

CUERPO FIRME 100%
SIN ESFUERZO
con la gimnasia pasiva

PONTE GUAPA ¡COMIENDO!

Clonación humana
CÓMO NOS AFECTARÁ

CONTROLA TU TENSIÓN
Todas las claves

ESTHER ARROYO
"No podría vivir sin reír"

¡REGALAMOS UNA SEMANA en MADEIRA para 2 PERSONAS

- > Sobrepeso > Artrosis
- > Migraña > Depresión

SANA

SIN MEDICAMENTOS

Los remedios naturales que *más te ayudan*



CROMOTERAPIA: da color a tu vida

¿En qué tonos vas vestida hoy?

¿Has tenido que mirarte para recordarlo? Pues dale importancia porque **cómo te encuentres** puede depender, y mucho, del color elegido



La luz es una fuente de energía imprescindible para el desarrollo de la vida. El color es también luz y, de igual manera, tiene un efecto sobre ti. La cromopuntura es una técnica basada en la acupuntura tradicional china mediante la cual se estimulan los trayectos energéticos corporales a través de pequeños focos de luz coloreada. El cuerpo humano contiene una gran cantidad de mate-

rias metálicas en forma de partículas microscópicas de hierro, aluminio, cobre o plomo, entre otros, que se encuentran en líquidos orgánicos como la sangre. Cuando la luz choca con esos metales se produce un efecto físico que produce una energía determinada por la longitud de onda. Es decir, del color que tenga dicha luz. Esa energía se transmite a través de los "meridianos", que permiten el mantenimiento de las funciones corporales.

La luz que cura

El ojo humano puede distinguir 169 tonalidades de colores que, mezcladas entre ellas, ofrecen una diversidad sin fin. Sin embargo, sólo existen tres colores puros: rojo, amarillo y azul; de la combinación de éstos surgen todos los demás.

Pinta los dormitorios de azul, el estudio de blanco y la cocina de amarillo

EL EXPERTO OPINA



JUAN R. VILLAVERDE

Especialista en medicina natural. Director de Master Salud. Cambrils (Tarragona). Tel: 677 700 457
E-mail: juan@bioenergetica.org; www.bioenergetica.org

¿Por qué cura la luz?

Es la primera y principal fuente de energía que existe en el Universo. La palabra luz es sinónimo de curación física y espiritual. Todo está regido por una dualidad universal: luz y oscuridad; calor y frío; nacimiento y muerte y nuestro organismo lo refleja desde el metabolismo de nuestras células.

¿Cómo lo consigue?

Las transmisiones intercelulares en el sistema nervioso se realizan mediante estímulos de luz. El ser humano es un sistema en permanente flujo de informaciones que trata de mantener el equilibrio. Cuando esa "información" no es asimilada por el organismo se rompe el equilibrio. La curación consiste en la "reprogramación" tratando de que llegue la luz más apropiada. Lo primero es establecer el déficit cromático de la persona que se relaciona con su estado emocional; luego, con la persona acostada y relajada se dirige el haz de luz del aparato durante unos minutos a los meridianos energéticos donde debe ejercer su acción. La luz penetra y estimula el sistema orgánico para sanar.

Según tu temperamento

- ▶ Si tu manera de ser es melancólico, tiendes a ser reservada, poco risueña, te falta energía o si te abates fácilmente; sin duda tu color es el azul, pero tienes que ser tratada con el color rojo.
- ▶ Si eres colérica, muy excitable, demasiado autosuficiente y algo

hiperactiva, tu color es el rojo, pero el azul te calmará.

- ▶ Si tu temperamento es sanguíneo, alegre, optimista, positivo, personificas al Sol en su cenit y tu color es el amarillo. No obstante, si necesitaras tratamiento se optaría por el verde.

La cromoterapia aplica un color para cada enfermedad:

▶ **EL ROJO** es energizante. Con él se tratan: alteraciones circulatorias, anemia, resfriados, parálisis. Es el color del corazón, los pulmones y los músculos. Adecuado para heridas no supurantes e inflamaciones, tos crónica, asma, problemas de laringe, eccema húmedo.

▶ **EL VERDE** es relajante y desintoxicante: para jaquecas, alteraciones de la presión sanguínea, enfermedades de corazón, inflamaciones de las articulaciones, problemas oculares y también diabetes.

▶ **EL AMARILLO** simboliza el Sol en su cenit y la agilidad. Se conecta con la parte izquierda del cerebro, por lo

que es indicado para tratar niños con problemas de aprendizaje y dislexia. Se aplica también para todo lo que tenga relación con la linfa (líquido que recorre el organismo), con la toxicidad, con el intestino, la vesícula biliar y problemas de piel.

▶ **EL COLOR AZUL** tiene poder calmante. Sus propiedades son antibacterianas y se uti-

liza para fiebres, varicela, sarampión, afonía, dentición, palpitaciones, inflamaciones de los ojos o intestinales, dolor de muelas, insomnio y, además, menstruaciones dolorosas.

▶ **EL NARANJA**. Mezcla del amarillo y rojo, simboliza el sol naciente. Se utiliza para la depresión y la tensión baja. Trata el asma, el reumatismo crónico, inflamaciones de los riñones e interrupción de la menstruación.

▶ **EL VIOLETA** es un color místico, especialmente importante para la inspiración y la intuición. Purifica la sangre. Se aplica en desórdenes nerviosos y mentales. Incide también sobre las anomalías del cuero cabelludo como la caspa y la caída capilar. ■

des- preocúpate

No hacer nada, a veces, es más productivo que hacer demasiadas cosas a la vez.



hay otra forma de
tomarte la vida.

des- cafeinado

sabor único,
suave y cremoso.