



Orange



色の専門家に聞きました。

色を使いセラピー（心理療法）を行う専門家に、色や色の意味、効果、そしてその色を使ったセラピーについて伺いました。



色について

カラーセラピストのアンジェラさんに、色について、またその色が日常生活でどのような役割を果たしているのか伺いました。



アンジェラ・ブークウアウト
Angela Burchardt

www.angelaburchardtcelebrant.com.au

約15年前にシドニーでカラーセラピーを学び、オーストラリア各地を周った後、現在はゆかりのあるパースの地で、セラピストとして活動を行っている。



そのエネルギー（波動）は、日常生活でどのように取り入れられるのですか？



「色からの波動と呼応するためには、色の特徴を知ってください。色にはそれぞれ意味があり、それを知った上で色を意識して日々の生活を心掛けると、エネルギーを感じることができます。もちろん、色の意味は基本的な情報だけで充分だと思います。例えば、リラックスしたい時には豊かな木々を連想する緑色、疲れている時には太陽の黄色などといったことだけでも生活に取り入れられます」



カラーセラピーのカウンセリングをするアンジェラさん。



最初に、色とは何だとして自身では解釈されていますか？



「私たちの周りにはたくさん色が存在しますが、その色にはそれぞれ波動があります。世の中に存在するものは、すべて固有の波動をもっています。この波動とは、原子レベルの振動です。この振動が「波動」と呼ばれているもので、いわゆるエネルギーと称している人もいますが、色も同じく波動をもっていますので、そのエネルギーが私達と影響し合っていると思っています」

Red