

ما هو تأثير الألوان على حياتك وأى لون يناسبك؟ (9)

إن سلطان اللون وقدرته التأثير على الإنسان شيء معروف منذ القدم، فالألوان المختلفة تمثل معاني مختلفة لكل شخص، لكن الحقيقة المعروفة أن لكل لون من الأشعة الطيفية يكون الطول الموجي للحيوية مختلفاً وهذا يساعد على توضيح لماذا تؤثر بعض الألوان على الأشخاص بالشكل الذي تفعله، وأننا اليوم ومع التطور التكنولوجي نملك أدوات تستطيع بالفعل أن تقيس تأثير الألوان على النشاط العضلي ومعدل سرعة النبض في قلب الإنسان ودرجة ضغط الدم.

إن إحدى التجارب التي تتضمن التأثير النفسي الفسيولوجي للألوان قام بها عالمان أمريكيان مختصان في الأمراض النفسية في جامعة كاليفورنيا على مجموعة من الأشخاص، وقد اكتشف العالمان أن اللون الأحمر رفع ضغط الدم عند الشخص الموضوع تحت التجربة وضاعف هيجانه وتوتره في الوقت الذي خفف فيه اللون الأزرق ضغط دمه وأنقص نسبة توتره ودفعه إلى الاسترخاء والراحة. وهذه الأيام فإن نظرية اللون هي حقيقة من حقائق الحياة، وتطبيقها يندرج بين الأمور العلاجية مثل المعالجين بالألوان الذين درسوا العلاقة بين الألوان والتغيرات الغدية ونظام تغذية خاص استناداً إلى ألوان الطعام، على الترتيب الحياتي كمصممي البيوت والمكاتب الذين يفكرون ملياً بمزايا ألوان الجدران والأثاث وأنوار المصابيح كما أن لدور طبيعة الألوان تأثيراً في حياتنا فنجد مستعملاً في كل مكان من محيطنا ففي المعامل تستعمل الألوان التي تؤدي إلى تحسين الفعالية والمعنويات لدى العمال، وفي المستشفيات تستخدم الألوان التي تعمل على تخفيف آلام المرضى أو مساعدتهم على الراحة، وفي المدارس لإيجاد أجواء البهجة والتشجيع على الدراسة. إذاً الألوان شيء ضروري لصحتنا ولحالتنا النفسية والذهنية، ولكل شخص طبيعة خاصة وألوان محببة له تختلف عن الأشخاص الباقين

ولمساعدتكم على تقوية تأثير اللون أو تخفيفه نقدم لكم بعض الحقائق والمميزات التي يتصف بها كل لون ومدى تأثيره علينا:
اللون الأحمر:

ويرمز إلى القوة الجسدية والشجاعة والتضحية وبسبب تأثيره التنبيهي يساعد على إزالة التشنج من الجسد، وعلى تنشيط الدورة الدموية ومضاعفة الشهية، وفي الوقت نفسه يوفر لك اللون الأحمر الإثارة الجنسية.

اللون الأزرق:

ويتصف بالمميزات التسكينية وقدرته الشفائية كما أنه يستطيع تخفيض الحرارة وتخفيف سرعة نبضات القلب حتى أنه يساعد على مقاومة الالتهاب ويعتبر من الألوان المهدئة للأعصاب وهو مناسب للغرف الصغيرة.

اللون الأصفر:

يوقظ القوة الذهنية ويقاوم السلبية والعصبية، وهو ينبه أيضاً عملية الهضم، وهو لون جيد للمدارس والمطابخ ولأي مكان تريد توفير البهجة له والسرور.

اللون البرتقالي:

يعتبر هذا اللون متوازناً لأنه مزيج من الأصفر والأحمر ويساعد هذا اللون في حالات معالجة المغص واختلال عملية الصبر والطمأنينة والقدرة على التحمل ويمنح التفهم والطمأنينة، وهو مناسب لغرف الجلوس.

اللون الأخضر:

إنه لون الطبيعة وبالتالي فهو يعزز الشعور بالسعادة والانسجام والصفاء ولأنه مزيج من الأصفر والأزرق فيعتبر مهدئاً للإجهاد ومخففاً للتعب والإرهاق، ويميل بعض الأشخاص إلى عدم الإحساس بالوقت في الغرف الخضراء وهذا ما يفسر طلاء غرف الانتظار باللون الأخضر.

اللون البنفسجي:

إنه اللون الذي يتصف بالروحانية والبدئية العالية ويعتبر من الألوان التي تهدئ الأعصاب والعضلات التي تتحكم بالقلب ولذلك فهو يستعمل في الغرف التي يكون فيها التفكير والتأمل مطلوبين.

اللون القرنفلي:

إنه الظلال الباهتة للون الأحمر مع العلم بأنه يؤثر على الذهن أكثر مما يؤثر على الجسد، وهو لا يناسب الأشخاص العصبيين أو الذين يكون نومهم خفيفاً لأنه يثير العاطفة وعلى كل حال فإن اللون القرنفلي يكون لون الحب وهو يثير فعالية قوية في تحقيق الشفاء.