



CIVICO ISTITUTO PARITARIO  
TECNICO PER LE ATTIVITÀ SOCIALI  
PROFESSIONALE PER L'INDUSTRIA E L'ARTIGIANATO  
“DUCHESSA DI GALLIERA”  
GENOVA

IL COLORE

Tesina di:

MANARA VANESSA

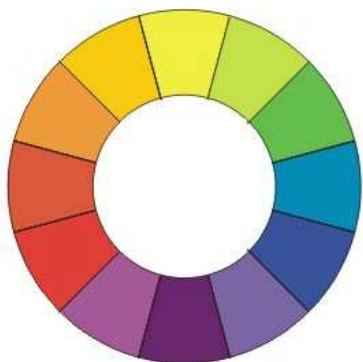
Classe 5<sup>a</sup> B Indirizzo PROFESSIONALE

Anno scolastico **2006/2007**

# *Sommario*

<b>INTRODUZIONE.....</b>	<b>3</b>
<b>EUGENIO MONTALE.....</b>	<b>5</b>
BIOGRAFIA.....	5
POETICA.....	6
OPERE.....	7
<b>LA GUERRA CIVILE RUSSA.....</b>	<b>12</b>
<b>VASILIJ KANDINSKIJ.....</b>	<b>15</b>
BIOGRAFIA.....	15
OPERE.....	18
<b>VALENTINO.....</b>	<b>21</b>
BIOGRAPHY.....	21
<b>EFFETTI PSICOLOGICI DEI COLORI NELL'AMBITO DELLA MODA.....</b>	<b>23</b>
COLORI E ABBIGLIAMENTO.....	24
<b>LA CROMOTERAPIA.....</b>	<b>27</b>
ORIGINI.....	27
COS'È.....	27
ENERGIA DEI COLORI E DELLA LUCE PER IL BENESSERE PSICOFISICO.....	29
L'ENERGIA DEI COLORI AL SERVIZIO DELL'ESTETICA.....	31
CROMOSYSTEM.....	31

# Introduzione



*Il tema trattato nella mia tesina è il “colore” perché penso che in ogni tempo e in ogni cultura abbia avuto un ruolo molto importante nella vita quotidiana di ciascun individuo. Siamo circondati dai colori e i colori accendono i sensi, la fantasia, l’immaginazione, creano emozioni.*

*I colori sono un qualcosa che appartiene a noi tutti, li sentiamo vicini, ci suscitano attrazione o repulsione. Su questi significati si innestano le mode, le tendenze, la cultura. Il gusto del colore si nutre e si arricchisce delle scoperte tecniche, del susseguirsi delle correnti artistiche, dei movimenti socio-economici. La nostra epoca è contrassegnata dal colore digitale, dalle superfici riflettenti delle costruzioni e degli oggetti, da sfumature che perdono la fissità sintetica per acquistare mutevolezza, profondità di riflessione e bagliori cangianti. Come credere che esso trovi una sua giustificata posizione attraverso le varie discipline? In letteratura e soprattutto quando si parla di poeti è naturale parlare di colore; anch’essi possiedono una loro tavolozza e usano certi colori piuttosto che altri. I poeti li amano, ne parlano nelle loro opere, li citano, li evocano, li descrivono. I tramonti, i fiori, gli oggetti, le persone, le situazioni hanno colori ben precisi. Si potrebbe cercare di scoprire quale immagine sensibile del mondo possiedono gli autori. Come spiega John Gage in quello che è forse il più bel libro sul colore “Colore e cultura” (1969) il linguaggio del colore è sia un linguaggio naturale sia un linguaggio culturale.*

*Qual è, per esempio, la tavolozza di un poeta come Eugenio Montale? Il poeta ligure è un autore fortemente visivo. Nelle sue opere il massimo di chiarezza si accompagna al massimo di oscurità, i colori sono spesso quelli del mondo animale-vegetale: albero, foglia, giglio. Nei suoi versi si parla di luce e insieme d’ombra. L’azzurro e il giallo biondo-oro degli Ossi di seppia, il verde nelle Occasioni e il contrappunto nero-rosso ne La bufera. Nell’arte, invece, chi meglio di Vasilij Kandinskij, con la sua passione per i colori puri ci rende attratti da quest’elemento? Le sue pitture simili a composizioni musicali in una straordinaria sinfonia di colori mi hanno sempre affascinato e per tanto non vi sia un soggetto reale rappresentato, ma solo fantasie di colori, trovo sia un genere di pittura molto allegro e di chiara interpretazione. Con questo non voglio dire che altri*

*pittori non siano riusciti ad affermare un'armonia di colori, ma forse Kandinskij proprio perché il primo pittore astratto ne è l'esempio migliore.*

*Parliamo dei colori nella storia, ogni nazione ha e continua ad avere il colore che la rappresenta. I colori politici, infatti, sono utilizzati per rappresentare un partito politico o un'ideologia. Nella prima guerra mondiale, in particolare nella Guerra Civile russa, squadre come le "Armate Rosse" e le "Armate Bianche" insieme ad altre squadre minori, affermarono il proprio dominio e si distinsero proprio per i loro colori.*

*Importanti sono anche i colori nel campo della moda. Sono i protagonisti per eccellenza e rivestono un compito fondamentale. Gli stilisti amano i colori, giocano, li stravolgono, inventano nuove sfumature e altrettante composizioni.*

*Durante una sfilata, la prima cosa che osservo non è tanto il taglio dell'abito ma la stoffa e il suo colore. Rimango affascinata, da come riescono ad armonizzare il tutto; probabilmente lo stesso abito, ma con una stoffa e un colore diverso, perderebbe bellezza e attirerebbe, meno. Quando noi ci rechiamo nei negozi per acquistare un nuovo capo cosa attira il nostro interesse? Personalmente penso che sia proprio quel colore, quella tinta, che ci colpisce e ci fa optare per la scelta di un capo piuttosto che l'altro. Proprio perché il nostro è un gusto del tutto personale, nella moda si parla di "psicologia dei colori", la tecnica che studia la personalità di una determinata persona in base al suo colore preferito. La percezione del colore va intesa come un evento rivelatore di una dinamica emozionale profonda, che dipende dalle caratteristiche personologiche della persona. Ho scelto di parlare di Valentino perché, oltre ad essere il mio stilista preferito, trovo unico il suo modo di usare i colori e soprattutto il colore "rosso". Le sue creazioni sono uniche ed ineguagliabili.*

*La mia tesina si conclude con l'analisi di un' altro campo in cui vengono applicati i colori.*

*Secondo la "cromoterapia" ad esempio, i colori aiuterebbero il corpo e la psiche a ritrovare il loro naturale equilibrio, e avrebbero effetti fisici e psichici in grado di calmare certi sintomi.*

# Eugenio Montale

## Biografia

*Eugenio Montale nasce a Genova il 12 ottobre 1896, da una famiglia di commercianti. Nel 1915 viene iscritto all'Istituto tecnico commerciale "Vittorio Emanuele" dove si diploma in ragioneria. Montale ha tuttavia la predilezione per la letteratura e le lingue straniere. La sua formazione è quella tipica dell'autodidatta, che scopre la propria vocazione liberamente senza i condizionamenti altrui. Nel 1916 scrive la sua prima poesia Meriggiare pallido e assorto contenuta nell'opera Ossi di seppia. Entra nell'Accademia militare di Parma dove conosce il poeta e saggista Sergio Solmi, con il quale stringe una forte amicizia, e nel 1917 è chiamato alle armi. Viene inviato come sottotenente in Vallarsa, nel Trentino. Congedato nel 1919, torna a Genova, e trascorre le stagioni estive a Monterosso, una delle Cinque Terre. Frequenta i giovani poeti e letterati liguri, tra cui Camillo Sbarbaro. Nel 1922, sulla rivista "Primo Tempo", pubblica le prime poesie. In questi anni compone Ossi di seppia, il suo libro d'esordio, pubblicato nel 1925 per le edizioni del giovane intellettuale liberal democratico Piero Gobetti. In questo stesso anno, Montale pubblica un saggio critico intitolato Omaggio a Italo Svevo, che dà un grande slancio alla sua carriera. L'anno dopo si trasferisce a Firenze, dove lavora per la casa editrice Bemporad. Nel 1928 esce la seconda edizione degli Ossi di seppia, con sei nuove poesie. Nel 1931 pubblica La casa dei doganieri e altri versi. Nel 1936 conosce Drusilla Tanzi che sarà sua compagna e poi moglie fino alla morte. L'anno dopo pubblica da Einaudi Le occasioni. Dopo la guerra Montale inizia a collaborare con il "Corriere della Sera" e ne diventa redattore nel 1948, anno in cui lascia Firenze per trasferirsi a Milano. Nel 1956 pubblica il suo terzo libro di versi, intitolato La bufera e altro, e le prose de La farfalla di Dinard. In questo periodo riceve molti riconoscimenti. Nel 1967 è nominato senatore a vita; intanto appaiono su delle riviste le poesie di Xenia, che costituiscono un capitolo importante del suo quarto libro di versi, Saturnia, del 1971. Il carattere più pro-*



*sastico e quotidiano, assunto nella sua poesia abbrevia i tempi di composizione e in soli otto anni ne escono tre: Diario del'71 e del '72 (1973), Quaderno di quattro anni (1977) e Altri versi (1981) Nel 1975 gli viene conferito il premio Nobel per la letteratura. Muore a Milano il 12 settembre del 1981.*

## Poetica

*Montale si può considerare, in Italia, il primo grande scrittore contemporaneo portavoce di un pensiero negativo, privo di ogni compensazione alternativa.*

*Il tema centrale attorno a cui ruota tutta la poesia di Montale è una visione pessimistica e desolata della vita del nostro tempo, in cui, crollati gli ideali romantici e positivistici, tutto appare senza senso, oscuro e misterioso. Il poeta è in disarmonia con la realtà da cui si sente “come assediato”. La partecipazione viva e sofferta ai momenti più tragici della nostra storia, le guerre mondiali, il fascismo, le forti tensioni politiche degli anni Settanta costituiscono l'origine del senso di angoscia e del desolante pessimismo di Montale sulla condizione umana, di quel “male di vivere” che tuttavia supera il contesto storico e assume valore universale. Al poeta, non rimane quindi, che la consapevolezza della propria dignità umana e dello sforzo di sopravvivere nell'immobile caos dell'universo.*

*Per Montale gli uomini sono oppressi dall'indifferenza della natura, che solo a tratti si “commuove” e sembra rivelarsi e concedere momenti di felicità; da qui parte lo stato d'attesa costante di questi rari “momenti di grazia”, nei quali ci si aspetta di cogliere un segno che segni la via d'uscita da questa condizione immutabile di dolore. Alla radice del pensiero negativo di Montale sta la ricerca filosofica novecentesca, che elabora una visione del mondo caratterizzata dal nichilismo e dall'isolamento dell'uomo nella storia. Nelle sue opere tuttavia non vi è mai un riferimento esplicito alla storia, ma solo una trasfigurazione del proprio sentimento in una serie di immagini e di simboli che la esprimono allusivamente. I simboli della poesia di Montale evocano stati d'animo e momenti dell'esistenza individuale in cui pare rispecchiarsi la vita di tutti gli uomini: il mare ad esempio rappresenta la vita autentica, l'agave significa la tensione frustrata verso la vita, il girasole che è il simbolo del desiderio di pienezza vitale che anima la vita. Montale usa la tecnica del correlativo oggettivo esplicitata dal poeta anglo-americano T.*

*S. Eliot il quale sostiene che la poesia si basa su immagini che acquistano significato simbolico, perché il poeta riesce a evocare un sentimento o uno stato d'animo; queste immagini non hanno solo valore soggettivo ma il poeta riesce a conferire loro un significato universale e comunicare le proprie idee al lettore. Montale delinea un originale percorso stilistico. In forte opposizione all'espressione dannunziana, Montale sceglie un linguaggio scabro, incisivo che si rifà alla tradizione dantesca e foscoliana. Vuole riscoprire il significato autentico della parola, quello che esprime nella sua concretezza. Le parole non devono essere artificiose ma vere.*

*Montale non rifiuta il verso libero, ma concede ampio spazio ai metri tradizionali ed una musicalità molto personale, fatta anche di asprezze e raggiunta con un'attenta distribuzione di pause e accenti, una fusione insolita tra versi regolari e misure libere. Egli opera una scelta plurilinguistica: lessico molto ampio che si estende dalla tradizione letteraria alle parole esatte della tecnica, lingua talvolta di parole pietrose, neologismi o vocaboli dialettali rari o di derivazione straniera.*

## Opere

**Ossi di seppia.** *È il libro d'esordio di Eugenio Montale e fu pubblicato nel 1925. Esso comprendeva testi scritti fra il 1916 (Meriggiare pallido e assorto) e il 1924 (Mediterraneo). Nel 1928 usciva la seconda edizione, comprendente sei poesie nuove, tra cui Arsenio, uno dei capolavori montaliani. Il titolo della raccolta si ispira alla tradizione ottocentesca che ha visto nascere la poesia della desolazione e della negatività del mondo.*

*I versi del poeta sono paragonati ad aridi ossi, a cui sono negati perfino il floreale profumo della bellezza e la possibilità di portare qualche messaggio positivo. Rari sono i momenti di grazia, attraverso i quali si intravede la possibilità di una vita diversa che si manifesta con il balenare di un colore, di un'immagine naturale o anche di un ricordo, spesso legato all'infanzia. Gli ambienti che fanno da sfondo alla raccolta sono un elemento centrale per coglierne i temi di fondo: il paesaggio ligure, caratterizzato dalla scabrosità e dall'asprezza delle coste, dai colori forti e dalla luce violenta del sole di mezzogiorno, dal vento che scaglia le onde contro gli scogli e che agita le piante, è un chiaro simbolo della situazione di aridità e di disarmonia interiore che il poeta vuole*

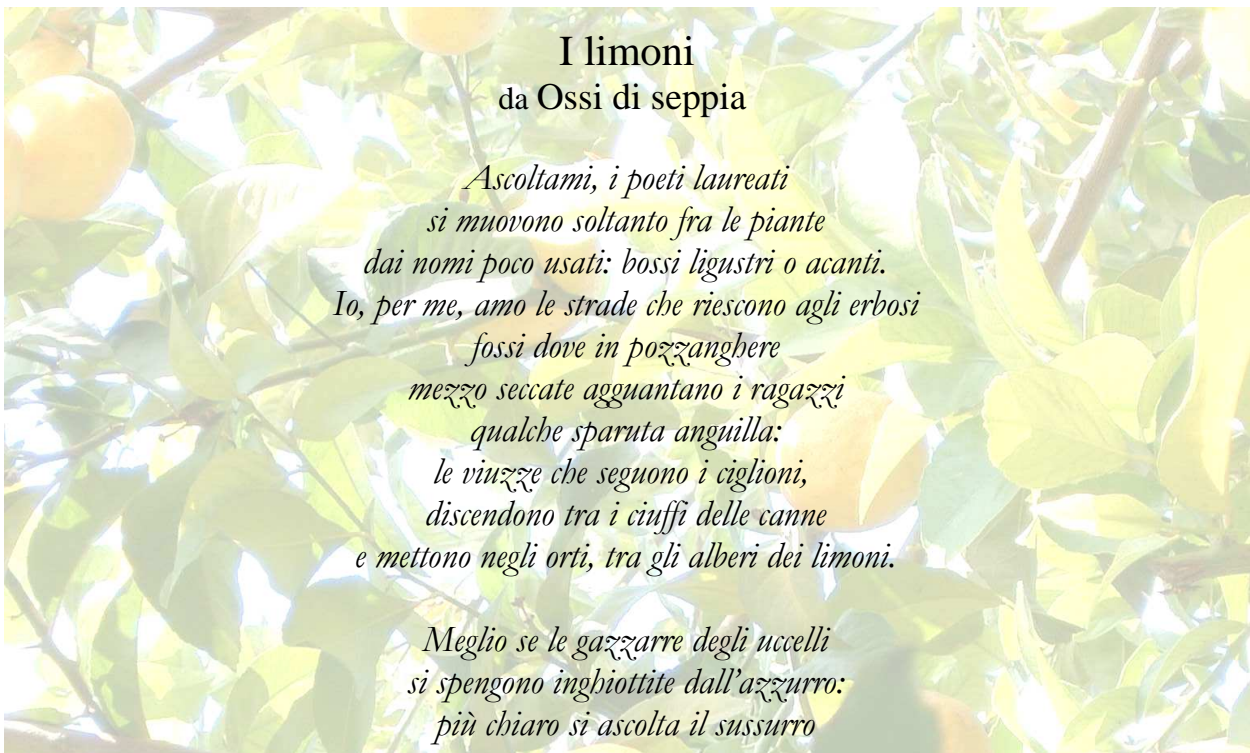
*esprimere nei suoi versi. La stessa disarmonia viene espressa a livello linguistico grazie all'uso di uno stile ricco di musicalità. Montale propone nei suoi versi un paesaggio marino e assolato ma rifugge da qualsiasi atteggiamento di estasi "panica" e canta l'impossibilità dell'immersione immemore nella natura, ovvero la sua brevità dolorosa; non attribuisce alla poesia il compito di esaltare la pienezza vitale e l'eros, ma quello di dichiarare una condizione di disarmonia e di disagio. Montale tende a dare il massimo di concretezza alle sue immagini prediligendo un linguaggio dialettale o gergale. Un secondo riferimento è la filosofia dei cosiddetti "contingentisti" francesi, Etienne-Émile Boutroux e Henry Bergson. Si tratta di una corrente spiritualistica da cui Montale trae il tema "dell'anello che non tiene", dello "sbaglio di natura", del "punto morto" che interrompe con un'improvvisa manifestazione di libertà la catena di cause ed effetti che sembra dominare tutta la natura e anche la vita umana. Questo tema è alla base di molti testi degli Ossi di seppia e rivela la sintonia tra l'opera di Montale e quella dei maggiori scrittori del primo Novecento.*

**Le occasioni.** *Nel 1939 nasce il secondo volume della poesia montaliana pubblicato a Torino da Einaudi. Il libro è suddiviso in quattro sezioni; la prima riunisce i versi più antichi ed è incentrata soprattutto su due temi: il viaggio e la donna. La seconda sezione, comprende venti brevi componimenti a carattere romanzesco: vi si delinea infatti un rapporto d'amore a distanza tra il poeta e una donna-angelo stilnovistica. La quarta sezione si apre con la celebre Casa dei doganieri e comprende 15 testi, di grande complessità, incentrati sul tema della memoria e caratterizzati a uno stile che anticipa quello difficile della Bufera. Le occasioni costituiscono la persecuzione degli Ossi e si concentrano nell'attesa dei momenti di luce, in cui si può vedere il segno di una diversa dimensione dell'esistenza. Tramite fra il poeta e un ignoto aldilà è la figura lontana di una donna, che compare nel sogno o nel ricordo e sembra indicare al poeta il cammino della salvezza, ma il clima di forte tensione che caratterizza le ultime poesie, scritte nell'imminenza della guerra, contribuisce a rendere incerto anche il rapporto con la donna: appaiono infatti visioni di morte e ogni illusione sembra ormai persa. A questa dimensione più intima e privata della poesia si accosta un paesaggio caratterizzato da una disincantata tristezza. Le composizioni si allontanano sempre di più dalla narratività e assumono un carattere allusivo e misterioso. Montale predilige analogie e simboli ambigui accostandosi all'ermetismo.*



**La bufera.** La terza raccolta fu pubblicata nel 1956. Essa comprende sette sezioni, la prima delle quali Finisterre. La bufera è anche il titolo della poesia d'apertura e allude alla tragedia della guerra. Il pessimismo metafisico del poeta, diviene in questo libro, denuncia e testimonianza della complessa poesia montaliana. La presenza di una tematica esplicitamente civile e politica provocò alcune critiche al poeta a causa dei temi. Montale propone infatti un'opera dai toni cupi e pessimistici, in un momento storico in cui prevaleva l'entusiasmo per la ricostruzione postbellica e la fiducia nel progresso. Il poeta resta legato a un'idea di poesia aristocratica ed elitaria e non vuole cedere al mito del poeta-vate. È certamente un libro difficile, che anticipa la grande svolta degli anni Sessanta, da cui nascerà l'ultima produzione del poeta.

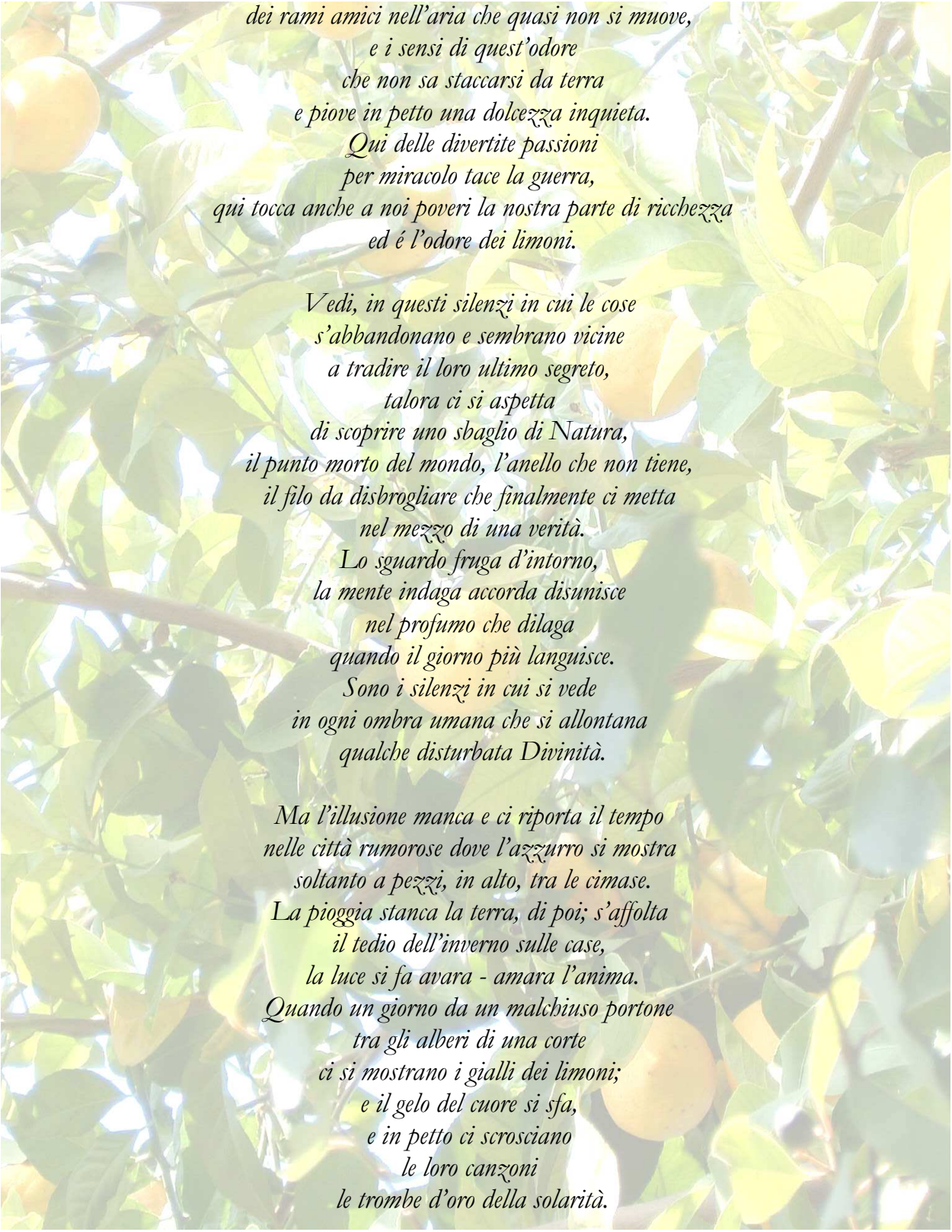
**Satura e le ultime raccolte.** Il quarto libro di Montale venne pubblicato da Mondadori nel 1971. La raccolta comprende oltre cento scritti, ed è suddivisa in quattro sezioni: Xenia I, Xenia II, Satura I, Satura II. L'opera si caratterizza per un vistoso abbassamento di tono, per il ricorso ad un linguaggio più vicino alla prosa, e per un'ironia che dissolve gli oggetti simbolici che avevano segnato le altre opere. Il carattere diaristico di questo quarto volume si ripropone poi nelle ultime raccolte del poeta, Diario del '71 e del '72, Quaderno di quattro anni e Altri versi, che contengono molti testi, ma senza alcuna novità di rilievo.



### I limoni da Ossi di seppia

Ascoltami, i poeti laureati  
si muovono soltanto fra le piante  
dai nomi poco usati: bossi ligustri o acanti.  
Io, per me, amo le strade che riescono agli erbosi  
fossi dove in pozze anguste  
mezzo seccate agguantano i ragazzi  
qualche sparuta anguilla:  
le viuzze che seguono i ciglioni,  
discendono tra i ciuffi delle canne  
e mettono negli orti, tra gli alberi dei limoni.

Meglio se le gazze degli uccelli  
si spengono inghiottite dall'azzurro:  
più chiaro si ascolta il sussurro



*dei rami amici nell'aria che quasi non si muove,  
e i sensi di quest'odore  
che non sa staccarsi da terra  
e piove in petto una dolcezza inquieta.  
Qui delle divertite passioni  
per miracolo tace la guerra,  
qui tocca anche a noi poveri la nostra parte di ricchezza  
ed é l'odore dei limoni.*

*Vedi, in questi silenzi in cui le cose  
s'abbandonano e sembrano vicine  
a tradire il loro ultimo segreto,  
talora ci si aspetta  
di scoprire uno sbaglio di Natura,  
il punto morto del mondo, l'anello che non tiene,  
il filo da disbrigare che finalmente ci metta  
nel mezzo di una verità.*

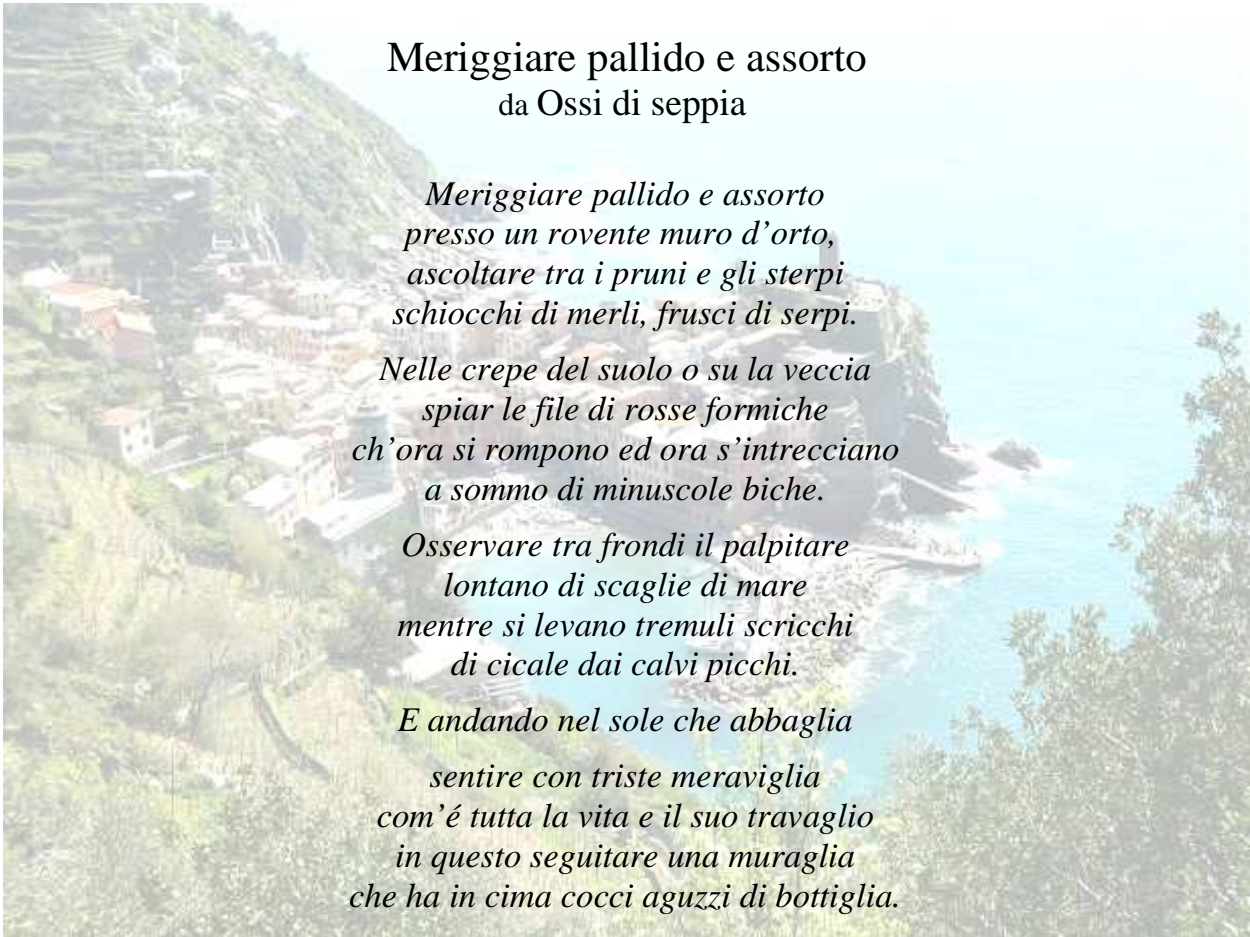
*Lo sguardo fruga d'intorno,  
la mente indaga accorda disunisce  
nel profumo che dilaga  
quando il giorno più languisce.  
Sono i silenzi in cui si vede  
in ogni ombra umana che si allontana  
qualche disturbata Divinità.*

*Ma l'illusione manca e ci riporta il tempo  
nelle città rumorose dove l'azzurro si mostra  
soltanto a pezzi, in alto, tra le cimase.  
La pioggia stanca la terra, di poi; s'affolla  
il tedio dell'inverno sulle case,  
la luce si fa avara - amara l'anima.  
Quando un giorno da un malchiuso portone  
tra gli alberi di una corte  
ci si mostrano i gialli dei limoni;  
e il gelo del cuore si sfa,  
e in petto ci scrosciano  
le loro canzoni  
le trombe d'oro della solarità.*

*Questa famosa poesia si colloca quasi all'inizio degli Ossi di seppia ed è uno dei primissimi componimenti dell'autore. Il testo si apre con la contrapposizione fra il carattere prezioso dei versi dei poeti laureati e l'idea montaliana di una poesia che si muova in una realtà più povera e modesta. In una condizione di sosta e silenzio, di abbandono della natura, si ha l'impressione che stia per svelarsi il senso del segreto dell'esistere, che*



*si possa spezzare la catena che ci lega all'insensata apparenza della vita, e, come per un errore della natura stessa, ci sia dato di entrare di entrare nel mezzo di una verità. Poi, nella città, questa illusione viene a mancare, riappare la , la brutta stagione, finché d'improvviso si spalanca una visione di pienezza solare, il giallo dei limoni.*



### Merigiare pallido e assorto da Ossi di seppia

*Merigiare pallido e assorto  
presso un rovente muro d'orto,  
ascoltare tra i pruni e gli sterpi  
schiocchi di merli, frusci di serpi.  
Nelle crepe del suolo o su la vecchia  
spiar le file di rosse formiche  
ch'ora si rompono ed ora s'intrecciano  
a sommo di minuscole biche.  
Osservare tra frondi il palpitare  
lontano di scaglie di mare  
mentre si levano tremuli scricchi  
di cicale dai calvi picchi.  
E andando nel sole che abbaglia  
sentire con triste meraviglia  
com'è tutta la vita e il suo travaglio  
in questo seguitare una muraglia  
che ha in cima cocci aguzzi di bottiglia.*

*Scritta nel 1916, è la più antica poesia di Montale. Si tratta di un testo molto emblematico dell'intera raccolta a cui appartiene. La descrizione dei primi versi ha un carattere realistico: presenta gli aspetti del paesaggio tipici della Liguria. La descrizione ha un alto valore metaforico come l'orto ad esempio che diventa una sorta di "paradiso terrestre" da cui il poeta si sente escluso. Nei versi finali, si conferma il tema del male di vivere poiché il muro è come una barriera che impedisce al poeta di entrare nell'orto, e di partecipare alla vitalità della natura e cioè della vita. In questa poesia vi è una grande ricerca linguistica e fonica dove numerosi gruppi consonantici contribuiscono a creare una sonorità aspra e sgradevole.*

## *La Guerra Civile Russa*

*La guerra civile russa scoppiò subito dopo la presa del potere da parte dei bolscevichi (novembre 1917), tra questi ultimi, detti “Rossi”, e vari gruppi che si opponevano ai risultati della Rivoluzione d'Ottobre, detti “Bianchi”. La guerra civile si protrasse fino al 1921 con la vittoria dei “Rossi”.*

*A seguito del successo della Rivoluzione russa, i comunisti russi avevano deciso di stipulare la pace separata con la Germania con il Trattato di Brest-Litovsk, che venne ratificato il 6 marzo 1918. Questa decisione, oltre a rispecchiare il programma propagandato dai bolscevichi dal febbraio del 1917, avrebbe garantito, secondo Lenin e Trotskij, maggiori possibilità di estendere la rivoluzione comunista nel cuore dell'Europa (in particolare in Germania) e di garantire più tempo al giovane potere comunista all'interno del paese.*

*Questo trattato ebbe tuttavia anche l'effetto di galvanizzare un numero di gruppi anticomunisti, sia all'interno che all'esterno della Russia, che intrapresero azioni contro il nuovo regime.*

*La guerra civile fu combattuta tra i “Rossi”, comunisti e rivoluzionari, e i “Bianchi”, monarchici, reazionari, democratici e conservatori, che si opponevano alla rivoluzione.*

*Ci furono anche elementi stranieri, coinvolti a supporto dei Bianchi, nella loro lotta al Bolscevismo, oltre che un insieme di socialisti moderati, nazionalisti e anarchici che combatterono contro entrambi: questa fazione era conosciuta come i “Verdi” che poi si divisero aggregandosi a Rossi e Bianchi. Netamente limitata come forza militare era quella costituita da soli anarchici, ossia un migliaio di Guardie Nere che volevano organizzare l' Armata Nera, ma che furono presto sopraffatti.*

*Il gruppo che si oppose contro i comunisti fin dalla fine del 1917 era costituito dagli ufficiali fedeli all'imperatore appoggiati da movimenti indipendentisti nati in Caucaso, Ucraina e paesi Baltici, che cominciarono ad organizzarsi al fine di abbattere il costituito potere degli uomini di Lenin: il generale Kornilov assumeva il comando delle armate contro-rivoluzionarie, radunate per iniziativa dell'ex capo di stato maggiore dello zar Mihail Vasilevic Alekseev e cui aderirono i cosacchi.*

*Dopo una prima fase di ripetute sconfitte e dopo la morte, in battaglia, dello stesso Kornilov, le armate bianche trovarono grande slancio nell'iniziativa del nuovo coman-*

dante supremo Anton Ivanovic Denikin; sotto la sua direzione l'esercito contro-rivoluzionario lanciò una poderosa offensiva, in grado di sbaragliare le forze bolsceviche e di conquistare la Russia meridionale, anche grazie al supporto delle truppe inviate da Francia, Inghilterra, Stati Uniti, che dopo la vittoria sulle Potenze Centrali continuarono il loro intervento nella guerra contro i comunisti, allo scopo di allontanare quella che temevano potesse divenire una rivoluzione socialista mondiale.

I rivoluzionari si trovavano in una situazione di grande difficoltà anche ad oriente, per l'inesorabile avanzata degli uomini dell'ex comandante della flotta del Mar Nero, Aleksandr Vasilevic Kolcak, mentre un altro esercito bianco, condotto da Nikolaj Nicolaevic Judenic premeva verso Pietroburgo, la città simbolo del deposto potere zarista. Verso la fine del 1918, la situazione per i bolscevichi era drammatica e il potere di Lenin sull'orlo del collasso: i bianchi avanzavano ovunque e l'esercito rivoluzionario era apparentemente impotente; esso era stato plasmato ed organizzato dal braccio destro di Lenin, Lev Trotskij, assumendo un nome destinato ad assurgere a grande no-



Propaganda bolscevica del 1918 che mostra Trotskij nei panni di San Giorgio che sconfigge il drago capitalista.

torietà e ad entrare nella storia: fu proprio a tutela della rivoluzione, nella guerra civile, che nacque infatti l'Armata Rossa.

Ciononostante, come detto, nulla e nessuno sembravano in grado di fermare i generali zaristi, anch'essi certi della vittoria, tanto che lo stesso Kolcak, sulla spinta dei continui trionfi militari, che lo portarono alla conquista anche della stessa Ekaterinburg, si auto-proclamò capo supremo di tutta la Russia.

Con l'armata rossa stretta in una implacabile morsa, i controrivoluzionari commisero però un errore fatale: invece di conquistarsi il favore di una popolazione già dubbiosa

*circa i reali risvolti della rivoluzione bolscevica e circa il suo reale significato, agirono con una ferocia e una violenza inaudita, dando il via al cosiddetto “terrore bianco”, sinonimo di stragi e deportazioni, talmente grave da far passare in secondo piano e da far dimenticare, agli inermi cittadini, le già gravi angherie perpetrate dalle forze rivoluzionarie, ora in ritirata; coloro che apparivano come liberatori, si ersero, agli occhi della gente, a feroci carcerieri, in un contesto in cui il cosiddetto “terrore rosso” della ceka aveva lasciato spazio a questo nuovo terrore.*

*Inoltre, dopo averli inizialmente legittimati, per ragioni di opportunità, i generali zaristi disconobbero e frustrarono i movimenti indipendentisti che si erano formati in varie regioni dell’immenso paese.*

*Infine numerosi strati sociali temevano la vittoria dei bianchi per una restaurazione del potere zarista, che li avrebbe potuti ricondurre alle agghiaccianti condizioni di vita di servitori dei grandi proprietari terrieri.*

*Per tutti questi motivi e per la contestuale riorganizzazione dell’armata rossa, dalla fine del 1919, prese corpo l’inarrestabile riscossa bolscevica: le armate bianche, scosse da numerosissime diserzioni di giovani ammaliati dalle sirene rivoluzionarie, vennero ripetutamente sbaragliate. Nel febbraio 1920 il comandante Kolcak, che solo pochi mesi prima sembrava destinato al trionfo, fu catturato e fucilato; Judenic, dopo aver tentato la conquista di Pietroburgo, venne respinto dall’armata rossa e costretto a rifugiarsi in Estonia, mentre Denikin, attaccato in Ucraina, non trovò di meglio che ripiegare in Crimea, ove la popolazione locale lo accolse con ostilità, avendo i bianchi represso, nei primi mesi di guerra, ogni tentativo di indipendenza della regione; lo stesso Denikin, depressso per l’imminente capitolazione, lasciò il comando dei suoi uomini e partì per l’esilio. Subentrato a Denikin, il generale Wrangel tentò il tutto per tutto, con una disperata azione militare, ma la conclusione della pace di Riga con la Polonia, permise ai bolscevichi di attaccare in massa e di avere la meglio; a Wrangel e ad un esercito bianco ormai in rotta, non restò altro che imbarcarsi verso Costantinopoli e abbandonare la madrepatria.*

*Al termine di un drammatico conflitto civile, nel 1921, fatto di orrori e sofferenze, caratterizzato dal cosiddetto terrore rosso e bianco, la rivoluzione comunista aveva definitivamente trionfato, con la sconfitta dei contro-rivoluzionari e con la nascita dell’Unione delle Repubbliche Socialiste Sovietiche.*



# Vasilij Kandinskij

## Biografia

*Kandinskij Vasilij nacque a Mosca il 4 dicembre del 1866 da un'agiata famiglia amante della musica. Tuttavia venne iscritto all'Università di Mosca perché studiasse diritto ed economia.*

*Studente brillante, conseguì senza fatica la laurea (1892) e divenne poi professore alla facoltà di legge di Mosca.*

*Nel 1895 visitò a Mosca una mostra di impressionisti francesi, rimanendo abbagliato e confuso da quelle opere; fu colpito in particolare dalla serie dei "Covoni" di Claude Monet.*

*Inizialmente era del tutto scettico sul reale valore artistico di quei dipinti, ma cambiò presto opinione, al punto che dopo un paio di mesi diede le dimissioni dall'incarico alla facoltà di legge e partì per Monaco di Baviera per dedicarsi alla carriera artistica.*

*In quegli anni Monaco si era affermata come centro d'avanguardia per le arti visive.*

*Si iscrisse ad una rinomata scuola d'arte privata diretta dal pittore Anton Azbé, ma in breve tempo si stancò delle interminabili lezioni di disegno dal vivo, trascorrendo invece il tempo libero a dipingere coloratissimi paesaggi impressionisti.*

*Dopo due anni abbandonò la scuola e, l'anno successivo, divenne allievo di Franz von Stuck; il maestro restò molto impressionato dall'abilità di Vasilij nel disegno, ma disapprovò l'impiego dei colori troppo brillanti e per tutto l'anno seguente Vasilij fu costretto a lavorare in bianco e nero. Nel 1900 lasciò lo studio Von Stuck.*

*Nel 1901 fondò il gruppo Phalanx, il cui obiettivo principale era di introdurre le avanguardie francesi nel provinciale ambiente di Monaco; a tale scopo aprì una scuola in cui teneva lezione. I suoi dipinti dei primi anni del secolo sono paesaggi eseguiti alla spatola, all'inizio ombrosi, e poi di una intensità quasi fulva; dipinge anche temi fantastici derivanti dalla tradizione russa o dal medioevo tedesco; questo periodo è caratterizzato dalla sperimentazione tecnica, in particolare dall'uso della tempera su carta scura, per*



*dare l'illusione di una superficie illuminata da dietro in trasparenza. Nel 1902 espone per la prima volta con La Secessione di Berlino e realizza le sue prime xilografie.*

*Nel 1903 lasciò Monaco per viaggiare in tutta Europa dipingendo ed esponendo le proprie opere.*

*Nel 1904 espone le sue opere nel Salone d'Autunno di Parigi.*

*Nel 1908 tornò a Monaco, in un appartamento vicino allo studio del pittore Paul Klee.*

*I successivi sei anni furono forse i più felici e produttivi della vita di Kandinskij.*

*Dipingeva continuamente e, col passare degli anni, al suo interesse figurativo subentrava la pura giustapposizione del colore in composizioni quasi astratte.*

*Nel 1910 produce il suo primo acquerello astratto; il dipinto, privo di titolo per evitare ogni riferimento a qualsiasi oggetto reale, esprime leggerezza, movimento per la trasparenza dei colori distribuiti con libera fantasia sopra un fondo chiaro.*

*Nel 1911, insieme a Franz Marc, August Macke e altri espressionisti tedeschi, Kandinskij fondò a Monaco il gruppo Der Blaue Reiter ("Il cavaliere azzurro"). Il nome del gruppo riprende il titolo di un quadro dipinto da Kandinskij qualche anno prima e la scelta del cavaliere non è casuale: il cavaliere è il simbolo romantico dell'eroe puro che combatte contro le forze del male, il cavallo inoltre ricorre spesso nei suoi sogni infantili.*



Il cavaliere azzurro (1903).

*Nel 1912 viene pubblicato l'Almanacco del Blaue Reiter, una raccolta di scritti sulla pittura, sulla letteratura, sulla musica e sul teatro. In quell'anno Kandinskij pubblicò anche "Lo Spirituale nell'Arte" in cui espone le proprie idee sulla pittura non figurativa, la forza psicologica del colore puro e l'analogia tra arte e musica; nello stesso anno si tenne la prima mostra personale di Kandinskij nella galleria Der Sturm di Berlino. Nel 1913 quando dipinge "Linee Nere" già non si può più parlare di astrazione a partire da un soggetto; il colore e la linea hanno assunto tanta autonoma espressività da non seguire più un modello prestabilito. Opere come questa sono le prime realmente astratte. Nello stesso anno, una sua opera partecipò al Armory Show di New York; allo scoppio della Prima Guerra Mondiale, Kandinskij tornò in Russia, a Mosca, fino al 1921.*

*Allo scoppio della Prima Guerra Mondiale Kandinskij, in quanto russo, era formalmente*



*un nemico della Germania ed il 3 agosto 1914, due giorni dopo la dichiarazione della guerra, partì per la Svizzera dove cominciò a lavorare ad un nuovo saggio “Punto, linea e superficie”, che sarebbe stato pubblicato oltre un decennio.*

*In novembre, non essendoci speranze di una veloce soluzione della guerra fece ritorno a Mosca. Fu un periodo particolarmente difficile per il pittore, il cui lavoro, a parte una piccola serie di disegni, di acqueforti e di xilografie, subì un brusco arresto per quasi due anni.*

*Nella primavera del 1918, Kandinskij entrò a far parte del Dipartimento delle Belle Arti del “Commissariato popolare dell’Illuminismo” come capo della sezione cinema e teatro.*

*L’anno successivo venne nominato professore di estetica all’Università di Mosca e costituì l’Istituto per la cultura artistica e nei tre anni successivi si occupò dell’organizzazione di non meno di ventidue nuove gallerie d’arte in altre città russe.*

*Nel 1921 il governo si appropriò delle arti ed annunciò che tutte dovessero servire esclusivamente a scopi di propaganda. L’arte astratta fu dichiarata decadente e sovversiva. Era ora di partire di nuovo, ma le possibilità erano estremamente limitate. Per fortuna ricevette da Walter Gropius l’offerta di insegnare nella scuola d’arte Bauhaus di Weimar.*

*L’artista ebbe mano completamente libera per l’organizzazione di un corso di base che imperniò “sull’indagine delle proprietà della forma”.*

*Il Bauhaus all’inizio venne largamente sovvenzionato dalla Repubblica di Weimar. Dopo un cambio nel governo, nel 1925, la scuola si spostò a Dessau, dove venne costruita l’Università Bauhaus.*

*Nel 1932 la scuola venne spostata nuovamente, questa volta a Berlino.*

*La scuola venne chiusa per ordine del regime nazista nel 1933. I nazisti si erano opposti al Bauhaus per tutti gli anni '20, così come altri gruppi politici di destra. Il Bauhaus era da loro considerato come una copertura per i comunisti, soprattutto perché vi erano coinvolti molti artisti russi.*

*Per Vasilij la vita non era stata tranquilla sin dall’ascesa al potere di Hitler: pur avendo ottenuto la cittadinanza tedesca restava sempre un russo che non poteva dare prove certe della propria origine ariana ed era anche un pittore astratto, attività decretata decadente.*



Senza titolo (1910).

*Dopo undici anni relativamente felici ed eccezionalmente produttivi, si ritrovò nuovamente in esilio a Parigi.*

*Qui incominciò a dipingere nuovamente pensando di poter vendere i suoi quadri in qualche galleria parigina, ma nessuna si mostrò interessata alla sua opera.*

*Nonostante l'insuccesso professionale, le difficoltà economiche e la salute che si faceva cagionevole, Kandinsky conservò una grande passione per il suo lavoro.*

*Finalmente nel 1939, quando aveva settantatré anni, ebbe il primo segno di riconoscimento dalla critica ufficiale francese.*

*Il direttore del museo Jeu de Paume di Parigi acquistò una sua tela intitolata "Composizione IX"; fu il primo grande quadro di arte astratta ad entrare in un museo francese.*

*Grazie a questo piccolo successo, il pittore continuò a dipingere ogni giorno quadri contro le brutture ed i pericoli dell'occupazione tedesca, fino al giorno della sua morte, avvenuta il 13 dicembre del 1944 all'età di settantotto anni.*

## Opere

**La spiritualità nell'arte.** Kandinskij nelle sue opere espone le sue teorie sull'uso del colore, intravedendo un nesso strettissimo tra opera d'arte e dimensione spirituale. Il colore può avere due possibili effetti sullo spettatore: un effetto fisico, superficiale e basato su sensazioni momentanee, determinato dalla registrazione da parte della retina di un colore piuttosto che di un altro; un effetto psichico dovuto alla vibrazione spirituale attraverso cui il colore raggiunge l'anima. Esso può essere diretto o verificarsi per associazione con gli altri sensi. L'effetto psichico del colore è determinato dalle sue qualità sensibili: il colore ha un odore, un sapore, un suono. Perciò il rosso, ad esempio, risveglia in noi l'emozione del dolore, non per un'associazione di idee, ma per le sue proprie caratteristiche, per il suo "suono interiore". Kandinskij utilizza una metafora musicale per spiegare quest'effetto: il colore è il tasto, l'occhio è il martelletto, l'anima è un pia-

*noforte con molte corde. Il colore può essere caldo o freddo, chiaro o scuro. Sempre in base alla teoria secondo la quale il movimento del colore è una vibrazione che tocca le corde dell'interiorità, descrive i colori in base alle sensazioni e alle emozioni che suscitano nello spettatore, paragonandoli a strumenti musicali. Egli si occupa dei colori primari e poi di colori secondari. Il giallo è dotato di una follia vitale, prorompente; viene paragonato al suono di una tromba, di una fanfara. L'azzurro è indifferente, distante; è paragonabile al suono di un flauto. Il rosso è caldo, vitale, vivace, irrequieto; è paragonato al suono di una tuba. L'arancione esprime energia, movimento; è paragonabile al suono di una campana o di un contralto. Il verde è assoluta mobilità in una assoluta quiete, fa annoiare, è una quiete appagata. Ha i toni ampi, semigravi del violino. Il blu è profondo; viene associato al suono del violoncello. Il viola, come l'arancione, è instabile; è paragonabile al corno inglese, alla zampogna, al fagotto. Il bianco è dato dalla somma di tutti i colori dell'iride, ma è un mondo in cui tutti questi colori sono scomparsi, di fatto è un muro di silenzio assoluto, interiormente lo sentiamo come un non-suono. Il nero è mancanza di luce, è un non-colore; è la pausa finale di un'esecuzione musicale. La composizione pittorica è formata dal colore, che nonostante nella nostra mente sia senza limiti, nella realtà assume anche una forma. Colore e forma non possono esistere separatamente nella composizione. L'accostamento tra forma e colore è basato sul rapporto privilegiato tra singole forme e singoli colori. Se un colore viene associato alla sua forma preferita, gli effetti e le emozioni che scaturiscono dai colori e dalla forma vengono potenziati. Il giallo si rapporta con il triangolo, il blu con il cerchio e il rosso con il quadrato. La composizione di un quadro non deve rispondere ad esigenze puramente estetiche ed esteriori, piuttosto deve essere coerente al principio della necessità interiore: quella che l'autore chiama onestà. Il bello non è più ciò che risponde a canoni ordinari prestabiliti. Il bello è ciò che risponde ad una necessità interiore, che l'artista sente come tale.*

**Punto, linea, superficie.** Kandinskij in questo saggio si dedica alla parte grafica, che può esistere anche senza colore. Il punto è il primo nucleo del significato di una composizione, nasce quando il pittore tocca la tela; è statico. La linea è la traccia lasciata dal punto in movimento, per questo è dinamica. Può essere orizzontale, verticale, diagonale. Può essere spezzata, curva, mista. Anche lo spessore cambia: può essere sottile,

*marcato, spesso, variabile. La superficie è il supporto materiale destinato a ricevere il contenuto dell'opera, si tratta solitamente di una tela. L'opera risulta dunque essere limitata da due linee orizzontali e due verticali, oppure da una linea curva. L'autore può dare accentuazione alle forme girando la tela e sfruttandone i piani diversi, ma per far questo è necessario avere una consapevolezza artistica. Poiché fu uno tra i primi artisti a esplorare i principi dell'astrattismo non rappresentativo o "puro" Kandinskij può essere considerato un precursore dell'espressionismo astratto.*



Alcuni cerchi (1926).

# Valentino

## Biography

*Valentino is considered one of the most important and innovative designers in the world of fashion. His name is a synonym for imagination and elegance, modernity and beauty. Valentino was still a teenager when he left his hometown of Voghera for Paris to study fashion. There developed and refined his talent and taste working with Jean Dessès and Guy Laroche. In the early 1960s he moved to Rome to set up his first atelier. By the mid sixties he was already considered the undisputed maestro of Italian couture, receiving in 1967 the equivalent of The Oscar in the field of fashion. For his unforgettable 1968 “white collection”, Valentino invented the use of the monogram as a “V” logo appeared on fabrics and was the first Italian designer to launch ready-to-wear collection for men and women, to open boutiques in the United States and the Far East. In 2000 Valentino chose to celebrate his 40 year career in Los Angeles. The party was also the occasion for the presentation “Valentino’s red book” containing pictures of 40 women all dressed in Valentino Red and photographed by the top photographers of the day. In 2001 Julia Roberts received her Academy Award for Best Actress (wearing a “vintage” Valentino gown, and was seen in gleaming black silk on television screens) contributing to the launch of one of the most significant fashion trends of recent years: vintage. In the 2002 Valentino brand was acquired by Marzotto Group, one of the oldest and most highly regarded textile and clothing manufactures in the world, forming a successful partnership that led in 2005 to the début of Valentino name on the stock market, through the founding of the “Valentino fashion Group”. In 2005, Valentino developed his line of ready-to-wear bridal gown. In the same year, with Arnolfo di Cambio, a leading firm in Italian manufacturing and design, he launched his Home Collection, a household and tableware range of exquisite china crystal-ware and silverware.*

*Today, Valentino boutiques can be found all over the world.*





Haute Couture Autumn-Winter Collection 2004/2005



# *Effetti psicologici dei colori nell'ambito della moda*

*Ci ispiriamo alla psicologia della moda attraverso la “Teoria dei colori” di Johann*



*Wolfgang Goethe del 1810. Il grande letterato dimostra di avere una grande sensibilità nell'ambito psicologico, in quanto ritiene che i colori esercitano una profonda influenza sugli stati d'animo dell'individuo. La psicologia della moda riceve forti influenze dall'opera di Goethe, per cui si può tracciare un quadro psicologico della persona attraverso il suo interesse verso un certo tipo di colore.*

**Rosso:** *questo colore è spesso indossato da persone estroverse e vitali, impulsive ed energiche ma anche tendenti all'aggressività. Se invece ad indossarlo è una persona tranquilla allora, è in cerca di calore o nasconde i propri sentimenti. Chi si veste di rosso si fa senza ombra di dubbio notare.*

**Nero:** *a parte la sua valutazione legata ad un significato depressivo, dal punto di vista della moda è diventato un punto di riferimento per i giovani che lo amano in quanto rappresenta la maturità ed è diventato quindi una tenuta che sottolinea il bisogno dell'individuo di sentirsi adulto. Chi sceglie il nero è alla ricerca di raffinatezza ed esclusività.*

**Giallo:** *chi indossa giallo si sente bene con se stesso; è infatti il colore associato al senso di identità, all'Io, all'estroversione. Denota sempre una forte personalità. Il giallo è il colore della solarità per eccellenza, tipico delle persone comunicative che amano i contatti con il mondo esterno e dimostrano valenze ottimistiche nel loro carattere.*

**Azzurro:** *l'azzurro è tipico delle personalità che sono alla ricerca di rilassamento e quiete. È il colore del temperamento tranquillo. Induce all'introspezione, alla sensibilità, alla calma e serenità.*

**Blu:** *il blu è il colore tipico delle personalità decise e affidabili. Coloro che lo prediligono cercano l'eleganza discreta e rifiutano tutto ciò che è superficiale. Il look degli uomini d'affari e dei manager si identifica in tale colore.*

**Rosa:** *questo colore rappresenta la sensibilità, la dolcezza e il calore. Chi sceglie questo colore rifiuta presumibilmente tutto ciò che è arrogante e disarmonico. Il rosa è il colore delle emozioni.*

**Bianco:** *il bianco è considerato il colore degli iniziati (filosofi, personaggi di chiesa). È considerato un colore neutro tipico di persone legate all'evoluzione spirituale e di perso-*

*ne distaccate che preferiscono la contemplazione e l'osservazione. Chi opta per il bianco cerca ordine e chiarezza.*

**Grigio:** *le persone che indossano il grigio pongono una barriera tra sé e il mondo, il grigio è il colore tipico di chi ama essere lontano dalla mischia e non ama apparire in primo piano, c'è in queste persone il distacco dalla folla. Il colore grigio è un colore raffinato.*

**Verde:** *è il colore dell'equilibrio energetico. Chi lo indossa cerca l'equilibrio e la riflessione. Le persone tranquille, sincere prediligono indossare indumenti color verde, sono persone aperte nei confronti della vita, amano la compagnia ma anche il silenzio, sono pazienti e modesti.*

**Marrone:** *il marrone è il colore tipico delle persone che amano la natura, concretamente legate ai piaceri della vita, ordinate e decise.*

## Colori e abbigliamento

*La moda è un'arte. Tutti siamo d'accordo su questo punto di vista ed alcuni potrebbero aggiungere che "la moda è l'usanza della giornata". Ma queste due definizioni non sono complete. Bisogna dire che la moda è un'arte aiutata dalla scienza, anzi è precisamente una "scienza artistica".*

*É noto che solo una minima percentuale di figure femminili sono ben fatte e quindi l'abilità del tecnico consiste nel saper consigliare la stoffa, il colore, il disegno e il modello. Il successo di un bell'abito è difficile su persone eccessivamente magre o grasse e di bassa statura, le quali però hanno il diritto come tutti gli altri, di essere vestite con la migliore e possibile eleganza trovando il modo per attenuare le loro imperfezioni.*

*Per valorizzare la propria immagine si possono seguire accorgimenti semplici ma strategici come le tinte degli abiti da scegliere in base alle caratteristiche fisiche, il tono della pelle, degli occhi o dei capelli. Indossare i colori che più corrispondono al proprio modo d'essere, significa sottolineare ed esprimere stile e carattere.*





*Alle persone alte e magre non si devono mai consigliare: stoffe a maglia, che sono troppo aderenti; stoffe a righe verticali, che allungano; colori scuri uniti, che assottigliano; tailleurs classici nei ricami o guarnizioni perpendicolari. Consigliare invece stoffe, colori e fogge ingrossanti e cioè: stoffe rigide, serges, taffetas, gros stoffe a quadri grandi; colori chiari fantasia; tailleurs o mantelli corti e ricami e guarnizioni orizzontali che abbassano. E, conseguentemente, consigliare a persone grasse e basse l'opposto di quanto è stato detto.*

*Se avete i **capelli biondi** e volete valorizzarli, la scelta deve cadere sui toni chiari: dalle tinte azzurre ai rosa, i colori pastello che aggiungono raffinatezza e luminosità, dal violetto all'arancio ai toni del rosso, purché spento. Sono perfetti anche i toni mielati e le tonalità calde come mattone e cammello, quelle del verde, il crema, l'avorio e il giallo luminoso. Meglio evitare i toni cupi e intermedi come il grigio, il nocciola perché ingrigiscono, tolgono risalto all'epidermide. Evitate i tessuti troppo lucidi o i colori brillanti, soprattutto l'oro: involgariscono.*

*Se avete i **capelli neri** dovete prediligere colori come nero e bianco assoluti che, insieme al rosso, risultano perfetti. Per un'immagine raffinata scegliete colori chiari e sfumature pastello come rosa cipria, limone, verde pallido. Scegliete le gradazioni dei toni rosati, più o meno intensi, del viola acceso, dell'indaco, del turchese e smeraldo. Evitate i tessuti dorati, e se intendete usare colori brillanti scegliete l'argento.*

*Se avete i **capelli castani** dovete optare per colori che diano calore all'insieme scegliendo la gamma dei marroni, con una base rossa: terracotta, ruggine, mattone, i vari toni del rosso e dell'arancio ma anche le sfumature del crema, del salmone, del beige, dell'avorio. Certi colori freddi come l'azzurro, il viola, il rosa e il lilla possono essere usati ma bisogna considerare che non valorizzano l'immagine e tendono a banalizzarla. Evitate i colori freddi e spenti come il blu e il grigio.*

*Se avete i **capelli rossi** dovete esaltare le vostre caratteristiche con l'uso di sfumature rosse-aranciate e con i toni dei marroni intensi, bandite le tonalità particolarmente chiare o le sfumature ghiaccio, che al contrario, vi penalizzano. Ricordate, inoltre, che la vostra bellezza e i vostri toni naturali saranno messi in risalto indossando abiti dai colori in nuance tra loro. Evitate quindi per quanto è possibile, contrasti di colore troppo accentuati, così come i toni cupi e spenti, come nero, bordeaux e tutte le sfumature del grigio.*

*Per concludere suggerisco i colori che meglio intonano fra loro un abito femminile: Bianco e viola. Nero e arancio. Bianco e giallo. Bianco e azzurro. Nero e verde. Stonano invece il bianco e grigio, Grigio e arancio, Grigio e giallo. Queste norme potranno giovare perché la bellezza di un vestito non è data solo dalla sua forma ma soprattutto dall'armonia dei colori.*

# *La Cromoterapia*

## *Origini*

*La cromoterapia ha origini antichissime, poiché le medicine tradizionali hanno sempre attribuito grande importanza all'influenza dei colori sulla salute e sullo stato d'animo dell'uomo.*

*Egizi, Romani e Greci praticavano l'elioterapia (esposizione alla luce solare diretta) per la cura di diversi disturbi.*

*In India la medicina ayurvedica ha sempre tenuto conto di come i colori influenzino l'equilibrio dei chakra, i centri di energia sottile che vengono associati alle principali ghiandole del corpo.*

*Anche i Cinesi affidavano il proprio benessere fisico all'azione delle varie tinte: addirittura, le finestre della camera del paziente venivano coperte con teli di colore adeguato e il malato doveva indossare indumenti della stessa tinta.*

*Negli ultimi anni la cromoterapia ha avuto un notevole sviluppo grazie ai numerosi studi scientifici che evidenziano l'influenza dei colori sul sistema nervoso, immunitario e metabolico.*

## *Cos'è*

*La cromoterapia è una medicina integrativa che usa i colori per aiutare il corpo e la psiche a ritrovare il loro naturale equilibrio. I colori possono essere assorbiti dal nostro organismo in diversi modi:*

- *attraverso le irradiazioni luminose fatte con speciali apparecchiature e filtri;*
- *attraverso gli alimenti, ossia mangiando cibi con il loro colore naturale;*
- *attraverso la luce solare poiché questa luce racchiude nel suo spettro tutti i colori;*
- *attraverso l'acqua solarizzata, ossia irradiata con un'irradiazione luminosa di un preciso colore che la carica di quella energia;*
- *attraverso gli abiti;*
- *attraverso la visualizzazione e la respirazione;*

- *attraverso il massaggio con speciali prodotti e pigmenti colorati.*

*Essa consiste nell'utilizzazione dell'energia delle onde elettromagnetiche della luce che, all'interno di una precisa lunghezza d'onda, penetra nei tessuti creando le condizioni di interagire con le cellule ripristinando l'equilibrio elettrico e chimico dell'omeostasi cellulare migliorandone le funzioni biologiche.*

*Essa non cura i sintomi, ma scende alle radici dello squilibrio e non lascia, come alcuni farmaci, residui dannosi che il corpo deve faticosamente eliminare.*

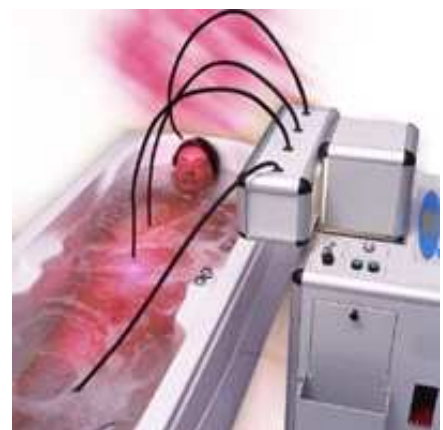
*Proprio per questi motivi sempre più ricercatori e medici si stanno concentrando nello studio della cromoterapia e sempre più persone stanno ottenendo dei concreti e visibili benefici.*

*Per quanto riguarda le tecniche per lavorare con questa tipologia di cromoterapia possiamo annoverare:*

- *la cromoterapia classica che consiste nell'irradiare con uno specifico colore e per un determinato periodo di tempo le zone del corpo interessate dal disturbo o quelle riflesse;*
- *la cromopuntura che consiste nel concentrare l'irradiazione sui punti energetici del corpo ossia quelli più ricettivi (meridiani, chakras);*
- *bagno cromatico di acqua che consiste nell'eseguire un vero e proprio bagno con l'acqua che viene irradiata con uno specifico colore, e quindi caricata di una precisa energia, per un determinato periodo di tempo;*
- *l'acqua solarizzata che consiste nell'irradiare dell'acqua naturale, posta su un contenitore di vetro bianco, per un determinato periodo con un specifico colore per poi berla;*
- *alimenti o abiti energizzati: irradiare degli alimenti o dei panni con un specifico colore per un determinato periodo di tempo rispettivamente per mangiarli o per indossarli.*



Cromopuntura.



Bagno cromatico di acqua.

## ***Energia dei colori e della luce per il benessere psicofisico***

*Dal punto di vista terapeutico, la cromoterapia è considerata una “terapia dolce” in quanto non è invasiva, generalmente non presenta particolari effetti collaterali e fornisce immediatamente un effetto benefico a chi si sottopone ad un trattamento, senza crearne dipendenza.*

*Con poche eccezioni può essere utile a tutti, anche a livello preventivo.*

*Può essere applicata da sola oppure come potenziamento delle altre cure, essendo un “catalizzatore” formidabile per stimolare processi naturali di autoguarigione.*

*Le persone che soffrono a livello fisico o psicologico possono associare con profitto la cromoterapia a qualsiasi cura perché essa stimola lo smaltimento naturale delle tossine mobilitate dai principi attivi dei prodotti, pulendo e proteggendo tutto l'organismo.*

*Ogni applicazione può essere vista a sé stante, quindi anche una sola volta ogni tanto può fornire un buon giovamento, ovviamente però i risultati migliori si ottengono con una serie di sedute: prima settimanali, poi mensili, infine si hanno i tipici “richiami” ai cambi stagionali.*

*Gli effetti dei 7 colori dell'iride sul corpo e sulla psiche:*

***Rosso.*** Questo colore possiede un'energia “molto calda”. É associato all'istinto, al desiderio e alla sessualità. I suoi effetti sull'organismo sono: agisce sul cuore aumentando il numero dei battiti e quindi la circolazione sanguigna, alza la pressione arteriosa, aumenta la frequenza respiratoria, stimola l'attività nervosa e ghiandolare, attiva il fegato e tutti i sensi. I suoi effetti sulla psiche sono di energia fisica, evocazione del fuoco, pericolo, distruzione.

***Arancione.*** Questo colore ha un'azione riscaldante, rallegrante ed energetica. Gli effetti dell'arancione sull'organismo: ha una forte azione stimolante sulla ghiandola tiroide, è antispastico, non aumenta la pressione del sangue ma stimola il battito cardiaco e la capacità di espansione dei polmoni, ottimizza l'attività della milza. I suoi effetti sulla psiche: induce serenità, entusiasmo, allegria, voglia di vivere. E' utile in caso di apatia, depressione, pessimismo, paura, nevrosi, psicosi. Stimola l'appetito per cui è un antianoressico.

***Giallo.*** É un'energia di tipo “caldo”. Dal punto di vista fisiologico: è il colore più adatto

*agli sportivi perché incrementa il tono neuro muscolare e dà una maggiore prontezza di riflessi. Aiuta la digestione perché stimola la produzione di succhi gastrici e purifica l'intestino, riducendo il gonfiore addominale. Gli effetti sulla psiche: costituente del sistema nervoso è un forte stimolatore di allegria, senso di benessere, estroversione e lucidità cosciente.*

**Verde.** *Energia di tipo “neutro”. Il verde è il colore della natura, è simbolo di rinnovamento, di equilibrio, di speranza, di sviluppo e di fertilità. Dal punto di vista fisiologico promuove il benessere generale dell'organismo, ne aumenta la vitalità e ripristina l'equilibrio delle sue funzioni. Viene usato per la cura dello stress, dell'ansia, dell'iperattività, della cefalea e di alcune forme di insonnia. Effetti sulla psiche: genera calma e rinfresca la mente. Esprime volontà di operare, la perseveranza e la tenacia.*

**Blu.** *E' un'energia di tipo “fredda”. E' il colore della calma, dell'infinito, della pace, della serenità emotiva e dell'armonia. Dal punto di vista fisiologico stimola il sistema parasimpatico, diminuisce la pressione arteriosa, il ritmo respiratorio e i battiti del cuore, è quindi indicato per chi soffre di pressione alta, tachicardia e palpitazioni. Ha inoltre effetti antispastici, rinfrescanti, analgesici, rilassanti. I suoi effetti sulla psiche: combatte l'agitazione sia fisica che mentale ed è quindi usato in psicoterapia per favorire rilassamento e distensione.*

**Indaco.** *Energia di tipo “freddo”. Per la sua alta vibrazione, ha la capacità di allargare la nostra comprensione e di curare i disturbi che colpiscono gli organi sensoriali come occhi, naso, orecchi. Dal punto di vista fisiologico stimola le ghiandole paratiroidi inibendo l'attività della tiroide ed ha un effetto anestetico ed emostatico. Effetti sulla psiche: favorisce l'intuito.*

**Viola.** *Energia di tipo “freddo”. I suoi effetti sull'organismo: stimola la produzione di globuli bianchi, la milza, lo sviluppo osteo-scheletrico. Ottimizza anche il rapporto sodio-potassio e combatte i disturbi della vescica e dei reni. Depurativo del sangue, rallenta l'attività cardiaca e favorisce la microcircolazione cerebrale, per questo motivo viene utilizzato per contrastare la calvizie. Gli effetti sulla psiche: spiritualità, ispirazione e fantasia.*

## *L'energia dei colori al servizio dell'estetica*

*La cromoestetica consiste nell'irradiare le zone del corpo con luce di diversa colorazione per ottenere un vantaggio estetico. Essa può essere integrata ai tradizionali trattamenti estetici in modo da potenziare e velocizzare il risultato finale.*

*Prima di agire, bisogna individuare l'ineestetismo valutando le sue caratteristiche in modo da scegliere il colore o i colori adatti per procedere alla sua riparazione.*

*Con l'energia del colore è quindi possibile esercitare un influsso globale sul corpo in particolare attraverso la pelle ed una volta eliminata la disfunzione fisica si modifica il modo di pensare e l'emotività in generale.*

*Per la sua completezza e specificità è l'ideale per trattare la salute e la bellezza del corpo e della mente.*

*Può essere applicata secondo 3 metodologie:*

- 1. La prima consiste in un trattamento naturale dell'ineestetismo proiettando direttamente il colore sulla pelle facendo interagire tra loro le due vibrazioni. Infatti, l'energia luminosa con la sua frequenza reagisce con le vibrazioni disarmoniche dell'ineestetismo riportando la pelle al suo giusto equilibrio cellulare.*
- 2. La seconda consiste in un potenziamento dei classici trattamenti estetici, vale a dire quelli che prevedono la manualità unita all'utilizzo del prodotto. Questa si basa principalmente sull'irradiazione, con il colore opportuno, del prodotto già applicato.*
- 3. La terza metodologia consiste nell'interazione delle due precedenti metodologie. In questo caso si deve irradiare la pelle con il/i colore/i adatto/i per prepararla al trattamento con i prodotti cosmetici. Secondo i test e le ricerche, questa metodologia risulta la più efficace e quella che può anche produrre un migliore effetto sulla persona.*

## **Cromosystem**

*È il sistema ideale per eseguire la cromoterapia sia in campo terapeutico che in quello estetico, costituito da uno speciale Generatore di Luce Cromatica che emana fasci*

*concentrati di luce pura e fredda attraverso speciali filtri dicroici e fibre ottiche mediali. Irradiare il corpo, una sua parte od un suo punto con colori di Cromosystem significa trasmettere un'energia con caratteristiche ben definite che è in grado di stimolare precise reazioni biofisiche necessarie per ripristinare il giusto equilibrio.*

*In Cromosystem sono installati i seguenti colori: Rosso, Arancione, Giallo, Verde, Blu, Indaco, Violetto, Bianco.*



Cromoterapia classica.