



روانشناسی رنگ

نارنجی

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم

نارنجی، مخلوطی از قرمز و زرد است و گفته می‌شود که شوق را با استعداد ترکیب می‌کند. نارنجی رنگ یادگیری، آزمایش، قضاوت، پذیرش یا رد است. گفته می‌شود که نارنجی در از بین بردن مرزها و از میان برداشتن موانع، مؤثر واقع می‌شود و احساسات متلاطم را تسکین می‌دهد. در محیط نارنجی بودن، افق دید و فکر را وسیع‌تر می‌کند و به انسان جرأت و جسارت می‌دهد تا تغییرات لازم را به وجود آورد و عواقب کارهای خود را بپذیرد. کسانی که به شدت تحت تأثیر پویایی و انرژی نارنجی هستند، هرگز راضی نمی‌شوند که موقعیت ناراضی‌کننده را بدون مقابله با آن و همان‌طور که هست، باقی‌بگذارند. بنابراین، نارنجی رنگ دگرگونی‌ست و افرادی که تحت تأثیر آن قرار دارند، حاضرند هرکاری انجام دهند تا تغییرات چشمگیری را به وجود آورند. علاوه بر این، آنان پشتکار لازم برای انجام موفقیت‌آمیز هر پروژه‌ای را دارند.

علت و معلول، قانون حاکم بر دنیا

موفقیت و خوشبختی، حساب و کتاب دارد. «ارسطو» چنین می‌گفت: «ما در دنیای زندگی می‌کنیم که در آن، اصول و قوانین حاکم است، نه اتفاقات.» او می‌گفت: «هر چیزی به دلیل خاصی اتفاق می‌افتد، حتی اگر ما آن دلیل را ندانیم.» هم‌چنین معتقد بود که: «مبنای هر معلولی، علت یا علل خاصی است. هر عمل یا علتی دارای اثری است، حتی اگر آن را نبینیم یا نپسندیم.» «هرچه انسان بکارد، همان را برداشت خواهد کرد.» «نیوتن» این مهم را «اصل سوم حرکت» نامید و چنین گفت: «برای هر عملی، عکس‌العملی است مساوی و در جهت مخالف آن.» اصل علت و معلول می‌گوید که موفقیت، ثروت، خوشبختی و پیشرفت، همگی آثار و نتایج مستقیم یا غیرمستقیم علت‌ها یا اعمال خاصی هستند.

مهم‌ترین بسط قانون «علت و معلول» این است: افکار، علت هستند و شرایط، معلول. افکار شما، دلیل اصلی هر چیزی است که در زندگی‌تان پیش می‌آید. اگر می‌خواهید هر چیزی را به هر نحوی در زندگی‌تان تغییر دهید، باید ابتدا افکاری که موجب بروز آن‌ها می‌شود را تغییر دهید.

مسعود لعلی
masoodlaali@gmail.com



نارنجی و بدن

نارنجی با روده‌های پایین مرتبط است. نور نارنجی به جذب مواد غذایی کمک می‌کند و به این ترتیب، اختلالات هاضمه و دردهای روده‌ای تسکین می‌یابد. هم‌چنین نارنجی به جریان یافتن امور، از بین رفتن گرفتگی‌ها و انجام تغییرات لازم کمک می‌کند. بنابراین قرارگرفتن در محیط نارنجی و در میان اشیاء نارنجی‌رنگ، به عملکرد خوب جهاز هاضمه کمک می‌کند. نور نارنجی به ترمیم مفاصل پاره‌شده و جوش خوردن استخوان‌های شکسته و درمان دردهای عمیق ماهیچه‌ای نیز کمک می‌کند. هم‌چنین، در درمان مشکلات تنفسی مانند آسم و برونشیت، رنگ نارنجی مؤثر واقع می‌شود.

روان‌شناسی رنگ نارنجی

در رنگ‌درمانی، نارنجی می‌تواند در رفع ناتوانی‌های روانی، مؤثر واقع شده و احساس‌های عمیق ناراحتی و افسردگی که در پی از دست‌دادن عزیزی باشد، با استفاده از این رنگ، بهتر می‌شود. نارنجی می‌تواند به انسان نیروی روانی بدهد که او را قادر می‌سازد تا مشکلات را تحمل کند. به‌دنبال یک فقدان ناگهانی، بسیاری از مردم احساس می‌کنند که از لحاظ روانی فلج شده‌اند و دنیا را همراه با ترس می‌نگرند. این ناتوانی در مقابله با مشکلات یا ناتوانی در پیش‌رفتن، که از حادثه‌های ناگوار ناشی می‌شود، با استفاده از رنگ نارنجی و نور خورشید کاهش می‌یابد. رنگ‌درمان‌گران معتقدند که در رنگ‌آمیزی خانه، نباید قسمت بزرگی را به رنگ نارنجی درآورد زیرا این کار، موجب می‌شود که اتاق پرتنش و بیش‌ازحد تحریک‌کننده به‌نظر آید؛ آنان می‌گویند نارنجی، محرک است، بنابراین برای دکوراسیون اتاق بازی کودکان، ایده‌آل بوده اما بهتر است که والدین از این رنگ در اتاق خواب کودکان استفاده نکنند.

هلویی: عاشقان رنگ هلویی، اخلاق بسیار خوبی دارند، در هیچ موقعیتی، دودلی نشان نمی‌دهند و ارتباط برقرارکنندگان عالی هستند. آنان جذابیت و شکوه طبیعی دارند و بیش‌ترین تلاش خود را به کار می‌برند تا دیگران را راضی نگه‌دارند اما گاهی بیش‌ازحد، نگران راضی کردن دیگران هستند؛ به‌طوری‌که خواسته‌های دیگران را به خواسته‌های خود ترجیح می‌دهند، حتی زمانی که موقعیت ایجاب می‌کند که به فکر خودشان باشند.

کهربایی: افرادی که زیاد به خودشان اطمینان ندارند، بهتر است لباس‌های کهربایی‌رنگ بپوشند یا از لوازم زینتی کهربایی استفاده کنند تا عزت‌نفس‌شان بالا رود. هم‌چنین استفاده از این رنگ برای کسانی که از اضطراب رنج می‌برند یا نگران وقوع حادثه‌ای هستند، می‌تواند مفید باشد.

منبع:

«روان‌شناسی رنگ» «جان‌اتان دی ولسلی تایلور» ترجمه‌ی «مهدی گنجی»

تهیه و تنظیم: **دکتر پگاه فرخزاد** (عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی - واحد رودهن)
امیرمسعود رستمی (کارشناس روان‌شناسی و عضو باشگاه پژوهشگران دانشگاه آزاد اسلامی - واحد رودهن)