

ألوان تحسن علاقتك بزوجك

معظم أطباء علم النفس اليوم يركزون على الألوان وعلاقتها الوثيقة بالمزاج العام للإنسان وخاصة المرأة لأنها أكثر «تقلبا» من الرجل نتيجة ما تمر به من تغيرات بيولوجية.

آخر الدراسات سطرها العالم الأمريكي سيغمان مارتن الذي اشتهر بمعالجة المرضى بالألوان وأثبت في دراسته أن الألوان تؤثر بشكل قوي على الحالة المزاجية والنفسية للمرأة مما ينعكس على عملها وعلاقتها بأسرتها وخاصة زوجها.

لكل تردد لون:

في دراسته يؤكد مارتن أن كل لون يتماشى مع ترددات معينة في الجسم وقد مكنه ذلك من معرفة أي الألوان تؤثر سلباً على نفسية المرأة وأنها يكون تأثيره إيجابياً عليها.
زاهية في الخريف:

اليوم ومع حلول فصل الخريف والعودة إلى المدارس والأعمال والانهماك بالحياة اليومية الرتيبة والمتعبة، وهذا كله كفيل بإثارة قلق سيدة البيت وتوترها واكتئابها، يرى كرم الطويل، أستاذ مصري متخصص في علم الألوان، أنه من الأفضل للمرأة أن تبحث عن نقيض هذا الفصل لترتديه، فإذا كانت الطبيعة الخارجية صفراء وشاحبة، فلا بد أن تكون الطبيعة الداخلية في المنزل ربيعية وزاهية تجلب الراحة والصفاء للقلب والنفس معاً.

ألوان للسعادة :

من أجل الربيع الداخلي، يضع كرم الطويل أمامك مجموعة من الألوان تساعدك على تحسين علاقتك بزوجك وأسرتك وتمنحك النفسية التي تبحثين عنها.

الأحمر :

يمنحك إحساساً بالدفء وينشط الدورة الدموية ويساعدك على التخلص من الرتابة اليومية بعد يوم عمل شاق، ارتديه عندما تشعرين بانخفاض مستويات الطاقة بداخلك فيزيدك حيوية وينعكس في الوقت نفسه على زوجك فيراك أكثر شباباً سريعة الحركة، مليئة بالطاقة والحيوية حتى وإن كنت تعديت سن الـ 45 عاماً.

البرتقالي:

عندما تلاحظين على نفسك أو على زوجك علامات انقلاب المزاج والعصبية فإن اللون البرتقالي يساعد كثيراً في تعديل المزاج والشعور بالرضا والسعادة كما يساعد هذا اللون على تقوية جهاز المناعة وشعور المرأة بالثقة الدائمة في نفسها، مما يقلل من احتمالات الشك التي تنتابها حيال زوجها.

الأصفر :

عندما تحتاجين للصفاء الفكري ورؤية الأشياء بواقعية وتحديد نقاط تميزك ونقاط إخفاقك مع أسرتك، حاولي ارتداء اللون الأصفر فهو يساعدك على ذلك ومن المعروف أن هذا اللون يخلص الجسم من السموم والشوائب.

الأخضر :

لا تتجاهلي هذا اللون واحرصي على أن تضميه إلى خزانة ملابسك وارتيه عندما تشعرين بتعب الأعصاب والقلق أو في حالة وجود مشاجرات بينك وبين زوجك فهو يخفف من حدة هذا التوتر، كما يخفف من حدة الإحساس بالإرهاق العام لارتباط هذا اللون بالطبيعة التي نميل إليها كبشر من حين إلى آخر.

التركواز:

لون ممتاز وننصح دائماً أن ترتديه المرأة من حين إلى آخر لأنه يساعد على مهارة التواصل بين الزوجين واستمرار حلقات النقاش والتفاهم بينهما، بل وإحساس كل منهما بالآخر حتى في عدم وجوده كما أنه يحسن الصحة العامة بشكل مباشر.

الأزرق :

لون الراحة والاسترخاء ويخفض درجة حرارة الجسم درجتين وننصح المرأة بارتدائه عندما تكون في نزهة خلوية. أو حينما تريد تمضية نهاية الأسبوع في مكان هادئ للاستجمام والدرجات الفاتحة من هذا اللون تشعر بك بأنك جزء من الفضاء والبحر مما يضيف عليك حالة رومانسية تنعكس فيما بعد على زوجك.

الفوشيا:

لون شديد التأثير على الرجل و يقوي المشاعر بين الزوجين ويزيد الارتباط العاطفي وهو لون مثير للانتباه ومحفز قوي للمشاعر وننصح أن ترتديه المرأة عندما ترغب في جذب انتباه زوجها إليها.

الرمادي :

تجنيبه إن كنت تعانين من فتور وبرود في علاقتك مع زوجك، فالرمادي لون بارد وبرودته تزيد الفتور بين الزوجين، للتغلب على ذلك عليك بالألوان النارية لجذب انتباه زوجك وتحريك مشاعره.

البنفسجي :

جميل وناعم وهو موضة اليوم، ارتديه في وقت العصر لارتباطه بالهدوء لكن ابتعدي عنه أن لم يكن مزاجك مرتاحاً تماماً، لأن كثرة النظر إليه تحرك الكآبة والحزن.

الأسود :

لون « شيك » يمتاز بالراقي ويعتبره مصممو الأزياء « ملك السهرات » لذلك فمن المحبب أن ترتديه عند دعوة زوجك لك على العشاء أو لتمضية أمسية مختلفة بينكما. فهذا اللون يجعله يشعر أنك « برنسية » أمامه تشعين تألقاً وفخامة.

الأبيض:

يشع صفاء ونقاء ويعكس ملامحك الطفولية ويظهرك أمام زوجك بمظهر المرأة الطيبة البريئة التي لا تعرف المشاكل.
نصيحة مفيدة:

في النهاية ينصح الطويل أن تكون ألوان اكسسواراتك متناغمة مع أسلوب وألوان ملابسك ونوع المناسبة أيضاً، فهي تزيد أناقتك إن استخدمتها بعناية، واحرصي على أن تكون بسيطة غير متكلفة لأن ذلك يعطي إحساساً برقي ذوقك.

احرصي أيضاً على أن يكون شكلك العام متناسقاً، وألوانك غير متنافرة حتى يفخر زوجك بك ولا يخشى من تقديمك للآخرين في بعض المجتمعات الخاصة به وبعمله.

كما لا تنسي أن تتعرفي على الألوان التي يحبها زوجك واحرصي على ارتدائها لأن ذلك يشعره بأنك تسعين لإرضائه وهذا وحده يكفي لكي يتقرب منك أكثر.

