές (λεμόνια, μπανάνες, καλαμπόκι, πιπεριές) φτιάχνουν τη διάθεση και χαρίζουν κέφι.

Μπλε: Συμβολίζει την ηρεμία και τη γλυκύτητα, την καθαρή σκέψη, τη λογική συμπεριφορά, το κρύο και την καθαρότητα της ψυχής. Δροσίζει και ηρεμεί, είναι το χρώμα του διαλογισμού και της περιδύλλογής. Θεωρείται ψυχρό χρώμα και είναι το χρώμα του ουρανού και του αέρα, της σοφίας και της εσωτερικής αρμονίας.

Στην χρωματοθεραπεία θεωρείται ηρεμιστικό, ιδιαίτερα σε περιόδους υπερέντασης, νευρικότητας ακόμη και υστερίας. Χρησιμοποιείται κατά της ιλαράς, του πυρετού, σπασμών

και πονοκεφάλων. Οι θεραπευτικές του ιδιότητες ανακουφίζουν τις ασθένειες στην περιοχή του λαιμού, τη δυσκαμψία του αυχένα, τον βήχα και επίσης τον πυρετό. Στο ανθρώπινο σώμα το μπλε αντιστοιχεί στο λαιμό, στα μπράτσα, τη βάση του κρανίου και το θυρεοειδή αδένος. Οι μπλε τροφές (μαύρα σταφύλια και σύκα, δαμάσκηνα) χαρίζουν ηρεμία και ξεκούραση.

Πράσινο: Συμβολίζει την ελπίδα για ζωή, την αναγέννηση και την ανάσταση. Θεωρείται το χρώμα της αρμονίας, της κοινωνικής προσφοράς, του αλτρουισμού. Είναι το χρώμα της φύσης και της ισορροπίας.

Στην χρωματοθεραπεία λέγεται ότι ελέγχει την καρδιά και την πίεση του αίματος, εξισορροπεί το νευρικό σύστημα και απαλύνει το έλκος. Επίσης το πράσινο χρώμα θεραπεύει τα τραύματα του παρελθόντος, ανακουφίζει τον πονοκέφαλο και τη ναυτία, μειώνει την κλειστοφοβία και επαναφέρει την ισορροπία.

Στο ανθρώπινο σώμα το πράσινο αντιστοιχεί στην καρδιά, στους ώμους, στο θώρακα και στους πνεύμονες.

Οι πράσινες τροφές (σπανάκι, αγγούρι, ακτινίδια, αβοκάντο, πιπεριές) βοηθούν στην αποτοξίνωση του οργανισμού και χαρίζουν περισσότερη αντοχή.

Μοβ: Το μοβ είναι το χρώμα της ανώτερης πνευματικής εξέλιξης, της τελειότητας, του οραματισμού. Το μοβ συμβολίζει το τίμημα της γνώσης, είναι το χρώμα των εκλεκτών, της ταπεινότητας, της αυτοθυσίας. Πνευματικό χρώμα με αποχρώσεις θλίψης και μελαγχολίας.

Στην χρωματοθεραπεία βοηθά στην όραση και στην ακοή,

αυξάνει την διαισθητική ικανότητα, προλαμβάνει και εξισορροπεί τα ψυχολογικά προβλήματα. Ανακουφίζουν την ταχυπαλμία και τις φλεγμονές, καθώς και οποιοδήποτε πρόβλημα υγείας που σχετίζεται με το κεφάλι και την κούραση στα μάτια.

Στο ανθρώπινο σώμα το μοβ αντιστοιχεί στην κορυφή του κεφαλιού, τον εγκέφαλο και το κρανίο.

Οι τροφές με μοβ χρώμα (μελιτζάνες, κρεμμύδια, κόκκινο λάχανο) βοηθούν στην αντιμετώπιση των συγκρούσεων.

Μαύρο: Συμβολίζει το σκοτάδι, το φόβο και το θάνατο.

Είναι τραχικό και αυστηρό και εμπνέει σταθερότητα και σοβαρότητα. Επίσης εκφράζει την πειθαρχία και την εσωστρέφεια, τις ανέκφραστες ικανότητες, αλλά και το φόβο για το μέλλον. Το μαύρο αυξάνει την αυτοσυγκράτηση και την αυτάρκεια.

Οι τροφές με μαύρο χρώμα (ελιές, χαβιάρι, γλυκόριζα, σταφίδες) βοηθούν στην ανακάλυψη του εσωτερικού μας κόσμου.

Άσπρο: Συμβολίζει την καθαρότητα της ψυχής, την υπέρτατη πίστη, την ελπίδα, τη διαφάνεια. Εκφράζει ειλικρίνεια, αθωότητα και λάμψη. Το λευκό φως χαρίζει διαύγεια και μας βοηθάει να απαλλαγούμε από τις αρνητικές σκέψεις και τους παράλογους φόβους.

Οι λευκές τροφές (σκόρδο, ρύζι, κουνουπίδι, σελινόριζα) αποτοξινώνουν το λεμφικό σύστημα.

Ροζ: Συμβολίζει την θηλυκότητα, την τρυφερότητα, την παιδικότητα και την αθωότητα.

Γαλάζιο: Χρώμα της ουράνιας συνείδησης, της αρμονίας και της ηρεμίας. Συμβολίζει την αθανασία, το νου, την αποκάλυψη, την σοφία, την ευδέβεια και την ψυχρότητα. Επίσης, αντιπροσωπεύει την μάθηση και τα υγιή συναισθήματα, ενώ ευνοεί την γνώση. Ενισχύει την αφοσίωση, τη σταθερότητα, την μεγαλοψυχία, την πιστή φιλία και την μετρημένη ζωή. Έχει ηρεμιστικές ιδιότητες και κατευνάζει τα πάθη.

Βιολετί: Συμβολίζει την ηρεμία και την συμφιλίωση με τον εαυτό μας. Συντείνει στην πνευματική ισορροπία και είναι το ισχυρότερο αναλγητικό χρώμα.

Τιρκουάζ: Συμβολίζει την εσωστρέφεια, αναγέννηση, πρόοδο, ανθρωπιά και την απέχθεια στους περιορισμούς ή την καταπίεση. Χρώμα που εκφράζει την αγνή καρδιά, την φρεσκάδα ενώ ενθαρρύνει την καθαρή και ειλικρινή επικοινωνία. Γενικότερα, είναι ο καλύτερος σύμμαχος της γνώσης και της πληροφόρησης, καθώς ενισχύει την διερεύνηση του νου.

Φούξια (ματζέντα): Συμβολίζει την τόλμη, την φιλοδοξία, την αυτογνωσία, τα ελεγχόμενα πάθη και συναισθήματα.

Πράσινο Σκούρο: Συμβολίζει το κύρος και τη δύναμη σε πρόσωπα και πράγματα. Σε υλικά θέματα και αντικείμενα προσδίδει ποιότητα. Ενθαρρύνει τον εγωισμό, την ζήλια, την ζηλοφθονία και την τεμπελιά.

Μπλε Σκούρο: Ενισχύει την συναισθηματική ηρεμία, τη χαλάνη, την ευχαρίστηση και την ανάκτηση δυνάμεων. Συμβολίζει την ηθική και την τίμια αντιμετώπιση των

προβλημάτων επιβίωσης, την σοβαρότητα, την ευθύνη, την γνώση, την εμπιστοσύνη και την εξουσία.

Πορφυρό: Χρώμα πνευματικό, ιερατικό αλλά και βασιλικό - αυτοκρατορικό. Εμπνέει σεβασμό, εξουσία αλλά κρύβει και κάποιο μυστήριο. Δηλώνει την υπερηφάνεια, την αλήθεια, τη δικαιοσύνη, ενώ φανερώνει τις καλλιτεχνικές τάσεις.

Καφέ: Χρώμα που ενθαρρύνει την ευδυνειδησία και την εξυπνάδα όσο αφορά τα χρήματα. Δηλώνει σταθερότητα στις συνήθειες και στις πεποιθήσεις, ενώ παράλληλα εκφράζει αξιοπιστία και ικανότητα στις πωλήσεις. Επίσης, εκφράζει άρνηση για ότι είναι αυθόρμητο ή παρορμητικό.

Γκρι: Χρώμα που βοηθά στην εύρεση συμβατικών λύσεων, ενισχύει την εξωτερική ψυχρότητα, σκληρότητα αλλά και την απομόνωση. Χαρακτηρίζεται από έλλειψη φαντασίας από περιορισμένη αντίληψη και δημιουργικότητα.

Χρυσό: Συμβολίζει τον Ήλιο και θεωρείται χρώμα ηλιακό με ιδιαίτερη δημιουργική και θετική ακτινοβολία στο περιβάλλον. Οι θεραπευτικές του ιδιότητες καταπολεμούν την άρνηση και τη δυσαρμονία και προστατεύουν από τις αρνητικές επιδράσεις.

Λαίμη: Είναι χρώμα αντανάκλαστικό, κάτι σαν καθρέφτης στο περιβάλλον και έχει τις ίδιες ιδιότητες με το χρυσό. Οι θεραπευτικές του ιδιότητες βοηθούν να εξελιχθούν τα πράγματα, ενώ αποδεσμεύουν από κάθε τι που δηλητηριάζει την ζωή.