

# カラー コンサルティング 人とモノのブランディング

『私達は色のシャワーを浴びて暮らしている!』

## ◆真っ青な世界へ

蝉の鳴き声が賑やかになる頃、子供たちが楽しみにしている夏休みが始まります。7月22日の大暑(たいしよ)前後には梅雨もすっかり明け、強烈な太陽の日差しとともに海の季節へと・・・本格的な夏と言いたいところですが暦の上では、早くも8月7日には立秋(りっしゅう)秋の気配が忍び寄ってきます。子供の頃、夏休みってとても楽しみですごく長い気がしていたのですが、大人になってみるとあっという間ですね(笑)。

この頃の日本のお付き合い行事のひとつに「お中元」があります。これは、古代中国から伝わった道教の「三元」が由来で、1月15日、7月15日、10月15日のことをいい、7月15日を「中元」として半年間の無事を祝い、祖先の供養をしました。現代では、この中元の時期とお盆の行事が結び合わさり、日本独特の贈り物の風習として、「お中元」となったそうです。

↓↓↓お問い合わせはこちらからお願いします

Instagram

Facebook

HP



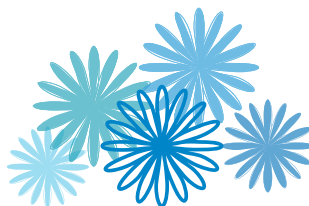
カラーコンサルティング MICHEL <https://ameblo.jp/michel925>  
(一社) カラータイプ協会マスターインストラクター 山本邦子



### 山本 邦子

カラーコンサルティング MICHEL 代表  
大阪市船場生まれ育ち 奈良在住  
本気の夢実現を応援するカラーコンサルタント歴18年  
色彩心理をベースにした「カラーコンサルタント」として  
企業での研修やシニア大学の講師を務める

- \* カラータイプ®協会マスターインストラクター
- \* カラーアナリスト
- \* 心理カウンセラー
- \* 数秘マスター
- \* (公財)日本スポーツ協会公認コーチ2
- \* セミナー・研修講師 / 色彩心理 /  
相互理解とコミュニケーション / ブランディング
- 2020年ミスグレート世界大会委員
- 2020年ミスユニバース奈良代表講師



## ◆チャクラとは

チャクラとは、サンスクリット語で円や円盤、車輪を表し、気やエネルギーの出入りするステーションのことを言い、私が学んだイギリス生まれのカラーセラピー aura-soma® では頭頂部の少し上にあるチャクラを含め8箇所としており、東洋医学では、7箇所をチャクラとされています。

チャクラはヨガや瞑想、インドのアーユルベータや東洋医学的なセラピーやヒーリングを受ける時にとても重要視されている部分で、ここに意識を集中し、チャクラを開き活性化することで、体外から良いエネルギーや気を取り入れることができ、心身ともに健康になると言われています。所謂、未病と言われる心身の不具合はこのチャクラのバランスが崩れている状態です。また、チャクラはその箇所ですべて特定の波長を持つ色とリンクしています。

普通の人には見ることはできませんが、サイキックな能力のある人によると虹の7色とマゼンタ色から構成されているそうで、はっきりとした境界線があるわけではなく、図1のようなグラデーションになっています。

それぞれのチャクラにはそれぞれの役割があり、第1から第5のチャクラは肉体、第6のチャクラは精神、第7、第8のチャクラは霊性や宇宙意識に関係しているとされています。それでは順番にチャクラの説明をしていきましょう！

## ◆第1チャクラ

「ルートチャクラ」と呼ばれ、8つのチャクラの中で最も地面に近く体の基本となるもので、大地と身体を繋ぎ、しっかりと地に足をつけて現実を生きるためのパワーを与えてくれるグラウンディングエネルギーのチャクラです。このチャクラの回転が遅くなったり、閉じていたり、チャクラの色が曇ると体を重く感じ、人生に価値を見いだせず、何事にも無気力になってしまうと言われています。活性化すると大地のエネルギーが体内に引き上げられ、生命力や気力UP、自分の意志で行動し、チャレンジ精神に満ち、しっかりと生きることができるようになります。

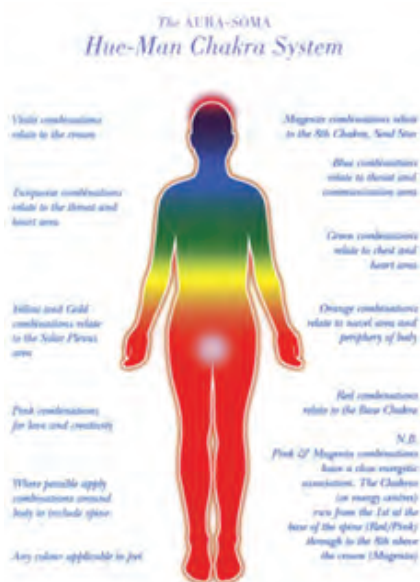
チャクラを活性化高めるには、アーシングと呼ばれる地面や砂浜を裸足で歩くことや、自然の中をハイキングしたり、外でお昼寝したりと言った大地とつながる感覚を大切にしましょう。農作業、ガーデニング、などの土いじり、体に良いオーガニックな食べ物を食べることも効果があります。

## ◆第2チャクラ

性のチャクラ「セクラルチャクラ」と呼ばれ、丹田（へそ下約10cm）にあり、第一チャクラで汲み上げた生命エネルギーを体内の各所に送り込む役目を持っています。生殖器や膀胱、生きる喜びや魅力にも関係し、情緒のバランスや、喜び、セクシャリティにも影響を与えます。男性は男性らしく、女性は女性らしくといった魅力を引き出すためのチャクラでもあります。

それらを高めるためには、瞑想やアフメーション、アロマセラピーが効果的です。第2チャクラに意識をフォーカスし、体がオレンジ色の光に包まれるのを感じながら瞑想しましょう。アフメーションでは「私は魅力的です」など肯定的で具体的な言葉を唱えながら、行ってみましょう。このチャクラが活性化して開くと、感情の幅が広がり、創造性や表現力が高まり明るく魅力的な人として周囲の人気者になります。

逆に第2チャクラが閉じてしまうと、自分の存在が希薄に感じてしまうため感情的に不安定な人間になってしまい、本能のままに自己中心的行動したり、自虐的で自暴自棄になってしまうかもしれません。



チャクラチャート

	位置	対応カラー
第1チャクラ	骨盤から下、生殖器	レッド
第2チャクラ	仙骨、下腹部	オレンジ
第3チャクラ	胃、太陽神経叢	イエロー
第4チャクラ	胸の中心、ハート	グリーン
第5チャクラ	喉の中心	ブルー
第6チャクラ	眉間、第3の目	ロイヤルブルー
第7チャクラ	頭頂部	ヴァイオレット
第8チャクラ	頭頂部より少し上	マゼンタ