

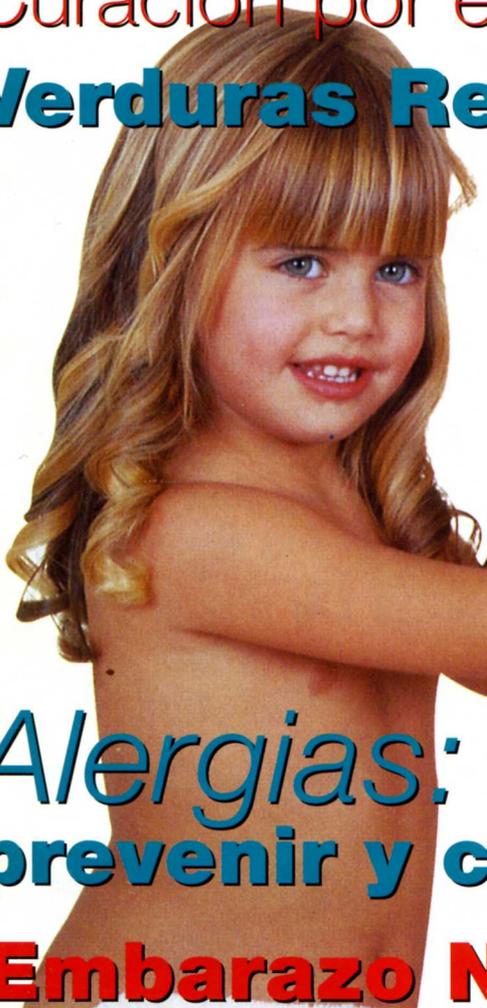


# Dietética y Salud

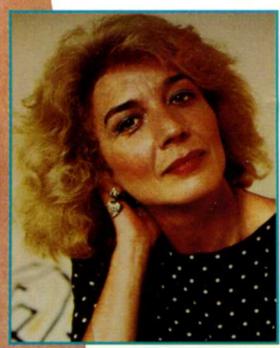
**NIÑOS:**  
**Cómo superar los celos**

**Cromopuntura**  
Curación por el color  
**Verduras Rellenas**

**Adelgazar con el Yin-Yang**



**Marisa Paredes**



**Alergias: Cómo prevenir y curar**

**Nos descubre la flor de su secreto**

**Embarazo Natural**  
dieta y complementos

Entrada **GRATIS** para Expovital

Lo mejor contra la **CELULITIS**  
**ACNÉ:** plantas para combatirlo



TERAPIAS ALTERNATIVAS

# CROMOPUNTURA

## LA CURACIÓN POR LA LUZ

POR:  
JUAN R. VILLVERDE  
(ACUPUNTOR)



# La luz tiene un gran poder revitalizante y curativo como lo demuestra la cromopuntura, una técnica basada en la acupuntura tradicional china que estimula los trayectos energéticos gracias a pequeños focos de luz.

**E**s la primera y principal fuente de energía que existe en el universo. Pasar de la oscuridad a la luz es como pasar de la muerte a la vida. La palabra "luz" es sinónimo de curación física y espiritual. La creación entera está regida por una dualidad universal. Luz y oscuridad, día y noche, calor y frío, nacimiento y muerte..., todos los acontecimientos del universo se ven sometidos a esta dualidad, desde el metabolismo de nuestras células hasta el funcionamiento binario de los ordenadores. Los antiguos chinos la denominaban el Yang y el Yin.

## Terapia milenaria

A lo largo de la historia son numerosas las culturas que han utilizado la luz como medio de curación. En la antigua Persia se utilizaba el culto a la luz (basado en las vibraciones de los colores) conocido con el nombre de Ahura Mazda; también en Egipto, en tiempo de Heliópolis (templo de la luz dedicado al sol) los sabios curaban con la ayuda de piedras preciosas utilizadas como lentes que filtraban la luz solar; en la India siempre ha existido esta terapia, sobre todo a través de los parsis, médicos procedentes de Persia que se encargaban de transmitir dicha tradición. Hipócrates, el gran médico de la antigüedad clásica y padre de la medicina occidental, fue un entusiasta de la helioterapia, que recomendaba como un método de curación especialmente efectivo.

Pero, es sin duda alguna en China, antes de la época sumeria, donde se dan las primeras formas de simbolismos de los colores asociados a las nuevas necesidades de los hombres, y donde se establecen las auténticas bases de lo que hoy en día recibe el nombre de cromopuntura. Ya en este siglo el médico danés Niels Finsen, el fundador de la moderna fototerapia -curación por la luz-, consiguió el premio Nobel de medicina en 1903, por su trabajo de investigación sobre la luz y el color, en el tratamiento de las enfermedades. Y en 1904 le siguió Rollier con su trabajo de fototerapia.

## ¿Que es la Cromopuntura?

Una técnica basada en la acupuntura tradicional china, mediante la cual se estimulan los trayectos energéticos corporales gracias a pequeños focos de luz coloreada. En un lenguaje moderno se trataría de la acción de los fotones (partículas que forman la luz) sobre los cationes (electropositivos de una molécula) contenidos en la solución electrolítica orgánica, sobre todo en el mesénquima o matriz de la célula. El cuerpo humano contiene una gran cantidad de sustancias metálicas en forma de partículas microscópicas como el hierro, el aluminio, el cobre, el plomo, etcétera, que se encuentran en nuestros líquidos orgánicos como la sangre o el líquido que rodea las células. Cuando la luz, gracias a las partículas que la componen, es decir, los fotones, choca con esos metales, se produce un efecto físico denominado fotoeléctrico. Este fenómeno produce una energía determinada que depende de la longitud de onda, es decir, del color que tenga dicha luz. Y es esa energía la que se transmite a través de los "meridianos" energéticos que permiten el mantenimiento de todas las funciones corporales.

## Cómo cura

El mecanismo de acción fue descubierto por el científico alemán Popp, quien comprobó que las transmisiones intercelulares en el sistema nervioso se realizan mediante estímulos fotónicos, es

decir, gracias a la luz. El ser humano es un sistema en permanente flujo y reflujo de informaciones que trata constantemente de mantener el equilibrio. Eso quiere decir que somos básicamente un sistema en permanente proceso informativo, tanto de sensaciones físicas como emocionales. Cuando dicha "información" no es asimilada por nuestro organismo se rompe el equilibrio. La curación consiste en la "reprogramación" haciendo llegar la luz más apropiada por los circuitos energéticos corporales. En cada célula del cuerpo existen numerosos procesos de intercambio entre el interior y el exterior de la misma, y lo mismo ocurre a mayor escala en cada uno de nosotros: introducimos informaciones, por ejemplo en forma de alimentos y restituimos otras informaciones en forma de desechos orgánicos. Pero en el interior de la célula existen numerosos cationes que están moviéndose constantemente entre sí, y estas colisiones producen una cinética sobreañadida, es decir aceleran aún más el proceso, y se producen colisiones de las que se desprenden fotones, es decir, luz.

## Un color para cada caso

El ojo humano puede distinguir 169 tonalidades de colores y mezclándolos entre sí, podemos obtener una variedad sin fin. Sin embargo, según Goethe, solamente existen tres colores primarios: rojo, amarillo y azul, ya que de ellos surgen todos los demás. Al mezclar amarillo y azul, se obtiene verde; con el rojo y el amarillo se obtiene el naranja; con el rojo y el azul se obtiene el violeta. De esta manera se obtiene un modelo complementario, la relación positivo/negativo de los colores: amarillo/violeta, naranja/azul y rojo/verde.

Colores YANG (Primario): Amarillo, naranja y rojo.

Colores YIN (Complementario): Violeta, azul y verde.

De hecho, siempre que se aplica un tratamiento, indiferentemente de la vibración complementaria, se están utilizando los tres colores básicos. Por ejemplo, si trato con el rojo/verde, el rojo es un color básico y el verde está constituido por amarillo y azul, con lo cual ya tengo los tres básicos.

## ROJO

El rojo ha sido llamado el "Gran Energetizador", el "Padre de la Vitalidad", por su inmenso efecto elemental sobre la constitución física del hombre. Se dice que el color rojo hace trabajar a la gente perezosa ya que estimula la acción física para superar la inercia o la contracción. Bajo su acción los corpúsculos de hemoglobina se multiplican en la sangre y, con el incremento de energía liberada, la temperatura del cuerpo se eleva, la circulación se extiende y vigoriza, dispersando la laxitud y las enfermedades productoras de moco, tales como catarros crónicos.

### ¿QUÉ ENFERMEDADES PUEDE TRATAR?

Alteraciones circulatorias, anemia, debilidad física, laxitud, resfriados, parálisis, etcétera • El rojo es el color del corazón, los pulmones y los músculos, adecuado para el tratamiento de heridas no supurantes e inflamaciones, así como de enfermedades de la piel, tos crónica, asma, problemas laringeos, anemia, eczema húmedo y congelaciones.

**Efectos psíquicos:** Refuerza la voluntad y el valor • Suelta y desata la lengua • Tiene un efecto alegre y excitante • Es estimulante y despierta la pasión.

## VERDE

El verde hace que todo sea fluido, relajante. Elimina las sustancias tóxicas y los venenos que produce el organismo. Junto con el rojo, que es su color complementario, también es importante para los huesos. Esto significa que es el color para el dolor de las articulaciones y todo tipo de inflamaciones.

### ¿QUÉ ENFERMEDADES PUEDE TRATAR?

Problemas de corazón, alteraciones de la presión sanguínea, dolores de cabeza, neuralgias • Está indicado en catarro bronquial, tos ferina e inflamaciones de las articulaciones (alternando con azul en los casos más recientes) • Está indicado para enfermedades oculares y diabetes.

**Efectos psíquicos:** Tiene un efecto equilibrador, sedante, tranquilizador y relajante • El verde claro incrementa las facultades intelectuales, fortalece los nervios y tiene un efecto calmante y relajante sobre el cuerpo en general.

## AMARILLO

Simboliza el sol en su zenit, y es uno de los colores cálidos. El amarillo simboliza la presteza, la agilidad, el cerebro izquierdo. Por ello, se utiliza en niños con deficiencias de aprendizaje, niños disléxicos. En medicina es muy útil para todo aquello en relación con la linfa, con la toxicidad, el intestino, la vesícula biliar y el hígado.

### ¿QUÉ ENFERMEDADES PUEDE TRATAR?

Problemas estomacales, indigestión, estreñimiento, flatulencias, problemas del hígado, diabetes, hemorroides, eczema, problemas de piel • Facilita la digestión, fortalece los nervios, estimula el estómago y tiene el efecto de animar.

**Efectos psíquicos:** Facilita el aprendizaje y la comprensión de los niños, y tiene una influencia favorable sobre el intelecto • La combinación del amarillo y el naranja incrementa tanto la fuerza de voluntad y las facultades intelectuales, como el ánimo y la felicidad.

## AZUL

Es un color muy importante para calmar a las personas, ya que se trata de un color frío que produce paz y sueño. Se dice de él que tiene cualidades anti-bacterianas. Por ejemplo, cuando un dentista saca un diente que está infectado de pus, si tras la extracción irradia la herida con una luz azul durante 10 ó 15 minutos, no aparecerá inflamación.

### ¿QUÉ ENFERMEDADES PUEDE TRATAR?

Problemas de garganta, laringitis, paperas, ronquera; dentición; fiebre, cólera, varicela, sarampión, aftas, apoplejía, histeria, palpitaciones, espasmos; reumatismo agudo; vómitos, disentería, diarrea, ictericia, cólicos; inflamación intestinal, ojos inflamados, picaduras, dolor de muelas; cefalea, desórdenes nerviosos, insomnio, menstruación dolorosa, etcétera.

**Efectos psíquicos:** Es el color de la paz y el infinito • Tiene un efecto relajante • Tranquiliza y calma a los niños hiperactivos.

## NARANJA

El naranja es una mezcla de rojo y amarillo y simboliza al sol naciente, la aurora, el alba. El dar color naranja implica soltar, relajar, abandonar. Por eso es el color más importante para la depresión. Las personas dormilonas deberían llevar gafas con cristales de color naranja durante un cuarto de hora cada mañana. La tensión arterial también se elevará.

### ¿QUÉ ENFERMEDADES PUEDE TRATAR?

Asma crónica, fiebre flemática, tos húmeda, gota, reumatismo crónico, inflamación de los riñones, piedras en la vesícula biliar, interrupción de la menstruación, fiebre reumática. • El color naranja se atribuye a terapias específicamente cardíacas, arterioesclerosis, prolapsos, asma crónica, litiasis biliar.

**Efectos psíquicos:** Libera las funciones mentales y corporales • Remedia las depresiones • Induce a la tolerancia y fortalece la voluntad • La mezcla de rojo y amarillo, da alegría y felicidad • Aumenta el apetito, y puede ser utilizado en caso de adelgazamiento excesivo y anemia • Incrementa el sentido de la ambición y ánimo • Da fuerza a la gente no demasiado inclinada al trabajo.

## VIOLETA

Es un color de corta vibración y se trata de un color místico, especialmente importante en la meditación, la inspiración y la intuición. Médicamente se utiliza para la linfa (complementario del amarillo). Es un reconstituyente del bazo, muy importante para las mujeres con menopausia. Cuando se estimula el bazo, también se estimula la gonadotropina, una hormona de la pituitaria, muy importante en el área genital.

### ¿QUÉ ENFERMEDADES PUEDE TRATAR?

Desórdenes nerviosos y mentales; neurosis, neuralgias, ciática y enfermedades del cuero cabelludo. • Remedia la epilepsia, la meningitis, la conmoción, retortijones, reumatismo, tumores, debilidad de los riñones y de la vejiga. • Purifica la sangre intoxicada. • Trata la conmoción, el insomnio, locura, la ciática, la caspa, el escorbuto, las cataratas, la diuresis y la leucorrea.

**Efectos psíquicos:** Estimula la intuición y la inspiración • El violeta azulado u oscuro, actúa sobre el inconsciente, fortalece la espiritualidad y la consciencia. Incrementa los efectos de todo tipo de meditación.

### Un color para cada temperamento

**La persona melancólica** es impasible, imperturbable, seria, reservada, con poca energía, y tenderá a padecer de alteraciones emocionales. Es dulce y servicial, pero también sensible. Las personas que están continuamente rodeadas de un aire de pesimismo, de abatimiento, son normalmente melancólicas. Su color es el azul y el efecto de este color sobre las personas puede ser comparado con las características del temperamento melancólico. Pero estas personas deben ser tratadas con el color opuesto, es decir, el rojo.

**La persona colérica**, al igual que el color rojo, que sugiere actividad y agitación, es excitable, congestionada, autosuficiente, y siempre está en movimiento. Nunca descansa, y su ánimo y su valor son tan proverbiales como su angustia y su beligerancia. Como el rojo, que es un color caliente, la persona colérica tiene la sangre caliente. Deben ser tratadas con el color azul.

**La persona de temperamento sanguíneo** puede ser relacionada con el color amarillo. El sanguíneo es la personificación de la luz, de la alegría, el optimismo. Y generalmente, tiene un punto de vista positivo. El amarillo es el color que se le atribuye al sol en su zenit en verano (en el círculo del espectro de color). Su color de tratamiento es el verde.

**La persona flemática**, marcada por la indolencia y la indiferencia, tiene una naturaleza materialista que la define como terrenal, de sangre fría, y como realista. No está especialmente interesada en asuntos intelectuales y espirituales, y cuando lo está, es sólo porque puede conseguir algún beneficio del proceso. El verde oscuro es el color del carácter flemático, un color que simboliza

el otoño, la desaparición del calor, y la disminución de la luz en las horas de la tarde. Estas personas se tratan con el color amarillo.

### Un equipo simple

Para practicar la cromopuntura se necesita un equipo muy simple. Yo he mandado construir un dispositivo, a modo de linterna, en cuyo extremo se insertan vitrales de colores, que permite proyectar de forma puntual dichos colores sobre los puntos de acupuntura. Se trata de un instrumento muy sencillo y asequible para todo terapeuta. ■

Puntos reguladores de las 3 zonas energéticas básicas YANG: Cervical, dorsal y lumbar.

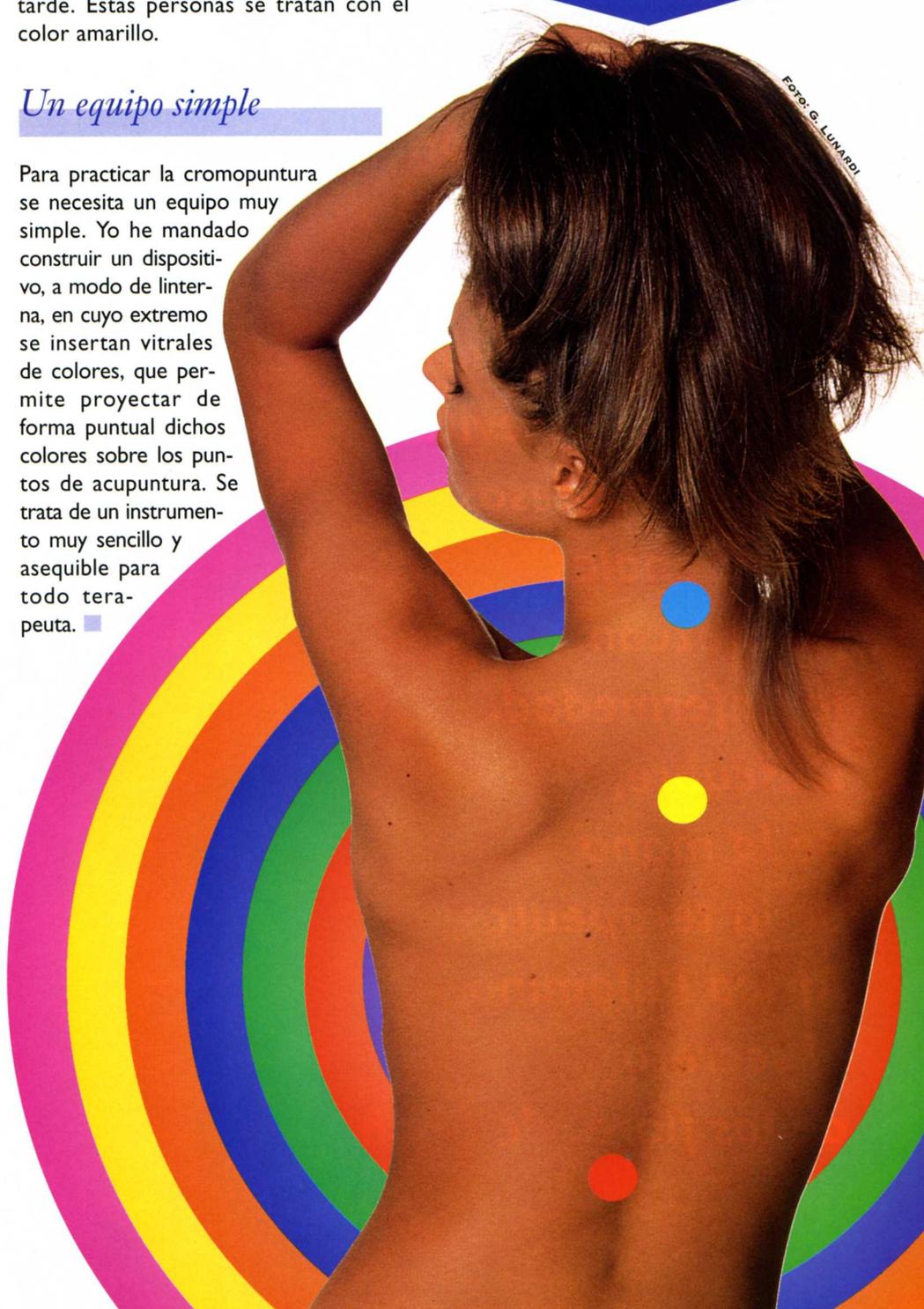


Foto: G. LUNARDI