



Alcune considerazioni sulla cosiddetta cromopuntura

"Qual'è l'età dell'anima umana? Come essa ha la virtù del camaleonte di mutar colore a ogni nuovo incontro, d'esser gaia con chi è allegro e triste con chi è depresso, così anche la sua età è mutevole come il suo umore"

James Joyce

Autori: Carlo Di Stanislao, Fabrizio Bonanomi[1], Maurizio Corradin[2]

La cromoterapia ha origini antichissime, poiché le medicine tradizionali hanno sempre attribuito grande importanza all'influenza dei colori sulla salute e sullo stato d'animo dell'uomo.

Egizi, Romani e Greci praticavano l'elioterapia (esposizione alla luce solare diretta) per la cura di diversi disturbi. In India la medicina ayurvedica ha sempre tenuto conto di come i colori influenzino l'equilibrio dei chakra, i centri di energia sottile che vengono associati alle principali ghiandole del corpo.

Anche i cinesi affidavano il proprio benessere fisico all'azione delle varie tinte: il colore giallo serviva a rimettere in sesto l'intestino, il violetto ad arginare gli attacchi epilettici. In Cina, addirittura, le finestre della camera del paziente venivano coperte con teli di colore adeguato e il malato doveva indossare indumenti della stessa tinta.

Negli ultimi anni la cromoterapia ha avuto un notevole sviluppo grazie ai numerosi studi scientifici che evidenziano l'influenza dei colori sul sistema nervoso, immunitario e metabolico.

La Cromoterapia moderna è legata strettamente a **Finsen** e **Rollier**, il primo dei quali ricevette nei 1903 il premio Nobel per il suo lavoro sulla terapia con la luce e il colore. Questi due studiosi hanno posto le basi per la moderna **Cromoterapia medica**.

Nel 1938 il professor **Pauli**, psichiatra e docente alla facoltà di psichiatria dell'Università di Monaco, ha testato la Cromoterapia, seguendo delle prescrizioni particolarmente rigide.

I colori possono essere assorbiti dal nostro organismo in diversi modi:

- attraverso le irradiazioni luminose fatte con speciali apparecchiature e filtri;
- attraverso gli alimenti, ossia mangiando cibi con il loro colore naturale;
- attraverso la luce solare poiché questa luce racchiude nel suo spettro tutti i colori;
- attraverso l'acqua solarizzata, ossia irradiata con un'irradiazione luminosa di un preciso colore che la carica di quella energia;
- attraverso gli abiti;
- attraverso il bagno, quindi con acque colorate con essenze naturali o luci speciali;
- attraverso la meditazione, seguendo precise tecniche;
- attraverso la visualizzazione e la respirazione;
- attraverso il massaggio con speciali prodotti e pigmenti colorati.

L'effetto terapeutico del colore sull'organismo umano è legato alla natura oscillatoria delle nostre cellule: il malessere o la malattia, infatti, non sono altro che una disarmonia del ritmo vibratorio cellulare su cui i colori hanno potere armonizzante (le frequenze dei colori interagiscono con le vibrazioni del nostro organismo riequilibrandole nel caso di malattie o malesseri).

Dal punto di vista terapeutico (trattamento di disturbi relativi al nostro organismo), la cromoterapia è considerata una "terapia dolce" in quanto non è invasiva, generalmente non presenta particolari effetti collaterali e fornisce immediatamente un effetto benefico a chi si sottopone ad un trattamento, senza crearne dipendenza.

Con poche eccezioni la cromoterapia può essere utile a tutti, anche a livello preventivo. Infatti, vi sono particolari trattamenti che servono a dare la "messa a punto" individuale, in modo da rendersi più forti e preparati per affrontare i disagi quotidiani.

La cromoterapia può essere applicata da sola oppure come potenziamento delle altre cure, essendo un "catalizzatore" formidabile per stimolare processi naturali di autoguarigione.

Le persone che soffrono a livello fisico o psicologico possono associare con profitto la cromoterapia a qualsiasi cura (allopatrica, omeopatica, fisioterapica, riflessologica ecc.) perché essa stimola lo smaltimento naturale delle tossine mobilitate dai principi attivi dei prodotti, pulendo e proteggendo tutto l'organismo.

Ogni applicazione può essere vista a sé stante, quindi anche una sola volta ogni tanto può fornire un buon giovamento, ovviamente però i risultati migliori si ottengono con una serie di sedute: prima settimanali, poi mensili, infine si hanno i tipici "richiami" ai cambi stagionali.

Nel 1978 Peter **Mandel** cominciò a trasferire la **terapia** con il colore sul sistema di meridiani cinese, per esaminare se i punti dell'agopuntura fossero adatti alla cromopuntura.

Benché la cromopuntura costituisca una particolare tecnica cromoterapica, si tratta in realtà di una forma estesa di **agopuntura** che utilizza sottili fasci di luce colorata al posto degli aghi.

L'esistenza nel corpo umano di canali per la trasmissione della luce che corrispondono esattamente ai **meridiani** della medicina tradizionale cinese è stata ampiamente dimostrata.

I punti noti all'agopuntura coincidono con le zone di maggior ricezione della luce sulla pelle.

Il loro trattamento con una specifica banda di frequenze luminose consente di inviare un'informazione regolante e **riequilibrante** là dove si trovano le cause dei disturbi e delle malattie.

Esiste un preciso rapporto tra **luce** e salute.

Il sole emana luce e senza luce non esiste vita; i raggi solari sono i regolatori della fase fra i vari bioritmi del corpo (giorno, notte - caldo, freddo - carica, apatia ecc.) che con il tempo, fanno variare la funzione regolare dei metabolismi corporei.

La luce è anche **colore**, e il colore è frequenza elettromagnetica di una particolare lunghezza d'onda.

Tutta la materia, corpo umano compreso, è composta di atomi o campi atomici, che vibrano secondo determinate lunghezze d'onda.

La malattia è una alterazione di queste **vibrazioni** (frequenze); ne abbiamo dimostrazione anche con le apparecchiature bio-elettroniche di tutti i tipi; siccome il colore è una vibrazione è possibile anche interagire con le frequenze del colore e quindi sulle vibrazioni delle malattie.

Attualmente è molto usata la cromopuntura auricolare che, priva di azioni invasive, sembra dotata di eccellenti effetti curativi.

Secondo i principi generali della cromopuntura auricolare e generale, gli effetti dei 7 colori

dell'iride sul corpo e sulla psiche sono:



Questo colore possiede un'energia "molto calda".

E' il colore con le maggiori caratteristiche di penetrazione dello spettro visibile. Il rosso è legato al fuoco delle passioni, dell'amore ma anche della guerra. E', inoltre, associato all'istinto, al desiderio e alla sessualità. Il rosso rappresenta una condizione fisiologica di stimolo ed eccitazione, i suoi effetti sull'organismo sono: agisce sul cuore aumentando il numero dei battiti e quindi la circolazione sanguigna, alza la pressione arteriosa, aumenta la frequenza respiratoria, stimola l'attività nervosa e ghiandolare, attiva il fegato, i nervi sensitivi e tutti i sensi. Per il suo potere decongestionante serve nelle forme dolorose croniche quindi sui muscoli per aumentare la tensione o per cicatrizzare i tessuti, sui polmoni risolvendo catarrhi e stati congestizi. I suoi effetti sulla psiche sono di energia fisica, evocazione del fuoco, pericolo, distruzione.



E' un colore "caldo" ed è il risultato della combinazione dei raggi rossi e gialli.

Trovandosi a metà strada tra questi due colori, ha un'azione riscaldante, rallegrante ed energetica, ma non eccitante come il rosso né elettrica come il giallo. Questo colore ha un'azione liberatoria sulle funzioni fisiche e mentali e ha un grosso effetto di integrazione e di distribuzione dell'energia. Gli effetti dell'arancione sull'organismo: ha una forte azione stimolante sulla ghiandola tiroide; è antispastico (ottimo per contratture e crampi muscolari); non aumenta la pressione del sangue ma stimola il battito cardiaco e la capacità di espansione dei polmoni; ottimizza l'attività della milza. In cromoterapia l'arancione viene utilizzato spesso in sostituzione del rosso quando si vuole evitare una stimolazione troppo vigorosa. I suoi effetti sulla psiche: induce serenità, entusiasmo, allegria, vogli di vivere, aumenta l'ottimismo, la positivizzazione dei sentimenti, la sinergia fisica e mentale. E' utile in caso di apatia, depressione, pessimismo, paura, nevrosi, psicosi. Stimola l'appetito per cui è un antianoressico.



E' un'energia di tipo "caldo".

Il giallo è più leggero del rosso e quindi più suggestivo che stimolante per cui il suo impulso agisce a sprazzi. Dal punto di vista fisiologico: è il colore più adatto agli sportivi perché incrementa il tono neuro muscolare e dà una maggiore prontezza di riflessi. Aiuta la digestione perché stimola la produzione di succhi gastrici e purifica l'intestino, riducendo il gonfiore addominale. E' un ottimo depurativo del sangue. Gli effetti sulla psiche: costituente del sistema nervoso è un forte stimolatore di allegria, senso di benessere, estroversione e lucidità cosciente.



Energia di tipo "neutro".

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. Il verde è il colore della natura, è simbolo di rinnovamento, di equilibrio, di speranza, di sviluppo e di fertilità. E' il colore terapeutico per antonomasia. Né caldo né freddo ha potenti proprietà riequilibranti. Dal punto di vista fisiologico promuove il benessere generale dell'organismo, ne aumenta la vitalità e ripristina l'equilibrio delle sue funzioni. Viene usato per la cura dello stress, dell'ansia, dell'iperattività, della cefalea e di alcune forme di insonnia. E' efficace, anche, nelle bulimie e in tutte le forme psicosomatiche che influenzano l'apparato gastroenterico (ulcera gastroduodenale). E' inoltre un potente germicida e antibatterico. Effetti sulla psiche: genera calma e rinfresca la mente. Esprime volontà di operare, la perseveranza e la tenacia. E' un sedativo del sistema nervoso aiuta a combattere irritabilità, insonnia ed esaurimento.



E' un'energia di tipo "fredda".

E' il colore della calma, dell'infinito, della pace, della serenità emotiva e dell'armonia. Al contrario del colore rosso ha spiccate proprietà calmanti. Dal punto di vista fisiologico stimola il sistema parasimpatico, diminuisce la pressione arteriosa, il ritmo respiratorio e i battiti del cuore, è quindi indicato per chi soffre di pressione alta, tachicardia e palpitazioni. Ha inoltre effetti antispastici, rinfrescanti, analgesici, rilassanti. E' utile in tutti i casi in cui ci sia in atto un processo infiammatorio: mal di gola, raucedine, mal di denti, stomatiti ma anche arrossamenti e bruciature cutanee, punture di insetto e prurito cutaneo. Ottimo per sedare i dolori acuti, in particolare quelli articolari, e per ridurre gli stati febbrili. I suoi effetti sulla psiche: combatte l'agitazione sia fisica che mentale ed è quindi usato in psicoterapia per favorire rilassamento e distensione.



Energia di tipo "freddo".

Colore "cosmico" dell'energia, rappresenta l'intuizione che sostiene l'attività mediativa. Per la sua alta vibrazione, ha la capacità di allargare la nostra comprensione e di curare i disturbi che colpiscono gli organi sensoriali come occhi, naso, orecchi. Dal punto di vista fisiologico stimola le ghiandole paratiroidi inibendo l'attività della tiroide ed ha un effetto anestetico ed emostatico. E' inoltre rinfrescante, astringente, depuratore del sangue, tonico muscolare. Effetti sulla psiche: favorisce l'intuito.



Energia di tipo "freddo".

E' il raggio con le maggiori proprietà energetiche dello spettro visibile. I suoi effetti sull'organismo: stimola la produzione di globuli bianchi, la milza, lo sviluppo osteo-scheletrico. Ottimizza anche il rapporto sodio-potassio e combatte i disturbi della vescica e dei reni. E' utile contro sciatalgie e nevralgie, è attivo contro eczemi, psoriasi, acne. Depurativo del sangue, rallenta l'attività cardiaca e favorisce la microcircolazione cerebrale, per questo motivo viene utilizzato per contrastare la calvizie. Ottimo cicatrizzante. Gli effetti sulla psiche: spiritualità, ispirazione e fantasia.

Attualmente la cromopuntura somatica è usata sui punti corrispondenti alle aree indiane dei chakra.

I chakra sono dei centri di energia "un'energia sottile, dotata di forza vitale" che si trovano all'esterno del nostro corpo, ma all'interno dell'aura, vale a dire il campo elettromagnetico che avvolge ciascuna persona.

Ogni essere umano ha sette chakra principali (o ruote energetiche a differenti livelli di vibrazione), a ognuno dei quali corrisponde uno dei sette colori dello spettro della luce, come indicato nella seguente tabella:

chakra di base [3]	rosso	vita
chakra della milza [4]	arancione	energia
chakra del plesso solare [5]	giallo	intelletto
chakra del cuore [6]	verde	armonia, amore, simpatia
chakra della laringe [7]	blu	creatività, comunicazione
chakra frontale [8]	indaco	intuizione
chakra del vertice [9]	violetto	spiritualità

Una volta formulata la diagnosi con apparecchiature portatili e personali, il paziente può essere educato ad un autotrattamento domiciliare con particolari colori su aree revilegiate o punti particolari.

Le indicazioni attuali della cromopuntura sono:

- insonnia, stress, dermatiti
- disturbi respiratori, genito-urinari e digestivi
- dolori articolari, reumatici
- infiammazioni
- ipertensione

Molto utile la cromopuntura in campo estetico nelle seguenti affezioni:

- Pelle Acneica
- Pelle Asfittica
- Pelle Atonica
- Pelle Couperosica
- Pelle Disidratata
- Pelle Grassa
- Pelle Matura
- Peeling Con Effetto Lifting
- Rughe
- Rinnovo Cutaneo Viso.

Le qualità dei singoli colori dell'iride nelle applicazioni estetiche sono:



E' chiamato il grande energetico;
è attivo negli edemi, gonfiori temporanei, stasi linfatica e sanguinea. In campo estetico viene utilizzato prevalentemente nei casi di pelle ruvida, intossicata, edemica nonché nella cellulite nodulare (se non accompagnata da squilibrio circolatorio).



Simbolizza il sole nascente.
In estetica viene utilizzato prevalentemente in caso di pelle grassa, giovane con tendenza acneica intermedia, pelle comedonica, pelle spessa. E' attivo nell'epidermide opaca e discromica; negli inestetismi (ipotenie, cellulite, adiposità) riconducibili a squilibrio nei processi digestivi e alterata funzionalità del sistema endocrino. Agisce nei casi di cellulite edemica molle. Favorisce la lucentezza dei capelli; agisce sulla forfora grassa da ipersecrezione sebacea.



E' il colore della razionalità.
In estetica viene utilizzato prevalentemente in caso di pelle grassa, asfittica, matura acneica e nella stasi linfatica. E' attivo spesso abbinato ad altri colori nella pelle impura con tendenza acneica, nell'epidermide asfittica, stressata e priva di tono. Attiva il sistema linfatico; purifica fegato intestino e pelle e depura il sangue.



E' il colore della serenità.
In estetica viene utilizzato prevalentemente in caso di pelle secca, alipica, rilassata avvizzita, rugosa, anziana, senescente, fragile, disidratata. E' elemento costitutivo di muscoli e tessuti. E' attivo nell'invecchiamento precoce della pelle, nelle rughe, cedimenti cutanei, iponutrizione, disidratazione, discromie. Agisce nei casi di debolezza del tessuto connettivo.



E' il colore del rilassamento.
In estetica viene utilizzato prevalentemente in caso di pelle couperosica,

sottile, con pori dilatati, contratta, congestionata. Ha proprietà antisettica e battericida; è lenitivo nelle scottature e arrossamenti da calore. Agisce nelle rughe da stress e nei lineamenti contratti. Inoltre è attivo nella cellulite da stress.



E' il colore della sublimazione.

In estetica viene utilizzato prevalentemente in caso di pelle atona, anelastica, foruncolosa, sensibile, fessurizzata. E' lenitivo nell'irritazione per prolungata esposizione solare. Ridona ai tessuti il tono naturale. E' rinfrescante, astringente, emostatico.



E' il colore della meditazione.

In estetica viene utilizzato prevalentemente in caso di pelle con efelidi, con macchie di ossidazione, presenza di untuosità diffusa. E' attivo nella dermatosi in genere.

Per approfondire

- Ferrari A.. Manuale professionale di cromopuntura, Ed. Zuccani, Roma, 2001.
- Ferrari A.: Compendio generale di cromopuntura, Ed. Zuccani, Roma, 2000.
- Sponsilli O.: Iniziazione alla Cromopuntura Auricolare. Tecnica indolore di guarigione con la luce colorata, Ed. Mediterranee, Roma, 2002.

Indirizzo per chiarimenti

Carlo Di Stanislao E-mil: c.distanislao@agopuntura.org

Note:

[1] Docente Associazione Hakusha sede di Milano.

[2] Direttore Centro Sheng di Desenzano sul Garda (BS), Docente AMSA, Docente ISFOS, Docente Associazione Wuwei, Docente Associazione Hakusha sede di Milano

[3] 1GV, 1CV

[4] 7GV, 20BL, 13LR

[5] 14-12CV, 25ST

[6] 17CV, 23KI, 14ST

[7] 23CV, 15GV

[8] 24GV

[9] 20GV, 7BL