

Testul culorilor ([Luscher Quiz](#) >> [Culorile si caracterul](#))

Potrivit orientarilor, alegerea unei perechi de culori poate spune multe despre o persoana: complexe, temeri, posibilitati. Pentru a verifica acest lucru, asezati in fata dumneavoastra 8 creioane colorate: rosu, roz, verde inchis, verde deschis, galben, portocaliu, albastru deschis, albastru inchis si alegeti doua dintre ele.

Urmariti apoi comentariile din dreptul fiecarei perechi de culori. Pentru a simplifica lucrurile, retineti mai intii prima culoare aleasa de dumneavoastra, dupa care urmariti asocierile cu celelalte culori.

Rosu si roz

Sinteti persoane foarte energice si considerati ca oamenii puternici pot schimba realitatea imediata, pot influenta relatiile dintre oameni. Va place sa fiti inconjurat de lume si mai ales sa va ascultati vorbind. Nu uitati insa ca uneori este important si sa-i asculti pe altii. Apoi, daca va uitati mai atenti in jurul dumneavoastra, s-ar putea sa constatatati de fapt ca transformarile totale nu-i sint de folos nimanei, eventual poate doar... dvs.

Rosu si galben

Sinteti nascuti pentru a invinge, de aceea aveti nevoie sa auziti des cuvinte de admiratie la adresa dumneavoastra, aveti nevoie sa fiti etalon pentru ceilalti. In pofida acestui lucru, in anumite situatii dificile, va puteti pierde. Natura v-a inzestrat cu multe daruri, dar pentru asta trebuie sa-i fiti doar recunoscatori, nu sa va infumurati peste masura.

Rosu si verde

Sinteti intelepti, dar doriti prea mult sa atingeti idealul. Va controlati permanent actiunile si va ginditi in permanenta cum trebuie sa reactionati, ce trebuie sa spuneti in anumite situatii si mai ales la ceea ce vor spune ceilalti. Ginditi-va insa ca oricum nu puteti rezolva toate problemele si in acelasi timp nu puteti fi pe placul tuturor. Chiar si imperfectiunea isi are farmecul ei, nu-i asa?

Rosu si albastru inchis

Sinteti in permanenta incordati, dar de vina sinteti doar dumneavoastra insiva, deoarece treceti brusc de la o stare la alta: ba sinteti prost dispusi, ba veselia dumneavoastra nu are limite; ba nu aveti chef sa faceti nimic, ba va apucati de prea multe. Nu vi se pare ca sinteti prea pretentiosi fata de dumneavoastra insiva? Si apoi nu uitati un lucru: lumea tot nu se poate schimba, oricite eforturi ati face. Incercati mai bine sa va relaxati si va va fi mult mai bine.

Rosu si verde deschis

Faceti parte din categoria celor care cred ca totul ar putea fi mai bine in jur, cu conditia ca fiecare sa depuna mai mult efort. Numai ca doriti ca acest lucru sa se intimple foarte repede, asa ca percepeti orice intirziere ca pe o catastrofa mondiala. Nu uitati insa ca in natura procesele mai lente sint si cele mai stabile, asa ca nu mai grabiti lucrurile, deoarece riscati sa va imbolnaviti.

Rosu si albastru deschis

Orice poveste frumoasa se termina intr-o zi, asa cu se termina concediul, vacantele, sarbatorile. Dumneavoastra aveti insa tendinta de a le prelungi, asa ca daca acest lucru nu se intimpla, deveniti apatici. Incercati sa fiti insa mai rationali. Si nu uitati un lucru: cind se termina o poveste, neaparat urmeaza alta.

Rosu si portocaliu

Dumneavoastra iubiti lumea intreaga, asa ca va consumati toate fortele, pe dumneavoastra insiva chiar, fara a cere nimic in schimb. Incercati sa va ginditi putin: oare merita sa faceti atitea sacrificii si eforturi, cind nu toata lumea apreciaza acest lucru?

Roz si verde inchis

Sinteti o persoana extrem de individualista, care incearca sa fie tot timpul top, fie ca este vorba de imbracaminte, fie ca este vorba de viata in general. De aceea nici nu acceptati imbracamintea standard sau viata ca a tuturor celorlalti din jur. Ginditi-va insa ca mai exista si alte culori, nu numai cele foarte exotice; incercati apoi sa vedeti daca nu cumva si lucrurile cele mai obisnuite pot fi interesante si frumoase.

Roz si galben

Timizi nu s-ar spune ca sinteti, minte si imaginatie, slava Domnului, asa ca puteti stabili usor contacte cu ceilalti si in plus, sinteti bine perceputi in orice companie ati fi. Pentru dumneavoastra insa, libertatea este mai presus ca orice, asa ca va simtiti incorsetati, indiferent de ceea ce intreprindeti. Incercati totusi sa va mai frinati un pic aceasta dorinta de prea mare libertate.

Roz si albastru inchis

Pentru dumneavoastra este foarte important sa ramineti singuri, deoarece numai asa simtiti ca va odihniti. Dupa aceea puteti relua discutiile, chiar disputele cu ceilalti. Pentru cei din jur este insa greu sa va inteleaga, sa inteleaga desele dvs. schimbari de comportament. Incercati sa vorbiti deschis cu cei apropiati in special, carora le puteti spune temerile, nelinistile care va incearca. Vetii constata ca totul se simplifica in acest fel, iar dvs. va veti simti mult mai bine.

Roz si portocaliu

Va intereseaza oamenii in general si nu amanuntele din biografiile lor. Apoi, sinteti cetadini convinsi, deci va simtiti bine numai intr-un oras, iar spatiile largi geografice nu va fascineaza prea mult. Este adevarat, celor din jur le face placere sa se intretina cu dumneavoastra, insa mergeti cam departe cu altruismul. Incercati sa va acordati mai mult timp pentru dvs. insiva, sa va ascultati si propriile dorinte, deoarece aveti nevoie de acest lucru.

Roz si verde deschis

Sinteti persoane interesate de absolut orice. Pentru ca sinteti curiosi peste poate, vreti sa stiti absolut tot, fara a omite nici un amanunt. Daca ceva se petrece in absenta dvs. va simtiti mintiti, tradati, inselati. Incercati sa va mai temperati curiozitatea care va aduce neplaceri si va veti simti mult mai bine.

Roz si albastru deschis

In general va straduiti din rasputeri ca lumea sa fie la picioarele dvs. Sinteti preocupati de tot ceea ce e nou si vreti sa primiti cit mai multe informatii. Desi aveti aceste preocupari, ceea ce este profund va sperie, de aceea preferati sa tratati doar problemele mai simple. Ar trebui sa stiti totusi ca nu puteti face asta tot timpul si ca e necesar sa va insusiti totusi ceva fundamental.

Portocaliu si verde deschis

Sinteti gata sa iubiti intreaga lume si asta dintr-o data. Sinteti persoane deschise, vesele si oricine are incredere in sinceritatea dvs. Acest lucru va poate ajuta mult in viata, insa aveti un defect: regulile, de orice fel ar fi ele va plictisesc, iar oamenii inteligenti vi se par fiinte plictisitoare.

Portocaliu si albastru deschis

Dumneavoastra nu va prea place sa clarificati lucrurile. Deoarece aveti un fel de a gindi aparte, gasiti noi cai, uneor chiar neasteptate, de a rezolva anumite situatii. Nu uitati insa ca exista situatii in care mentinerea unor traditii este cit se poate de fireasca.

Portocaliu si verde

Pentru dvs. ceea ce este cu adevarat important este armonia, de aceea sinteti gata sa va dedicati imbunatatirii relatiilor acasa, la birou, in societate. Desi sinteti foarte echilibrati, uneori pot aparea situatii cind este imposibil sa gasiti un compromis si atunci trebuie sa incercati sa luati lucrurile ca atare. Daca de exemplu stiti ca o persoana va dusmaneste, fiti gata sa o priviti fara retineri in fata.

Portocaliu si galben

Nu stiti ce inseamna pesimismul, deoarece reusiti sa fiti intotdeauna bine dispusi. Odata si odata, este posibil sa aflati ce inseamna durerea si tristetea si faptul ca, numai invingind greutatile, va puteti bucura din nou de viata. Neplacerile trebuie nu trebuie numai evitate, ci si invinse.

Albastru inchis si verde inchis

Cunoasteti bine care este sensul vietii si care va este rostul in viata. Amintiti-va totusi ca seriozitatea nu este intotdeauna potrivita si invatati sa va mai si bucurati in viata. Daca veti reusi acest lucru, multe probleme isi vor gasi rezolvarea mult mai usor.

Albastru inchis si albastru deschis

Reusiti intotdeauna sa va creati minunate paradisuri, dar nu va puteti construi propria viata. Incercati totusi sa mai coboriti un pic si pe pamint.

Albastru inchis si verde deschis

Sinteti usor mistici si sinteti atrasi de tot ceea ce e invaluit in mister. Incercati sa va indreptati atentia si fata de lucrurile care v-ar putea bucura. Trebuie doar sa va invingeti frica.

Albastru inchis si galben

Alegeti intotdeauna lucruri contradictorii si oameni nepotriviti, mai ales din cauza ca doriti sa cunoasteti viata sub diferite unghiuri. Poate de aceea nu va sperie nici un fel de schimbari. Incercati totusi sa va opriti la ceva concret si va va fi mai usor.

Albastru inchis si portocaliu

Este greu sa va multumeasca cineva sau ceva, deoarece in general nu va convine nimic. Nu mai vorbim de o critica directa, care din punctul dumneavoastra de vedere este inadmisibila si mai ales jignitoare. Ar trebui totusi sa tineti cont de faptul ca exista situatii in viata cind se cere o rezolvare pragmatica si directa si mai mult decit atat, cind trebuie sa mai si riscati un pic.

Galben si verde deschis

Nu va place sa va complicati viata. Daca ceva anume va deranjeaza, puteti schimba radical situatia, iar daca trebuie, chiar si comportamentul. Adesea va aflati in situatii dificile, dar de regula gasiti intotdeauna o cale de rezolvare.

Galben si verde inchis

Sensibilitatea, sentimentalismul va sint cu desavirsire straine. Din pacate insa, nu stiti sau nu puteti sa va bucurati cu adevarat, din suflet. Va cam place sa va plingeti singuri de mila si cel mai adesea sinteti morocanosi. Nu uitati insa ca nu e chiar asa de rau sa visati la floricele sau sa va plimbati sub clar de luna. Uneori, acest lucru este chiar recomandat.

Verde deschis si verde inchis

Va puteti afla in armonie cu dvs. insiva, mai ales ca in viata nu prea aveti parte de suisuri si coborisuri. Vi se intimpla insa sa aveti uneori nevoie de un pic de aventura, dar nu ar trebui ca acest lucru sa va sperie.

Galben si albastru inchis

Nu admiteti ca cineva sa exercite nici un fel de presiune asupra dvs., dar chiar dvs. sinteti cei care incalcati orice reguli, considerind ca sfaturile vi se dau doar pentru a va ingradi libertatea. Nu uitati ca adevarata libertate o puteti dobindi numai avind incredere in dvs. insiva. Este drept insa ca tocmai acest lucru nu-l puteti realiza.

Verde si albastru inchis

Sinteti o persoana echilibrata si acest lucru este apreciat de cei din jur. In acelasi timp insa, va izolati de restul lumii, sperind ca in acest fel sa fiti feriti de neplaceri. Ar trebui sa stiti totusi ca, uneori, pentru a invinge o greutate, trebuie sa mai si riscati.

Verde deschis si albastru inchis

Aveti cam multa incredere in inteligenta dvs. si acest lucru va poate ajuta in viata destul de mult. Uneori insa dorintele dvs. nu coincid si cu posibilitatile pe care le aveti. S-ar putea zice ca vreti sa sariti mai departe decit va tin puterile.

Cromoterapia

Facts:

1. Cromoterapia nu este o metoda noua de mentinere a sanatatii. Cu mii de ani in urma, in Extremul Orient, in China si mai ales in India, filtrele de diferite nuante, obtinute din pigmenti vegetali, erau frecvent utilizate pentru tratarea bolilor cu ajutorul luminii colorate.
2. In Evul Mediu, marii maestri ai folosirii luminii colorate au fost bizantinii cu celebrele lor vitralii, care creau jocuri feerice de nuante.
3. In prezent, studiile legate de efectele culorilor sunt tot mai bine documentate. Un intreg comert se bazeaza numai si numai pe impactul pe care il au lumina si culoarea asupra omului, fie ca este vorba despre imaginea panourilor publicitare, a produselor comestibile ori a celor vestimentare.

Tinand cont ca mai bine de 70% din impresiile pe care le retinem si care ne influenteaza psihic sunt vizuale, este explicabil de ce se acorda o atentie deosebita acestui aspect.

Ghid de utilizare a culorilor

Culorile hainelor pe care le purtam, ale hranei, ale locuintei, sunt extrem de importante si exprimabile sub doua aspecte: fie sunt expresia personalitatii fiecaruia dintre noi, fie ne influenteaza caracterul, modul de a gandi si chiar anumite procese fiziologice – aceasta a doua varianta are valoare insemnata din punct de vedere terapeutic, fiind legata de autosugestie.

1. Rosu

Inseamna vitalitate, dinamism si actiune. Fiind o nuanta calda, puternica, intensa, energizanta, este indicata in cazul asteniei, a racelii sau gripei, a durerilor reumatice, a anemiei s.a. In plan psihic, rosul stimuleaza trairea unor sentimente pozitive – nu degeaba este culoarea asociata iubirii patimase...

Respingerea acestei culori: semnifica fragilitate launtrica, teama de actiune si de influentele mediului inconjurator.

2. Portocaliu

Este considerat, unanim, culoarea veseliei si a bunei dispozitii. Mai putin agresiv decat rosul, oranjul este un antidepresiv si un regenerant ideal, recomandat pentru starile de oboseala, anxietate, stres si dezamagire. De asemenea, se recomanda in tratarea astmului, a tusei iritative, a febrei, a variatiilor de tensiune arteriala, a spasmofiliei si nu numai. Este indicat in mod special pentru depasirea inhibitiilor, a unor obsesii si a tulburarilor sexuale.

Respingerea acestei culori: exprima obedienta, reprimare a intentiilor naturale, pudoare excesiva, frustrare.

3. Violet

Unul dintre secretele geniului lui Leonardo da Vinci a fost lumina violeta, rezultat al filtrarii razelor soarelui de amiaza prin draperiile camerei sale, in care petrecea mult timp inainte de

a lucra.

Si alte personalitati au preferat aceasta culoare: marele compozitor Wagner si misteriosul conte de Saint-Germain, cunoscut pentru inzestrarile sale intelectuale si spirituale deosebite – a facut valva la vremea lui prin vindecările miraculoase si prin influenta pe care o exercita in cercurile politice si nu numai.

Violetul intareste sistemul imunitar, mareste amplitudinea respiratiei, regleaza activitatea cardiaca. Este recomandat si in cazul tulburarilor de vedere, dar si impotriva cistitei, a crampelor musculare si... atentie fetelor... a celulitei! Simbolizeaza apropierea de latura spirituala a vietii, aparitia inspiratiei, dinamizarea intuitiei.

Preferinta pentru nuantele clare de violet, indica o natura sincera, inocenta si intelepciune.

Respingerea acestei culori: reprezinta dezamagire, delasare, alienare, teama de a socializa, obsesia deziluziei.

4. Verde

Este, prin excelenta, culoarea vietii, a regenerarii, a vindecarii si a concilierii contrariilor. Acum, cand primavara ne inunda efectiv cu aceasta culoare, este momentul sa profitam din plin de efectele sale. Verdele se recomanda atat pentru migrene, alergii, hipertensiune, gripa, nevralgii, insomnie, cat si pentru tumori benigne sau chiar boli de cancer.

Induce stari de relaxare, flexibilitate in gandire, perseverenta, diplomatie si multumire generala.

La toate culorile, dar la verde in mod deosebit, exista diverse nuante care sunt sensibil diferite intre ele, actionand in mod diferit si asupra organismului sau a psihicului:

a) verde crud – este regenerant, dinamizant, induce o stare de expansivitate. Combate afectiunile cronice, intoxicatiile si pesimismul.

b) verde profund – calmant, este un adevarat balsam in tratamentul gastritelor si al starilor de iritare psihica.

c) verde foarte inchis – specific vegetatiei din zonele umbroase si umede, este o nuanta care conserva si favorizeaza acumularea. Indicat pentru revitalizare, anemie, lipsa unor minerale.

Respingerea acestei culori: semnifica rigiditate intelectuala, reactii ostile fata de noi valori, inadptabilitate, intoleranta, fanatism.

5. Albastru

Nu exista un elixir mai bun pentru suflet decat ridicarea privirii catre albastrul cerului. Aceasta este, prin excelenta, culoarea aspiratiilor inalte, a libertatii launtrice, a calmului, a iubirii altruiste, lipsite de gelozie si posesivitate.

Albastrul stimuleaza imunitatea, calmeaza febra, reduce inflamatiile, aduce liniste si optimism, avand efecte psihostabilizante. Este culoarea fidelitatii, a concentrarii si a seriozitatii. Este considerata nuanta antisoc – actioneaza contra starilor de isterie, a labilitatii psihice si a apoplexiei.

Respingerea acestei culori: denota frustrare, dezechilibru afectiv, egoism, teama exteriorizării sentimentelor.

Excesul de albastru: s-a demonstrat că expunerea îndelungată la lumina albastră și, mai ales, interioarele de această nuanță induc stări de oboseală, tristețe și depresie. De asemenea, s-a constatat că cei care poartă lenjerie intimă albastră suferă, în timp, de diminuarea vitalității și de anumite forme de astenie.

6. Galben

Galbenul indică o serie de calități, cum ar fi luciditatea, stăpânirea de sine, simțul onoarei, optimismul și dragostea de viață. În tradiția populară există convingerea că florile galbene sunt ideale pentru tratarea bolilor de ficat și de piele.

Cromoterapia modernă a ajuns, la rândul ei, la concluzia că această nuanță stimulează funcțiile hepatice și amplifică funcțiile trofice la nivelul pielii, normalizând totodată și digestia. Galbenul este cea mai veselă culoare din tot spectrul și semnifică perseverență, curaj, atenție și generozitate.

Respingerea acestei culori: înseamnă decepție, izolare, caracter introvertit, incapacitate de a da.

7. Alb (nonculoare)

Este simbolul tinereții și al frumuseții eterne. Albul florilor de primăvară este un adevărat izvor de pace, liniște și puritate spirituală.

Această este (non)culoarea protecției absolute, fiind utilă deopotrivă pentru prevenirea și combaterea bolilor infecțioase, endocrine și nervoase. Este foarte important de reținut că există o diferență uriasă între albul naturii și cel obținut în industria coloranților – genul de alb obsedant, “de spital”, are efect deprimant.

Respingerea albului: exprimă scepticism, lipsa pasiunii, cinism, egolatrie.

Toate aceste indicații se referă strict la nuanțele pure ale culorilor, pe care le regăsim în natură: pentru roșu – culoarea cireselor, a macilor, a fragilor; pentru oranj – rădăcina de morcov sau portocalele; pentru violet – nuanța amurgului târziu, a curcubeului; pentru galben, verde, albastru și alb – culorile primăverii.