

آثار روانی رنگها

در شماره قبل ضمن بررسی تأثیر رنگها در زندگی انسان، دانستیم که بارنگ آمیزی می توان از سستی و خستگی کاست، آمادگی یادگیری و فعالیت را افزایش داد و سردی و گرمی محیط را متناسب ساخت.

اینک به اختصار بارنگهای اصلی و ترکیبی و اثرات روانی آنها آشنا می شویم.

رنگ زرد

این رنگ برخلاف نظر عامه از لحاظ تربیتی و استفاده در مکانهای آموزشی حائز اهمیت فوق العاده ای است. رنگ زرد حالت گرم کنندگی دارد و روشن ترین رنگ در میان کلیه ته رنگهاست و زمانی که با خاکستری، سیاه و بنفش مخلوط شود، تمام خصوصیاتش را از دست می دهد.

زرد ترا کمی از سفیدی و رنگ خوشحالی و شادابی، نشاط و آرامش است. رنگ زرد سمبل آخرت، شگفتی، و نور خورشید (نور حیات و هستی) است و به گرمای خورشید، عروج انبیاء و شادمانی می ماند. محتوای عاطفی آن امیدواری و آزادی است، برخلاف نظر عامیانه که این رنگ را عامل تنفر می دانستند.

حس درک رنگ زرد تند و تیز است. نشان روشنی، هوشمندی و روشنفکری است؛ بنابراین



نشانگر قدرت و شکوه و سمبل عقل و علم بوده، قدرتی ملایم کننده دارد. محرک قوای دماغی است و در معالجهٔ امراض کبدی و سوء هاضمه فوق العاده مؤثر است.

برای پژوهشگران و دانشجویان خوبست که اطاق واثاثیه شان بیشتر به رنگ زرد باشد تا قوای ذهنی بهتر به کار افتد. و سرانجام رنگ زرد روی زمینهٔ قرمز پر سروصدا، باشاش و پرزرق و برق است و روی زمینهٔ سیاه نشانگر توان، نیرو و خود نمایی است.

رنگ قرمز

دومین رنگ اصلی، قرمز است. این رنگ دارای کشش و قدرت زیادی است و بشدت می درخشد. تاریکی و روشنی در آن راه ندارد. رنگی مثبت، متجاوز و مهیج است. فشارخون را بالا برده، تنفس را کاهش می دهد. کشش عضلات را بیشتر کرده، قدرت تحریک کنندگی شدیدی دارد؛ بنابراین برای افراد عصبی فوق العاده مضر است.

هنگام تغذیه فوق العاده اشتها آور است. می گویند اگر کودکان شما غذا نمی خورند یا چندان تمایلی به غذا نشان نمی دهند، از ظرفی به رنگ قرمز برای تحریک اشتهای آنها مدد بگیرید.

مزهٔ رنگ قرمز تند و شیرین است و نگاه طولانی به این رنگ عصبانیت را افزایش می دهد و در کودکان گریه را تشدید می کند. بسیار انعطاف پذیر بوده، به حالات مختلف در می آید و براحتی با دورنگ اصلی زرد و آبی قابل ترکیب است.

برای زمان کوتاهی جاذب و خوشایند است و پس از مدتی آزار و اذیت روانی به وجود می آورد و فرد را به رنگ آبی متمایل می کند.

حالت تحریک کنندگی در ذهن دارد و باعث توجه و تقویت فکر در انسانها می شود. بافهم ودانایی ارتباط دارد و نشانگر دانش و معرفت و صعود به سوی آسمانهاست.

صاحب نظران روان شناسی رنگها معتقدند، اگر زرد به مقداری آبی داشته باشد (مایل به سبز)، آن قسمت از مغز را که حالت جهش فکری دارد، تحریک کرده، افزایش میزان حضور ذهن در افراد را سبب می شود و عامل تقویت حافظه است.

این رنگ در بین مردم اهمیت خیلی کمی دارد، زیرا در ایران نشانهٔ آس، ناامیدی و تنفر است و مخالف زندگی. شاید این امر بدان دلیل باشد که در گذشته بهداشت و طب چندان پیشرفت نداشت و مرض یرقان در ایران نیز غوغا می کرد و موجب مرگ و میر می شد و چون این مرض به زردی شهرت یافته بود، عامل تنفر مردم از رنگ زرد شد.

در چین و تمدن مسیحی، رنگ زرد نماد تقدس و فرزندی است، تا جایی که در رنگ آمیزی کلیساها از آن استفاده می کنند و یا در تابلوهایی که جنبهٔ مذهبی دارد، بکرات دیده شده که اطراف شخصیتهای مذهبی هاله‌ای از نور زرد به کار رفته است.

رنگ زرد با تأثیر بر اعصاب سمپاتیک و پاراسمپاتیک موجب آرامش عصبی می شود، به طوری که بچه‌های عصبی را می توان در اتاقهایی با رنگ آمیزی و پرده‌های زرد و لیمویی تسکین داد.

بیانگر کار و تلاش و روزهای آفتابی است. در قرآن کریم نیز در سورهٔ بقره، آیهٔ ۶۹ آمده است: "...صَفْرَاءُ فَاقِعٌ لَوْنُهَا تَسْرُّ النَّاطِرِينَ".

امام محمد باقر (ع) به پوشیدن کفش زرد با توجه به اثرات آن فوق العاده سفارش فرموده‌اند. البته رنگ زرد در هضم غذا نیز مانند موسیقی عمل می کند و موجب سهولت عمل هضم و گوارش غذاست.

ناشکیبا و در عین حال فعال، بردبار و صبور که بوری و سردی را می رساند. رنگی شیرین، ساکت، امیدوارکننده و مقدس که دارای جایگاهی رفیع و نشانگر آسمان بلند و آبی است. می گویند این رنگ دارای طبعی زنانه و لطیف است.

رنگ آبی احترام و تقدس خاصی دارد. گنبدهای مساجد و مناره های آبی که به مانند پلی بین آسمان و زمین محسوب می شوند، نشانگر همین موضوع است.

آبی مسکن اعصاب برای بیماران تدار و مفید برای افراد کم خواب، عصبی و وسواسی است. آرامش درونی به ضمیر باطن می آورد، آرامبخش نبض و تنفس و مفید برای فشارخونهای بالاست. در مداوای صفرا مفید و برای افسردگی و کم خونی مضر است.

رنگ آبی ترشح غدد لنفاوی را افزایش داده، تهوع و سرگیجه را زیاد می کند. دارای وزنی سبک، زمانی کوتاه و مسافتی دور است. صدایی مانند نی دارد و شکلی مانند دایره. دارای عمق و کمال فراوانی است.

مطلوب افراد چاق است. تا اعماق وجود نفوذ می کند و دارای جنبه های مختلف روحی است. نشانگر اعتماد، ایمان، عشق، استواری، ایشار، تسلیم، صداقت، درستی، فداکاری، خونسردی، خلوص، قدرت، تحمل و مقاومت، وفاداری و فکری برتر و مافوق طبیعی است و از فراموشی می گاهد. برای کنترل اعصاب فوق العاده مفید است.

نارنجی

از ترکیب دورنگ قرمز وزرد، رنگ حد واسط

سمبلی از خون و عشق است. در جایی که عشق، محبت، صفا و گل و گیاه و زیبایی باشد، نشانگر اوج عشق و در جایی که جنگ، پستی و شیطان صفتی حاکمیت داشته باشد، اوج غضب، شهامت و خطر را می رساند.

نماد آتش و جاودانگی، خلق و خوی تیز و آتشین و حیات و هستی بوده، عامل مؤثر در سازندگی است. رویش گیاهان را بالا می برد و بیانگر شور و شوق و هیجان است. دارای وزنی سنگین، صدایی بلند و زاویه دار می باشد.

رنگ قرمز عامل فوق العاده مؤثری در کشاورزی و دامداری است، زیرا عمل بلع را افزایش داده، شیرگاوها را زیاد می کند. نشانگر فعالیت و تحرک، موفقیت و پیروزی است و محتوای عاطفی آن تمایل، اشتیاق و عشق است.

بسیار گرم و پرحرارت و خیره کننده است. تابشی پرشور از عشق روحانی است. نشانی تثبیت شده از مبارزه، انقلاب، تهور و شورش بوده، بنا به قولی هم رنگ ستاره مریخ است.

رنگ قرمز در درمان اسهال و استفراغ و تنگی نفس فوق العاده مؤثر است و برای افراد الکلی و دارای فشار خون بالا و عصبی مضر بوده، حتی ممکن است فرد را به خودکشی وادارد. سردرد و گریه را نیز تشدید می کند.

"واگنر" موسیقیدان بزرگ، آثار کلاسیک خود را زیر سقفهای قرمز اجرا می کرد، زیرا این رنگ بیشترین تأثیر را در خود موسیقیدان دارد و در شنونده نیز اثری عکس رنگ زرد را ایجاد می کند.

رنگ آبی

رنگی است صاف و روشن، همواره بی تحرک و



نارنجی به وجود می آید و از آن جا که هردوگرمند، نارنجی دارای جذابیت و هیجان زیاد است. در گوارش غذا فوق العاده مؤثر و مفید است و در عین مهج بودن، آرامبخش و مسکن می باشد. نبض بر اثر این رنگ تندتر می زند، ولی برفشار خون مؤثر نیست.

وجود این رنگ در محیط به صورت غالب، موجب تحریک چشم، مغز و اشتهاست. اثر هضم را خوب و مناسب کرده، بهبود و خوشحالی در فرد ایجاد می کند. رنگی است که پیامبر (ص) بر آن تأکید فرموده اند، زیرا که بیانگر آمادگی و فعالیت است.

نمایشگر تداخل نور و ماده است. حداکثر گرمی و حرارت را داراست و روشن ترین رنگ در دایره رنگی است. منظره صبحگاه، طلوع خورشید و تابندگی درونی و باطنی را دارد و دارای نیروی آتشین و بلند، در عین حال پاک و آسمانی است. درخشندگی را افزایش می دهد، زیرا پرانرژی، تابان و فعال است، البته با سفید اثر خود را ازدست می دهد.

روحدار و جذاب است و محبت و خشم را با هم دارد. بیانگر زیبایی طبیعت (طلوع و غروب، شفق، خزان و پاییز) است.

بنفش

از ترکیب دورنگ قرمز و آبی حاصل می شود و رنگ سرد و کناره گیری است. کنایه ازغم و خون، تسلیم و بی خبری، ظلم، بی اختیاری، دشواری، مرموز بودن و برانگیزاننده احساسات است. ترکیبی از تسکین دهی و هیجان دارد، ولی در حالت کلی تعیین هویت و شخصیت می کند. می تواند به معنای هم ذات پنداری و صمیمیت

و ترکیبی از تمایلات جنسی و حتی به معنای کشف و شهود باشد. به دلیل خاصیت دوطرفه قرمز و آبی، خواب آور است و در افراد کم خواب درجات خواب را بالاتر می برد. گاهی تهدید کننده، گاه تشویق کننده و گاه امید بخش است. بطور کلی رنگی مسحورکننده و افسونگر است. بیانگر دینداری و تدین، وهم و خرافات است.

دارای اشعه الکترو شیمیایی بسیار قوی است؛ به همین جهت روی قلب و ریه و ورگهای خونی مؤثر است و مقاومت نسوج بدن و فعالیت جنسی زنان را زیاد می کند.

رنگی است پیر، به همین دلیل بچه هایی که علاقه مند به پدربزرگ و مادر بزرگ هستند، به این رنگ تمایل بیشتری دارند.

"گوته" می گوید: رنگ بنفش اشاره ای است به ترس زیاد، آخرت و انتهای جهان.

هرچه تیره تر باشد نهانگاه فاجعه و مصیبت و زمانی که روشتر باشد نشانه تقدس و افسونگری و سبیل هرج و مرج است. نشانگر ستایش، عظمت و

است. بالا برنده قدرت، عقل، صبر، اطمینان و مقاومت است. حتی در پزشکی نیز استفاده شایان توجهی دارد (رنگ لباس جراحان) و در موفقیت-های جراحی مؤثر است.

موجب توانایی، نظم و جهت دادن در جنگها شده، قدرت جنگی و جنگجویی را بالا می برد. در محیط پیرامون خود اثر خاصی دارد، به طوری که سبزینه و کلروفیل در گیاه به منزله خون در بدن انسان است. به همین جهت در نمودارها، در ستون مربوط به رشد و ترقی از سبز استفاده می کنند.

تقویت کننده روحیه غرور و اعتماد به نفس و مبین فشار و کنشی است که هیجانات آن هنوز بروز نیافته، یعنی اخفا کننده است. بیانگر ایده آنها، آمال و آرزوهای جوانان و تحرک و بی باکی فراوان است. در لندن افرادی که بنا به دلایلی قصد خودکشی داشتند، از بالای پل سیاه خود را به داخل رودخانه خاکستری که به آرامی در جریان بود می انداختند و آسمان همیشه ابری نیز کمک بیشتری به این امر می کرد. پس از مدتی رنگ پل را به سبز تغییر دادند و این موضوع به نسبت قابل توجهی موجب کاهش خودکشی از روی این پل شد.

رنگ سبزی برای جلوگیری از اسهال و تهوع بخصوص در وسایل رفت و آمد مفید است. اما برای چشم مضر می باشد، یعنی باید در کنار این رنگ، رنگهای الوان باشد تا چشم آسیب زیادی نبیند.

"منابع و مأخذ"

- ۱- اثر رنگ، اتین، مترجم محمد حسین حلیمی، انتشارات ارشاد اسلامی
- ۲- برنامه های آموزش هنر برای معلمان، هادی هزاوه ای

مرگ والفا کننده تنهایی و عشق یزدانی و جاودانی است.

ضد آن رنگ زرد می باشد. میکروب کش است و برای افراد مالیخولیایی، افسرده و سوداوی مزاج مضر است، زیرا حالشان را وخیم تر می کند.

سبز

ترکیبی از زرد و آبی اصلی است. رنگ سبز بیانگر جوانی، ایمان، عشق، عقیده دینی، توکل، فنا ناپذیری، ابدیت، فعالیت، لطافت، تقدس، معنویات، غرور، تسلط و برتری است. نشانگر طراوت و تازگی، اعتقاد به محشر و قیامت و رستاخیز، تحرک و انرژی، آرامش و روشنی، رضا و امیدواری، بهار و دانش، خوشحالی و لذت است و رافع خستگی و نشاط آور می باشد. با خاکستری روبه رویی می رود. وهم آور و مالیخولیایی است و در کنار نارنجی شدیدترین اثر خود را داراست. رنگ نوجوانی و شروع و بیانگر سبزی و اعمال حیاتی در گیاهان است که معلول عمل فتوسنتز می باشد.

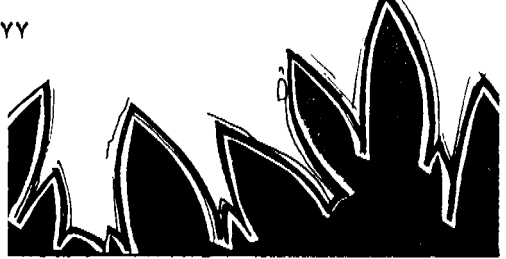
وقتی زمین را روشنی فرا می گیرد و ذرات آب و هوا در فضا معلق می شوند، وقتی عمل لقاح گیاهان و گرده افشانی آغاز می شود، رنگ سبز پدید می آید. رنگی برجسته و نمایان در میان تمام رنگها، که جهان آفرینش در یک سفره سبز رنگ گسترده شده است. آنچنانکه در کتاب آسمانی ما قرآن آمده است:

...وَيَلْبَسُونَ ثِيَابًا خُضْرًا... (سوره كهف، آیه ۳)

غَالِيَهُمْ ثِيَابٌ سُنْدُسٌ خُضْرٌ... (سوره دهر، آیه ۲۱)

مُتَكَبِّرِينَ عَلَى رَفْرَفٍ خُضْرٍ وَعَبْقَرِيٍّ جِسَانٍ (سوره الزحمن، آیه ۷۶)

رنگ سبز برای بیماران عصبی و روانی مفید



فصل یونز
 نیک مردان کجاست ایمانند
 طالب رشدن انانند
 نل انان امیت یادانده است
 به ایمداست کاین برانده است
 اولیا و مریان هر سال
 بهر اشد کمال در اطفال
 به تفاهت هم چون سخن سازند
 بیریق معرفت برافزارند
 به تفاهم هر آنکده یاسند است
 فصل یونز فصل یونز است

خط کادو مجور

شعر محمد حوادت

- ۳- تاریخ هنر، هو. جانسون، مترجم پرویز مرزبان.
 ۴- روان شناسی رنگها، ماکس بوشر
 ۵- روزنامه اطلاعات، دوشنبه ۹ آذر سال ۷۱،
 شماره ۱۹۸۰
 ۶- مجلات تربیت، شماره های ۱ و ۲، سال ۷۱-۷۰.
 ۷- نقاشی نوین، ای. رهسپر، انتشارات امیرکبیر

بقیه از صفحه ۲۵

تأثیر رادیو، تلویزیون و سینما در همانندسازی نوجوانان

علاوه بر نشریات مختلف، رادیو، تلویزیون، سینما و تئاتر نقشهای مهمی را در زندگی پسران و دختران ایفا می کنند. نفوذ آنها در رفتار دختران و پسران گاهی بیش از نفوذ خانواده و مدرسه است. به همین خاطر باید توجه داشت که تأثیر این عوامل وقتی سودمند و مفید خواهد بود که به طور غیرمستقیم هدفهای تربیتی جامعه را دنبال کند و محتوای آنها ناقص فعالیتها و اهداف مدارس و حتی دانشگاهها نباشد. برای این منظور باید بین اولیاء، مریان، مسؤولان رسمی آموزش و پرورش و مسؤولان اداره وسایل ارتباطات جمعی هماهنگی کامل وجود داشته باشد.

پاورقی:

- ۱- بنجامین اسپاک، پرورش فرزند در عصر دشوارما، صفحه ۲۱۵