

## ว่าว...สีช่วยบำบัดโรคได้

นำเสนอเมื่อ : 3 มี.ค. 2552

วันนี้ชวนคุณเติมพลังให้ชีวิต ด้วยสีบำบัด...ว่าว...เรื่องนี้น่าสนใจมากมายเลยละ  
รูแล้วต้องขยาย ลองนำไปใช้ดูนะค่ะ...

.....

### สีแดง

เป็นสีที่แสดงถึงการเคลื่อนไหว เป็นสีแห่งความอบอุ่นให้พลังในการบุกเบิก  
การริเริ่มสร้างสรรค์แสดงออก เนื่องจากสีแดงเป็นสีที่ร้อน จึงทำให้คนที่ชอบสีแดงเป็นคนกระฉับกระเฉง  
กระปรี้กระเปร่า ไม่อยู่นิ่ง สีแดงมีผลต่อร่างกาย ช่วยให้ออร์โมนอะดรีนาลีนทำงานได้ดี  
สร้างฮีโมโกลบินให้กับเซลล์เม็ดเลือดแดงและช่วยให้ระดับความดันโลหิตเป็นปกติ  
ทำให้ร่างกายอบอุ่นกระตุ้นระบบประสาทให้ตื่นตัว ลดอาการเฉยชา และรักษาอาการซึม  
มีประโยชน์มากสำหรับผู้ที่ภูมิคุ้มกันต่ำ เนื่องจากสีแดงเปรียบเสมือนยาชูกำลังให้คนเหล่านี้

แดงบำบัด เมื่อคุณไม่สบายหรือรู้สึกหนาว ให้คุณใส่ถุงเท้า ผ้าพันคอ หรือเสื้อสีแดง  
จะช่วยให้คุณรู้สึกอบอุ่นขึ้น อีกวิธีหนึ่งที่จะช่วยให้คุณได้รับความอบอุ่นและพลังจากสีแดง คือ การกำหนดลมหายใจ  
ทำสมาธิ และเพ่งไปยังวัตถุสีแดง...

### สีเหลือง

เป็นสีที่สว่างที่สุดในบรรดาสีร้อนต่างๆเป็นสีที่ถือว่าเป็นตัวแทนแห่งดวงอาทิตย์  
มีผลต่อร่างกายช่วยให้ระบบประสาท กล้ามเนื้อหัวใจ และระบบหมุนเวียนโลหิตทำงานได้ดี  
ช่วยกระตุ้นการทำงานของอวัยวะต่างๆในร่างกาย เช่น ตับ กระเพาะปัสสาวะ ทำให้การหลั่งน้ำย่อยทำงานได้ดี  
ลดอาการท้องผูก บรรเทาอาการปวดตามข้อ ช่วยให้แคลเซียมสวนเกินที่เกาะอยู่ตามข้อต่อสลายตัว  
กระตุ้นการทำงานของตับและไต ช่วยขับเมือกต่างๆออกจากร่างกาย ทำให้หลอดเลือดสะอาด แร่ธาตุบางชนิด เช่น  
ไอโอดีน ฟอสฟอรัส ทอง และซัลเฟอร์ ต่างก็มีพลังของสีเหลืองด้วย

เหลืองบำบัด การรับสีเหลืองเข้าสู่ร่างกายทำได้โดยนั่งสมาธิเพ่งไปยังวัตถุที่เป็นสีเหลือง  
หรือนั่งตากแดดอ่อนๆยามเช้า ก็เป็นการรับสีเหลืองเข้าสู่ร่างกายอีกวิธีหนึ่ง

### สีส้ม

พลังที่ได้รับจากสีส้มจะคล้ายกับสีแดงและสีเหลือง คือ ช่วยกระตุ้นให้ระบบหมุนเวียนโลหิตทำงานได้ดี  
ช่วยให้จังหวะการเต้นของหัวใจเป็นปกติ มีประโยชน์ต่อระบบทางเดินหายใจ ทำให้หายใจได้คล่องขึ้นและลึกขึ้น  
สีส้มจะมีผลต่อภาวะจิตใจ ระบบประสาท ระบบการหายใจ สีส้มเป็นสีที่ให้แคลเซียม  
ดังนั้นหญิงมีครรภ์หรือมารดาที่ให้นมบุตรจะได้รับคำแนะนำให้ใช้สีส้มเพื่อกระตุ้นการหลั่งของน้ำนม  
ช่วยให้กระดูกและฟันแข็งแรง

สัมผัส การสัมผัสเข้าสู่ร่างกายทำได้โดยการสวมใส่เสื้อผ้าที่มีสัมผัส  
โดยเฉพาะอย่างยิ่งช่วงกลางลำตัวจนถึงช่วงขา เนื่องจากสัมผัสจะส่งผลต่อการทำงานของกระเพาะอาหาร ตับอ่อน  
กระเพาะปัสสาวะ และปอด ช่วยไหลลมและขับแก๊สออกจากร่างกาย...

## สีเขี้ยว

สีเขี้ยวเป็นสีที่ทำให้อารมณ์สงบ ทำให้ตัดสินใจเรื่องต่างๆได้อย่างสุขุม รอบคอบ ยุติธรรม  
สีเขี้ยวเป็นสีที่มีผลต่อระบบประสาทอิสระ มีคุณสมบัติในการช่วยให้ประสาทผ่อนคลาย  
ช่วยลดอาการตึงเครียดและลดระดับความดันโลหิตให้ต่ำลง สีเขี้ยวจะทำหน้าที่เหมือนพลังสมดุล  
จึงเป็นสีที่ช่วยลดอาการกลัวอันเกิดจากการกระทบกระเทือนทางจิตใจ  
ช่วยให้หายตกใจและรักษาอาการของคนที่เป็นโรคกลัวที่แคบได้  
แต่ถ้าใช้สีเขี้ยวในทางที่ผิดจะทำให้เกิดอาการวงเหงาหวานอ่อน ร่างกายเหนื่อยอ่อนและหงุดหงิดง่าย

เขี้ยวบำบัด หากคุณเกิดอาการแน่นหน้าอก คัดจมูก  
ให้คุณลองหายใจเอาสีเขี้ยวเข้าสู่ร่างกายโดยการเพ่งไปยังวัตถุที่มีสีเขี้ยว คุณจะรู้สึกว่่าปอดของคุณขยายตัว  
และหายใจได้สะดวกมากขึ้น ถ้าคุณมีเวลามากพอ  
ขอแนะนำให้คุณไปพักผ่อนตามสวนสาธารณะหรือตามชายหาดเพื่อสูดอากาศบริสุทธิ์เข้าสู่ร่างกาย  
และคุณจะรู้สึกว่่าร่างกายสดชื่นและแข็งแรงขึ้น...

## สีฟ้า

สีฟ้าเป็นสีที่เย็นทำให้จิตใจสงบและผ่อนคลายใช้ในการรักษาไข้  
สีฟ้ามีคุณสมบัติในการลดความร้อนและอาการอักเสบต่างๆเช่น รอยไหมที่เกิดจากแดดเผา เป็นต้น  
สีฟ้าจะช่วยลดอาการตึงเครียด อาการปวดศีรษะ บรรเทาอาการต่างๆ ที่เกิดจากกล่องเสียง เช่น อาการไอ  
ต่อมทอนซิลอักเสบ คออักเสบและเสียงแหบ และลดอาการระคายเคืองได้

ฟ้าบำบัด สีฟ้ามีผลต่อหญิงสาวในขณะที่มีประจำเดือนจะช่วยลดอาการปวดประจำเดือนลงได้  
โดยให้คุณสวมชุดนอนสีฟ้า กางเกงในสีฟ้า เสื้อคลุมอาบน้ำสีฟ้า ผาเช็ดตัวสีฟ้า หรือนอนในห้องนอนสีฟ้า...

## สีม่วง

สีม่วงเป็นสีที่เกิดจากการผสมกันระหว่างสีฟ้ากับสีแดง  
สีม่วงเป็นสีที่เกี่ยวข้องกับการทำหน้าที่ของต่อมไทมัส ช่วยเยียวยาสมองที่ถูกกระทบกระเทือน โรคลมบ้าหมู  
และอาการผิดปกติทางประสาทหรือจิตใจ เช่น ความผิดปกติที่เกิดจากความกดดัน และอาการทรงตัวไม่อยู่  
นอกจากนี้ยังช่วยบรรเทาอาการปวดประสาท บรรเทาอาการที่เกิดกับ ตา หู จมูก...

ม่วงบำบัด ถ้าสายตาของคุณอ่อนล้าจากการดูทีวีหรือจ้องหน้าจอคอมพิวเตอร์เป็นเวลานาน  
ให้คุณพักสายตาประมาณ 15 นาที จากนั้นเพ่งไปยังวัตถุที่เป็นสีม่วง จะช่วยให้การเคลื่อนไหวของสายตาดีขึ้น  
และช่วยให้สายตาแข็งแรงขึ้น

ได้ผลอย่างไร อย่าลืมนำมาแบ่งปันให้สมาชิกทราบด้วยนะคะ.....

ด้วยความปรารถนาดีจิราภรณ์ หอมกลิ่น  
ขอบคุณข้อมูลจากลิโกดอทคอม

