

B l e u

Le bleu est une couleur primaire froide.

Du point de vue psychologique

Le bleu est la couleur de la compassion, des qualités maternelles et féminines. Cette couleur est aussi celle du conservatisme et du pouvoir. Les gens qui aiment le bleu peuvent être autoritaires, disciplinés et prudents dans tout. Ils aiment être en groupe et se soucient souvent des qu'en dira-t-on. Ils ont les pieds sur terre et ils mènent une vie droite et sobre. Le bleu est aussi associé à la sérénité, la paix, la sobriété et au repos. Le bleu lavande représente la noblesse et il est souvent choisi par les gens de la haute classe sociale ; on n'a qu'à penser au sang royal qui porte aussi le nom de sang bleu.

Du point de vue thérapeutique

Le bleu est une couleur froide, il a un effet contractant et antispasmodique. Il est donc recommandé dans les cas de crampes de toutes sortes. Les rayons bleus sont très fins, ils pénètrent en profondeur et peuvent ainsi contrer les maladies inflammatoires, vu leur effet apaisant. Comme c'est la couleur du repos et de la paix, le bleu est souvent utilisé en cas de surexcitation. Il est apaisant autant au niveau physique que psychique, il est efficace autant pour les maniaco-dépressifs en phase maniaque que pour les gens souffrant de pression artérielle élevée. Le bleu est efficace contre la frigidité.

Visualisation

Il est excellent de prendre un "bain" de couleur bleue. Asseyez-vous confortablement et fermez les yeux. Imaginez une boule de lumière bleu-ciel au-dessus de votre tête, laissez-la flotter un instant puis imaginez que, telle une bulle qui se crève, la lumière se répand sur vous et à l'intérieur de vous. Remplissez-vous de bleu et profitez de ses vertus apaisantes et douces. La couleur bleue purifie le mental.