

العنوان:	الألوان ودلالاتها النفسية والاجتماعية
المصدر:	المجلة العلمية لكلية التربية
الناشر:	جامعة الوادي الجديد - كلية التربية
المؤلف الرئيسي:	المحيسي، محمد عثمان علي
المجلد/العدد:	ع18
محكمة:	نعم
التاريخ الميلادي:	2015
الشهر:	مايو
الصفحات:	349 - 383
رقم MD:	1160592
نوع المحتوى:	بحوث ومقالات
اللغة:	Arabic
قواعد المعلومات:	EduSearch
مواضيع:	الألوان، التحليل النفسي، دلالات الألوان النفسية، دلالات الألوان الاجتماعية
رابط:	http://search.mandumah.com/Record/1160592



كلية التربية بالوادي الجديد
المجلة العلمية

الألوان ودلالاتها النفسية والاجتماعية

إعداد

الدكتور/ محمد عثمان على المحيسي

أستاذ مشارك - كلية التربية - جامعة نجران

العدد الثامن عشر - مايو ٢٠١٥

الحمد لله الذي انعم على عباده بنعمة البصر وإدراك الجمال اللوني والصلاة والسلام على رسول الله صلى الله عليه وسلم ، فالألوان من النعم التي انعم بها الله على بني الإنسان وهي محل اهتمام الكثيرين على اختلاف ثقافتهم وتخصصاتهم. ذلك لما تمتاز به من توصيف للأشياء من حولنا ؛ فالألوان بدلالاتها النفسية والروحية والاجتماعية والتربوية تبعث في النفس الإنسانية الراحة والاطمئنان. وتحاول الدراسة في هذه الصفحات السردية النظرية استقصاء دلالات الألوان النفسية والتربوية و الاجتماعية بطريقة منهجية ووصفية.

توجد الألوان في الطبيعة في شكل صخور وتربة ومعادن ومخلفات نباتية وحيوانية وغيرها. ويتطور الحياة الإنسانية صنع منها الإنسان الأول المساحيق والعجائن الملونة، ثم تدخل الإنسان بالفعل العلمي والكيميائي؛ لتصبح الألوان صبغات **Pigments** أكثر نقاءً وثباتاً ووفرة لاستخدامات متنوعة في تلوين المواد. ومن الموضوعات الهامة للتناول و الإجراء الوصفي التجريبي لحالات وجوده الصبغي المركب أو الضوئي الإشعاعي.

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى إلقاء الضوء على الألوان في الحياة العامة، كما تهدف إلى استقصاء أبعاد الألوان النفسية والاجتماعية والتربوية وأثرها على الإنسان، وأيضاً الإسهام في وضع قاعدة لونية نظرية لدلالات الألوان النفسية والاجتماعية والتربوية.

أسئلة الدراسة:

ما هو اللون؟ وما أهميته العامة للإنسان؟

لماذا نرى الأشياء ملونة؟

ما علاقة الألوان بالإدراك الحسي؟

إلى أي مدى تزيد الألوان من الإحساس بالسعادة؟

ما هي تأثيرات الألوان على النفس والمجتمع؟

مصطلحات الدراسة:

دلالات: هي المضامين والمعاني المعينة التي تشير إلى المغزى الدال عن

الشيء، والرمزية السائدة التي تفيد المعرفة بالمفاهيم في المجال المحدد.

الألوان: يقصد بها الهيئة التي تظهر بها الأشكال والأشياء بألوانها وظلمتها وتميز وجودها كمزجيات وإشعاعات. واللون له أصل وقيمة ودرجة نقاء.

القبعات الست: بتقنية القبعات الست نستخدم عملياً مهارات التفكير المختلفة للتعامل مع القضايا والتحديات التي نواجهها، وقد اختار دي بونو (de Bono,1992) هذه الطريقة نظراً لأن خلفيته كطبيب، جعلته يميز العاملين بقبعاتهم. فالمرضة ترتدي نوعاً من القبعات، والجنود يرتدون نوعاً آخر، ولاعب كرة المضرب لهم قبعاتهم المميزة، وهكذا. (١:١٧)

ماهية الألوان:

معنى اللون في اللغة والاصطلاح :

تمثلت اللغة كما يقول (مليخ مرد : ٢٠٠٨) : بتعبيرات وكتابات تستخدم فيها الألوان، فمثلاً نقول فلان ضحكته صفراء، وفلان يتطاير الشرر الأحمر من عينيه، وهذا لأن وجهه يحتقن بالدم ويبدو أحمر، واللون الأحمر إشارة إلى الفعل القوي. فإذا خف ونقص تأثيره أصبح وريداً إشارة إلى الحياة السعيدة النشطة اللطيفة، وعلى شاكلة ذلك نقول حياة وريدي أي تعني السعادة. أما الأسود فيعني انعدام اللون والضوء ويرمز للحزن والموت.

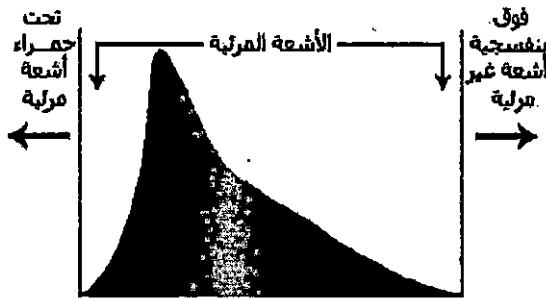
ويقول (مليخ مرد : ٢٠٠٨) اللون يُعرّف بأنه ظاهرة من النور أو الإدراك البصري يمكن المرء من التمييز بين الأشياء التي لولا هذا اللون لكانت متطابقة. ولكونها إحدى الخصائص التي تمكننا من تمييز الأشياء، وتعد الألوان معنى من معاني الحياة. وعليه، فإن قلنا إن الحقيقة تتداخل مع الحياة كان لنا أن نقول إنها- أي الحقيقة- تُرى خلال الألوان المختلفة.

يعرف (محمد السقا عيد، ٢٠٠٨م : ١) اللون بأنه ذلك التأثير الفيزيولوجي الناتج على شبكية العين، سواء كان ناتجاً عن المادة الصباغية الملونة أو عن الضوء الملون؛ فهو إحساس إنز وليس له وجود خارج الجهاز العصبي للكائنات الحية. ولكن المصورون والمشتغلون بالصباغة وعمال المطابع يقصدون بكلمة اللون المواد التي يستعملونها لمادة التلوين.

أما (إسماعيل، ٢٠٠١م: ١٢١) فيقول: اللون هو الأثر الفسيولوجي الخاص بوظائف أعضاء جسم الإنسان) الناتج عن شبكة العين سواء أكان ناتجاً عن

المادة الصبغية الملونة أو عن الضوء الملون، فاللون هو إحساس وليس له أي وجود خارج الجهاز العصبي للكائنات الحية.
اللون فيزيائياً:

يعرف (مصطفى، ١٩٩٧م: ٥٤٢) اللون فيزيائياً بأنه (الإحساس البصري المترتب على اختلاف أطوال الموجات الضوئية في الأشعة المنظورة، ويترتب عليه إحساس العين باللون مبتدئة من اللون الأحمر باعتباره أطول موجه منظورة، ومنتهية باللون البنفسجي كأقصر الموجات).



أما علماء الطبيعة فيقصدون بكلمة لون نتيجة تحليل الضوء (الطيف الشمسي) أو طول موجة الضوء، وفي الحقيقة يوجد كل من المادة الملونة أي المادة الصبغية وكذا الشعاع الملون أي الضوء الملون.

أقسام الألوان:

الألوان الأساسية والألوان المركبة: وهي الأحمر والأخضر والأزرق ومن هذه الألوان تُستخرج الألوان الأخرى، أما ألوان الطلاء الأساسية فهي الأصفر والأزرق والأحمر ومن هذه الألوان الأساسية نحصل بالمزج على الألوان الثانوية وهي الخضراء والبنفسجية والبرتقالية فاللون الأخضر هو مزيج الأصفر والأزرق واللون البنفسجي هو مزيج اللونين الأحمر والأزرق واللون البرتقالي هو مزيج اللونين الأصفر والأحمر أما ما تبقى من الألوان فينشأ عن مزج لونين أو أكثر من الألوان السالفة الذكر.

■ ■ ■ الألوان الأساسية (الأولية): وهي التي لا يمكن الحصول عليها عن طريق خلط لونين، مهما كانت، وهي ثلاثة ألوان: الأحمر - الأصفر - الأزرق. فتنبع جميع الدرجات اللونية التي نراها في الكون من هذه الألوان الثلاثة.

الألوان الثانوية: تنتج عن طريق خلط لونين أساسيين، وهي ثلاثة ألوان:



أحمر + أصفر = برتقالي.

أصفر + أزرق = أخضر.

أزرق + أحمر = بنفسجي.

دائرة الألوان: يقصد بها جمع الألوان وتصنيفها وفق نظام معين، وهناك عدد غير منتهي من درجات الألوان، كما يوجد العديد من الأشكال لدوائر الألوان، وتضم دوائر الألوان المعروفة:



الألوان الحارة والألوان الباردة:

يرجع هذا المصطلح الفني إلى زمن الفراعنة ويُقصد به انقسام الألوان إلى مجموعتين، مجموعة الألوان الحارة ومجموعة الألوان الباردة حيث يتضح من هذا التقسيم بأنه ذاتي فهو لا يتعلق موضوعياً بالألوان في حد ذاتها، وإنما يرتبط بالانطباع الذي تتركه الألوان في نفس الإنسان. وهكذا سميت الألوان الحارة وهي: الحمراء والبرتقالية والصفراء، وتشمل (الأحمر، الأصفر، البرتقالي، البرتقالي المصفر، البرتقالي المحمر، البنفسجي المحمر). وتقترن لدي الفرد بالشمس والنار والدم وما إليهما كمبعث للحرارة، وتشعرنا بالدفء، بينما تشعر وتذكر الألوان الباردة وهي: البنفسجية والزرقاء والخضراء وتشمل أيضاً (النيلي القريب من الأزرق، الأزرق المخضر، الأخضر، البنفسجي المزرق) بالسماء والماء والثلج والحقول الخضراء كمبعث للبرودة.

أما الألوان الساخنة: وغالباً ما يلجأ الفنانون في التعبير باللون أو المصورون الفوتوغرافيون إلى إحداث نوع من الاتزان داخل العمل الفني عن طريق التنوع بين الألوان الحارة والألوان الباردة داخل العمل أو الصورة. والمتأمل في خلق الله سبحانه وتعالى يجد أن مشاهد الألوان الباردة والحارة تمر علينا بشكل يومي، وتختلف تبعاً لطبيعة البيئة.

تركيب الألوان ودرجاتها:

وقد حدد علم الطبيعة اللون بالدلالات الطبيعية الثلاثة الآتية (محمد السقا،

٢٠٠٨م: ١):

١- طول الموجة: إن الإشعاعات التي تؤلف ضوء الشمس مثلاً يمكن أن تنشئت بالاستعانة بمنظور ثلاثي إلى ألوان الطيف (بنفسجي، أزرق، أخضر). والتي تتميز بحسب أطوال أمواجها إذ أن لكل لون طول خاص للموجة، وبعض الإشعاعات لا تستطيع العين أن تميزها مثل موجات تحت الحمراء وموجات فوق البنفسجية.

٢- النقاء: أي النسبة بين اللون وبين كمية الأبيض الموجودة.

٣- عامل النضوج: أي كمية الضوء المنقولة أو المنعكسة من اللون وبذلك يمكن لعيوننا أن تسجل وتذكر هذه الألوان السبعة (بنفسجي - نيلي - أزرق - أخضر - أصفر - برتقالي - أحمر) ومشتقاتها ودرجاتها المختلفة.

وللون ثلاث خواص رئيسية هي:

أ- كنه اللون Hue: المقصود به أصل اللون- المادة الملونة أو الصبغة- فهي

صفة تفرق ونميز بها بين لون وآخر عن طريق الكنه (احمد، ٢٠٠١م: ٤٦) وهو يشير إلى فصيلة اللون أو المجموعة التي ينتمي إليها لون ما.

ب- قيمة اللون Value: هي درجة الفاتح والقاتم أو الإضاءة والإعتام النسبي

في اللون. وكما أكد (احمد مختار، ١٩٩٧م : ١٠) بأن القيمة تعني مقدار إضاءة اللون أو كئنته، وبإضافة الأبيض والأسود نحصل على درجة اللون بدون تغيير في اسمه الأصلي، وهكذا إذا أضفنا لونا رمادياً كنتاج لهما حصلنا على ما يسمى بالقيمة الصبغية. ويكون اللون فاتحاً وقامتاً أحياناً نتيجة شدة الموجات الضوئية الساقطة على العين، وهناك ما يسمى بفتاحة اللون الذاتية بأن يكون افتح أو أغمق من درجة اللون

الأصلي، ونستنتج من ذلك تأكيداً لما ذكره (احمد، ٢٠٠١م: ٤٧) أن اللون يقوى ويشع بتشبعه بالذرات اللونية ويفقد بقلّة هذه الذرات مع قوته وإشعاعه.

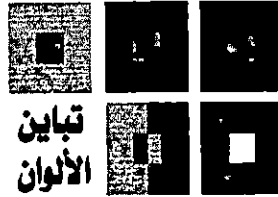
ج- الكروما **Chroma** وورد أيضاً بمعنى شدة اللون **Intensity** ومدى تركيزه **Saturation**: وهما مدى نقاء اللون وشدته وظهوره بصورته الحقيقية- أي درجة تشبعه ونقاءه- دون تأثير ناتج عن اختلاطه بالألوان المحايدة، وهناك حالات متعددة لنقص التشبع أو النقاء كما ذكر (إسماعيل، ٢٠٠٥م: ١٠٠) باختلاط الأصل مع الأبيض والأسود لتحديد الأصل، ويتفق مع ما ذهب إليه (أحمد، ٢٠٠١م: ٥١) عندما ينقص التشبع لاختلاط أصل اللون بقدر من اللون المضاد أن أصله- أي شدته- قد هدى.

علاقات الألوان:

يميز الفنانون بين نوعين من العلاقات اللونية: النوع الأول هي الأكوان المنسجمة والنوع الثاني هي الأكوان المتباينة بينما يضيف إليهما آخرون الأكوان المتكاملة أو المتقابلة.

- الأكوان المنسجمة: تنتج بالتجاور والتآلف، ويجمع بينها عنصر مشترك على سبيل المثال الألوان الثلاثة: الحمراء والبرتقالية والصفراء، ألواناً منسجمة لأن اللون البرتقالي الناشئ عن مزج اللونين الأصفر والأحمر يشكل العنصر المشترك بينهما.

- الأكوان المتباينة:



قائمة على التضاد والتنافر، وذلك بتباعد بعضها عن بعض وينتفي العنصر المشترك بينها، فاللون الأصفر يتباين مع اللون البنفسجي واللون الأحمر يتباين مع اللون الأخضر واللون الأزرق يتباين مع اللون البرتقالي وعموماً فكل لونين متقابلين في دائرة الألوان يتباينان بوضوح في علاقتهما.

الألوان المتكاملة:

وهي الظاهرة التي تزيد من اختلاف الألوان عند تجاورها، ويزداد التباين عند ارتفاع زيادة الاختلاف، ويحدث عند تجاور:

- الأبيض مع الأسود.

- الألوان الأساسية.

- الفاتح مع القاتم من نفس اللون، كالسماوي والكحلي.

- الألوان المتقابلة في دائرة الألوان:

كالأزرق والبرتقالي، ونجاً لاستخدام التضاد لإظهار عنصر أو جزء معين في العمل والتأكيد عليه، كما نستخدمها أيضاً لكسر اللون السائد، أو التخفيف من أثره على العين، أو لشد النظر لجزء معين أثناء العرض فيدخل في إخراج العمل وتأطيره.

- التأثير المتبادل بين لون وآخر:

ترتبط الألوان ويؤثر بعضها في البعض الآخر فعندما يوضح لون في لوحة يتأثر موقعه بضياء اللون المجاور له وهذا التغير السريع للألوان يشكل معضلة للفنان الأمر الذي يستوجب دراسة الألوان ومعرفة ما سيحدث لها قبل وضعها على اللوحة ، فاللون الأزرق يظهر بوضوح على الخلفية البرتقالية بينما يكاد يختفي على الخلفية الخضراء واللون البنفسجي الداكن يُظهر حدة اللون الأصفر بينما اللون البنفسجي الفاتح يخفف من بريقه أما نصوص الأزرق مع الأحمر الفاتح فهو اشد قوة من نصوصه مع الأحمر الداكن ، ولذلك نستنتج أن تنسيق الألوان على اللوحة يعتمد على الذوق الفني للرسام من جهة وعلى خبرته المكتسبة عبر التجربة من جهة أخرى .

الإدراك الحسي للون :

من ناحية العالم نيوتن نستطيع إدراك الأشياء الملونة إلا بواسطة الضوء الواقع عليها والذي يعكس جزء منه إلى عيوننا- ولذلك فأى شيء ملون إذا ما سلط عليه ضوء قوي فإنه يعكس إشعاعاً أكثر وبالتالي يظهر أكثر نصوصاً- أما إذا وقع هذا الشيء الملون تحت ضوء خافت فإنه يعكس إشعاعاً قليلاً ويظهر غير واضح، أما العين تعمل وفق نظام معين لإدراك المحسوسات إليها بواسطة موجات وترددات الضوء.

وقد برهن العالم نيوتن كما نكر (محمد السقا عيد، ٢٠٠٨م :١): أن

الضوء هو أصل اللون وإن الضوء الأبيض يمكن تحليله إلى ألوانه الأصلية كما يمكن

تجميع هذه الألوان لنحصل على الضوء الأبيض، إذن أينما وجد الضوء وجدت ألوان. وتبعاً لذلك فإن طبيعة الضوء تؤثر على طبيعة الألوان، فنجد أن الألوان تختلف في مظهرها تحت ضوء النهار عنها تحت الإضاءة الصناعية، وينبغي التأكد من ذلك من ملاحظة لون قماش معروض داخل معرض مضاء بالضوء الصناعي، ولون ذات القماش في ضوء النهار العادي.

ونرى الأشياء ملونة لأن أي جسم معرض للضوء يمتص الإشعاعات ويعكس البعض الآخر، ولون هذا الجسم هو لون الإشعاع المنعكس منه، فالفستان أحمر لأنه امتص كل إشعاعات الضوء الساقطة عليه وعكس إلى عيوننا الإشعاعات الحمراء، وذلك وفق المظاهر الفيزيائية لانعكاس الضوء كما أكد (موفق، ١٩٩٥م : ١٨) أن انعكاس الإضاءة: هو الضوء الإضافي في الظل الحقيقي للنموذج وينتج عن مساحة مضاءة موجودة بجانب النموذج.

وتنقل العين هذه الإحساسات إلى المخ عن طريق مجموعة الأقماع الشبكية الخاصة باللون الأحمر وبذلك يتكون الإحساس باللون الأحمر، وكذلك فالمياه تبدو زرقاء لأن ضوء الشمس يعاني الانعكاسات الانكسارية وأثناء مروره في طبقات الجو المختلفة في رحلته إلى الأرض بحيث تصل إلينا الإشعاعات الزرقاء فقط، ولهذا السبب أيضاً يبدو البحر أزرق اللون، بينما تبدو أمواج البحر بيضاء بسبب احتوائها على فقائيع الهواء التي تعكس كل الأشعة الضوئية ولا تمتص منها شيئاً.

والعين على درجة كبيرة من الحساسية خاصة للون الأخضر، وتتعدم هذه الحساسية عند نهائي الأحمر والبنفسجي، فالعين قادرة على إدراك أقل اختلاف في اللون ويمكنها أن تميز من ٢٠٠ إلى ٢٥٠ لون. وتميز العين بسهولة الألوان البنفسجية والحمراء ولا تستطيع بسهولة أن تقدر فروق درجات الألوان الصفراء.

أما الألوان في الظلام لا يمكن للعين أن تميزها، وعند حلول الظلام (الغروب مثلاً، أو خبو الضوء الكهربائي) لا يمكن تمييز اللون الأحمر عن الأخضر، ثم تقل قدرة العين على تمييز الألوان الآتية بالترتيب: (البنفسجي ، الأزرق، الأصفر ثم أخيراً الأخضر، أي أن اللون الأخضر يعتبر أكثر الألوان وضوحاً أثناء الليل)، بينما اللون الأصفر هو أكثرها وضوحاً أثناء النهار. واللون الأحمر لا يثير الشبكية

المكيفة للرؤية في الظلام كما أنه لا يثير التفاعلات الكيماوية الحساسة للضوء، ولذا يستعمل اللون الأحمر في الحجرات المظلمة الخاصة بتحريض الأفلام الحساسة.

عليه ومن - ناحية نفسية - إن الإحساس له درجة كبيرة من الأهمية لرؤية اللون والشعور به أياً كان نوع هذا الإحساس داخلي أم خارجي، وكما ذكر (احمد عزت، ١٩٦٨م: ١٥٨): إن الإحساس هو الأثر النفسي الذي ينشأ مباشرة عن انفعال حاسة أو عضو حاس وتأثر مراكز الحس في الدماغ، كالإحساس بالألوان والأصوات والروائح والمذاقات والحرارة والبرودة والضغط، إذن بمنطق علم النفس الإحساس باللون يتكون نتيجة خبرة تتسبب فيها منطقة الدماغ الحسية، بوساطة تنبيه الخلايا العصبية.

يعتقد العلماء (محمد السقا عيد، ٢٠٠٨م: ١): أن هناك ثلاثة أنواع من

النهايات العصبية الموجودة بشبكية العين (الأقماغ) وهي:

- المجموعة الأولى: ذات حساسية خاصة لتأثير الموجات الطويلة أو اللون الأحمر.

- المجموعة الثانية: ذات حساسية خاصة للموجات المتوسطة أو اللون الأخضر.

- المجموعة الثالثة: ذات حساسية خاصة للموجات القصيرة أو اللون البنفسجي.

وعلى هذا فاللون الأحمر يؤثر بقوة على المجموعة الأولى وله تأثير ضعيف على المجموعتين الأخيرتين، وهكذا كل لون يثير مجموعة أو مجموعات مختلفة من هذه النهايات. فإذا أمكن إثارة المجموعات الثلاث في وقت واحد وبنفس القوة نتج الإحساس باللون الأبيض، وإذا لم تثر هذه المجموعات إطلاقاً نتج الإحساس بالأسود.

عمى الألوان:

بعض الناس يرون الأجسام بغير ألوانها الطبيعية، فالألوان الحمراء يرونها سوداء أو الصفراء يرونها أكثر خضرة، ومنهم من لا يستطيع التمييز بدقة بين اللونين الأزرق والبنفسجي وهذا ليس ناتجاً من قلة معرفة بثقافة اللون، وإنما لعدة وراثية في الغالب، وقد تكون مكتسبة من بعض أمراض الشبكية والعصب البصري. وعمى الألوان الوراثي يحدث أكثر في الذكور (٣ - ٤ % من الذكور) ويندر حدوثه في الإناث، وإن كانت العلة تورث بواسطة الإناث إلى الذكور. والعمى الكلي للألوان نادر الحدوث وفيه لا يمكن للشخص تمييز أي لون. فجميع الألوان تبدو له رمادية ولكن ذات بريق مختلف.

أما عمى الألوان الجزئي فأكثر انتشاراً وفيه لا يستطيع الشخص التمييز بين الألوان الحمراء والخضراء. ومن هنا يتضح خطورة قيام مثل هذا الشخص ببعض الأعمال مثل سائق، بحار، طيار، ولا علاج لهذه العلة سواء العلاج الطبي أو الجراحي. ولا علاقة بين حدة الإبصار والقدرة على تمييز الألوان، فقد تكون قوة الإبصار ٦/٦ ولا يمكن تمييز الألوان، كما أن العكس صحيح؛ فقد تميز الألوان جيداً ويكون البصر ضعيفاً.

فينبغي أن ينظر الناظر للألوان بروح صافية ونظرة متفائلة، إذا لم توجد مشكلة ذات نوعية خلقية أو صحية مثل عمى الألوان أو مشكلة في القرنية أو القرحة أو الشبكية وغيرها. فمثل هذه المشكلات قد تؤدي إلى انعدام الرؤية الصحيحة للون المرئي والى طبيعته.

الألوان في القرآن:

إذا غفلت عيوننا البشرية عن الالتفات إلى مشاهد الجمال ذكرنا القرآن الكريم به وبكلمة اللون ومشتقاتها تسع مرات في سبع آيات كريمة. ومن بين تلك الآيات التي يوقفنا القرآن عندها وأمامها كثيراً جمال الألوان. ولقد خلق الله تعالى كل ما في الكون وسخره لخدمة الإنسان ولتحقيق راحته وهنائه، فأشار (محمد السقا عيد، ٢٠٠٨م: ٤) حرصت القدرة الإلهية على أن تكون المخلوقات جميلة مع كونها نافعة، فيفيد الإنسان وينتفع بها، وفي الوقت ذاته يُسرّ بجمال الأشكال وتعدد الألوان، ذلك الجمال الرائع المنبعث في لوحه الكون. ويمكن إدراج مثال لذلك من خلال رؤية الطبيعة والنباتات.

الطبيعة:

تجد الجبال ماثلة ألواناً عدة، وكان في مقدرة الخالق سبحانه وتعالى أن يجعلها لوناً واحداً، لكن السرور البشري يتحقق في تعدد الألوان - لكل لون قوة تسهم في إظهار اللون الآخر - لذا وجد في طبيعة الأشياء عامة وفي الجبال خاصة؛ طرائق بيض وحمرة وذات ألوان أخرى. فيقول الحق سبحانه وتعالى: (الم ترى أن الله أنزل من السماء ماء فأخرجنا به ثمرات مختلفا ألوانها ومن الجبال جدد بيض وحمرة مختلف ألوانها وغرابيب سود. ومن الناس والدواب والأنعام مختلف ألوانه) سورة فاطر آية ٢٧. وكلمة الجدد: تعني الطرائق ومفردها جدة. أما الغرابيب السود: فهي

الجبال السود الطوال. وعندما ندير أبصارنا من الجبال المتعددة الألوان إلى الجبال الأسود الغرابيب أو منه إلى الجبال ذات الألوان المتعددة نستشعر تقابلاً فينبعث السرور كما في استخدام المقابلة والطباق في الشعر والأدب. وهذه الآية تذكر اللون الأبيض واللون الأحمر، أما بقية الألوان وما أكثرها وما أشد اختلافها وتعددها فيذكرها إيجازاً وتركيزاً قوله تعالى (مختلف ألوانها).

إن في تعدد ألوان الأحجار وامتزاج أحدها بالآخر لجمال يبهر العين تماماً كما تبهرها ألوان الشعب المرجانية في قاع البحر الأحمر. والقرآن الكريم يذكر عبارة (مختلف ألونها) بعد قوله تعالى " (بيض وحمرة) وكان في هذا إشارة إلى أن اللونين الأساسيين هما الأبيض والأحمر أما ما عداهما من ألوان مختلفة فهي مركبة من هذين اللونين . وفي الأنعام : فمن تعدد جلود الأنعام يتحقق ذلك الجمال الذي اشارت إليه تلك الآية الكريمة : (ولكم فيها جمال حين تريحون وحين تسرحون) النحل آية (٦) . ونجد تعدد ألوان الأنعام في قوله تعالى : (ومن الناس والذوات والأنعام مختلف ألوانه كذلك) فاطر آية (٢٨) . أي فيهم الأحمر والأبيض والأسود وغير ذلك وكل هذا - فيما يعبر الإلمم القرطبي - دليل على صنائع مختار.

وكلمة (كذلك) في الآية السابقة لها دلالتها على تأكيد الإنسان بأن تعدد الألوان ورد ليس في الجبال فحسب، وإنما في الكائنات الحية المتميزة بالروح والإحساس (الناس والذوات والأنعام). وذكر (الأنعام) بعد (الذوات) من باب عطف الخاص على العام . وإقرار (الأنعام) لأهمية جمال ألوان الأنعام لنا لكونها أكثر من غيرها حضوراً بيننا، فالأغنام مثلاً في الحقول أما الثعالب والذئاب والأفيال ففي الغابات وربما نتعذر رؤيتها على كثيرين.

النباتات:

نشاهد في حياتنا اليومية كثيراً من الألوان المختلفة؛ فنشاهد الأخضر (لون النباتات والزرع)، ولعله أكثرها انتشاراً وأعظمها شأنًا، وهو يبعث في نفس الإنسان كثيراً من البهجة والسرور وخصوصاً إذا كان هذا اللون يكسو الأرض في مساحات شاسعة كما هي الحال في الحدائق والبساتين و الحقول المترامية الأطراف أو في الوديان التي تمتد عبر الصحراء حيث تكسوها الأعشاب والنباتات الخضراء بعد هطول الأمطار عليها وهو ما تشير إليه الآية الكريمة التالية: (ألم تر أن الله أنزل من السماء

ماءً فتصبح الأرض مخضرة). ونقرأ قوله تعالى: (فأخرجنا منه خضراً نخرج منه حياً متراكباً) سورة الأنعام (٩٩). قيل الخضر هنا: الزرع الأخضر، وشجرة خضراء أي لأمرين: خضور وأرض خضرة كثيرة الخضرة وخضر الزرع خضراً: نعم وأخضره الري. وأفضل الألوان كلها وأشرفها لون الخضرة وذلك لأمرين :

الأمر الأول: هو أن الله سبحانه وتعالى وصف في كتابه العزيز أهل جنته المخصوصين بتقريبه ومزيته بلباس الثياب الخضراء، فقال تعالى في وصفهم (عاليم ثياب سندس خضر وإستبرق) الإنسان آية (٢١). وقال سبحانه في موضع آخر (ويلبسون ثياباً خضراً من سندس وإستبرق) الكهف (٣١). فلو كان في الألوان أفضل من الخضرة لوصفهم الله سبحانه بذلك.

الأمر الثاني: ما في لون الخضرة من تقوية للنظر والزيادة في حاسة البصر، وسبب ذلك فيما يقوله أهل الطب أن اللون الأخضر يجمع الروح الباصر جمعاً رقيقاً مستلذاً غير عنيف وإن كان اللون الأسود يجمع الباصر أيضاً لكنه يجمعه بعنف واستكراه على ضد ما يجمعه اللون الأخضر، وكما يقولون (الماء والخضرة والوجه الحسن مذهبة للحزن). ويقول تعالى: (فأنبتنا به حدائق ذات بهجة) النمل آية (٦٠). وإن ثلوثين زهرة واحدة وتنسيقها ليعجز عنه أعظم رجال الفنون من البشر. وإن تموج الألوان وتداخل الخطوط وتنظيم الوريقات في الزهرة الواحدة ليبدو معجزة تتقاصر دونها عبقرية الفن في القديم والحديث فضلاً عن معجزة الحياة النامية في الشجر وهي السر الأكبر الذي يعجز عن فهمه البشر.

ويرجع هذا اللون الأخضر الذي ينتشر في النباتات على اختلاف أنواعها وأشكالها وأحجامها (وخصوصاً في أوراقها الخضراء) إلى مادة كيميائية معقدة التركيب يطلق عليها علماء النبات اسم اليخضور أو الكلوروفيل (Chlorophyll). وكان المعتقد في بادئ الأمر أن الكلوروفيل عبارة عن مادة واحدة ولكن وجد بعد تقدم البحوث النباتية وعمل التحليلات الدقيقة أنها تتركب في واقع الأمر من أربع مواد مختلطة بعضها ببعض وتلك هي (كلوروفيل أ) و (كلوروفيل ب) ولونهما أخضر بالإضافة إلى مادتين أخريين وهما (الكاروتين) و (الزانثوفيل) وهما صبغان نباتيان لونهما أصفر.

إن هذه المادة المعقدة التي يغلب عليه اللون الأخضر هي أحد المعجزات الحقيقية التي أوجدها الله سبحانه وتعالى في دنيا النبات إذ أنه يلعب في تكوين الأغذية النباتية دوراً يفوق كل خيال، فالنبات على سبيل المثال يمتص من التربة التي يترعرع فيها كمية من الماء كما يمتص ثاني أكسيد الكبريت من الهواء الجوي الذي يحيط بنا في كل مكان. ومن هاتين المادتين البسيطتين (الماء وثاني أكسيد الكربون) يستطيع الكلوروفيل إنتاج المواد الكرب والكريمة: البسيطة أو المعقدة مثل الأنواع المختلفة من السكر ومنها سكر الجلوكوز وسكر الفواكه وسكر القصب وسكر البنجر. وأيضاً الأنواع المختلفة من النشا مثل النشا الموجود في حبوب القمح أو الذرة أو الأرز أو الشوفان أو في بعض الأجزاء النباتية الأخرى مثل درنات البطاطا والبطاطس وغيرها.

ويعيش الإنسان وكذلك جميع الحيوانات التي تدب على سطح الأرض على تلك المنتجات النباتية التي لا يستطيع أحد إنتاجها من المواد الخام على الإطلاق كما تفعل النباتات الخضراء، وبذلك يكون الكلوروفيل هو المادة المنتجة لجميع الأغذية النباتية أو الحيوانية على حد سواء. وبالإضافة إلى تلك المادة الخضراء (الكلوروفيل) تحتوى النباتات على مواد أخرى كثيرة لها ألوان متباينة ومنها الصبغ الأزرق والصبغ الأصفر والصبغ الأحمر والصبغ البني وغيرها. وتشاهد مثل تلك الألوان في كثير من الأجزاء النباتية وخصوصاً الأزهار والثمار، كما يتضح من الآية الكريمة: (فأخرجنا به ثمرات مختلفاً ألوانها) فاطر آية (٢٧).

اللون الأصفر:

ورد في القرآن الكريم السرور- سرور الإنسان- عقب ذكر اللون الأصفر الفاقع على جلد بقرة، قال تعالى: (قالوا ادع لنا ربك يبين لنا ما لونها قال إنه يقول إنها بقرة صفراء فاقع لونها تسر الناظرين) سورة البقرة آية (٦٩). قيل: (فاقع لونها) شديد الصفرة تكاد من صفرتها تبيض وقيل صافية اللون، وهي تسر الناظرين فإذا نظرت إلى جلدها تخيلت أن شعاع الشمس يخرج من جلدها.

وعن اللون الأصفر بصفة عامة وكونه باعناً للسرور، قال ابن جرير عن ابن عباس: (من لبس نعلا صفراء لم يزل في سرور ما دام لابسها)، ويرفض المفسرون أن يفهم قول القرآن (فاقع لونها) بمعنى تسود من صفرتها ويجعلونه قولاً غريباً. ويرى القرطبي أنه لا يستعمل مجازاً إلا في الإبل. قال تعالى (كأنه جملة)

صفر) المرسلات آية (٣٣) وذلك أن السود من الإبل سوادها صفرة، ولو أراد سبحانه وتعالى السواد في حديثه عن البقرة- لما أكده بالفقوع والفقوع نعت أو صفة مختص بالصفرة ولا يوصف به السواد. تقول العرب: (بشير فارس: ٢٠٠٨م) أسود حالك وحلكوك وجوجي غريبب وأحمر قاني وأخضر ناضر وأبيض ناصع وساطع وأصفر فاقع. ويقول الكسائي: فقع لونها إذا خلصت صفرتها.

وقد ذكر القرطبي: قال ابن عباس (الصفرة تسر النفس)، وحض على لباس النعال الصفر حكاه عنه النقاش، وقال علي بن أبي طالب رضي الله عنه: من لبس نعلي جلد أصفر قل همه لأن الله تعالى يقول: (صفراء فاقع لونها تسر الناظرين) حكاه عن الثعلبي. ونهي ابن الزبير ومحمد بن أبي كثير عن لباس النعال السود لأنها تهم (أي تبعث الهم في النفس).

ولا غرابة في نهي ابن الزبير وابن كثير عن لبس النعال السوداء ولا في حث ابن عباس وعلي ابن أبي طالب رضي الله عنه على لبس النعل الأصفر، فقد غدت دراسة الألوان والتأثير الخاص بكل لون على النفس، ودراسة وتشخيص النفوس من واقع اهتمامها الفعلي وإحساسها بالألوان وحب ألوان معينة غدا هذا أمراً معروفاً في عصرنا، والمحك عند القدماء والمحدثين كليهما هو التجربة والنظر أحوال النفس ونفوس الآخرين في حالات متعددة ثم تقرير نتائج وأحكام، فلا يجب أن نرفض حكماً قديماً لمجرد كونه قديماً أو نصفق لجديد لمجرد كونه جديداً، وإنما نعود- مثلاً- إلي تجاربنا الخاصة ونحكم عقولنا ونحتكم إلى أدواقنا.

ولقد كان أسلافنا أهل ذوق رفيع، فها هو الشيخ شرف الدين أبو نصر محمد بن أبي الفتوح البغدادي وشهرته (ابن المرة) في كتابه (مفرح النفس) وفي باب جعل له عنواناً: في اللذة المكتسبة للنفس عن طريق حاسة البصر يقول: (النفس تبتهج بما كان من الأجسام له اللون الأحمر والأخضر والأصفر إما بسيطاً أو مركباً بعضها من بعض فنظر هذه يوجب راحة النفس ولذة القلب وسرور العقل ونشاط الذهن وتوفر القوى وانبساط الروح.

وأنظر إلى حكمته- سبحانه وتعالى- كيف جعل هذه الألوان الأربعة المذكورة- أعني الأصفر والأبيض والأحمر والأخضر في أعظم الأجساد وأشرفها وأبهجها وأحسنها منظراً وهي الذهب الأصفر واللؤلؤ الأبيض والزمرد الأخضر

والياقوت الأحمر، ولم يجعل شيئاً من الأحجار أعز منها ولا أشرف، وجعل غاية كل واحد منها أن يكون بهذا اللون المذكور (فتبارك الله أحسن الخالقين).

تعد السعادة الكنز المفقود الذي يبحث عنه الجميع، فهي إحساس جميل يجمع بين البهجة والاستمتاع في آن واحد، وإذا أعطى الإنسان السعادة فإنه يحكم على حياته بأنها حياة جميلة ومستقرة خالية من الآلام والضغط على الأقل من وجهة نظره. وكعادتهم، يختلف الناس في طرق البحث عن السعادة، فمنهم من يجدها في المال، بينما يجدها آخرون في الزواج، ويرى فريق ثالث أن سعادتهم الحقيقية هي رسم البسمة على وجوه حرمت من الشعور بالسعادة. وحتى هذه اللحظة يعتقد كثيرون أن سعادتهم هي خطوط يرسمونها بأيديهم، فكل إنسان يعرف بالطبع من أين تأتي سعادته، ولا يستوعب أن الوراثة تتدخل في الشعور بالسعادة، كما تدخلت في تحديد الجنس والشكل.

وفي دعوة علمية صريحة للبحث عن السعادة، كي تخلص الأجيال القادمة من ويلات الحزن والكآبة، أفاد باحثون اسكتلنديون واستراليون أن الجينات الوراثية تتحكم بمزاج المرء فتجعله إما سعيداً أو بائساً، لأن الشخصية والسعادة في نظرهم أمران متصلان ببعضهما بفعل الوراثة (٢:٢٠).

وأوضح الباحثون في جامعة أدنبره باسكتلندا ومعهد الأبحاث الطبي في استراليا أن السعادة لها علاقة بالجينات الوراثية، وأن هذا العامل يلعب دوراً هاماً في تكوين شخصياتهم، مشيرين إلي أن هؤلاء لا يميلون بطبيعتهم إلي الكآبة بل الانفتاح علي الآخرين والاختلاط بهم.

وبحسب الدراسة -التي نشرت في مجلتي "العلوم النفسية"، و"جمعية علم التحليل النفسي"- جمع العلماء معلومات عن أكثر من ٩٠٠ توأم تتعلق بأمزجتهم وركزوا علي الميزات الشخصية التي تجعلهم سعداء أكثر من غيرهم. وإشار الدكتور الكسندر ويس من جامعة أدنبره إلي أن نتائج الدراسة أظهرت أن الاختلافات بين الناس تصل إلي ٥٠% عندما يتعلق الأمر بالسعادة أو الشقاء، وأنه يجب عدم الاستهانة بأمور أخري قد تؤثر علي أمزجة البعض مثل العلاقات الاجتماعية وأمور الصحة والعمل، وبأن التعرض لبعض الألوان منها الأزرق والأخضر والبرتقالي والبنفسجي قد يزيد من الإحساس بالسعادة والثقة بالنفس. وعرض باحثون في الدراسة، التي نفذتها (مايند لاب)، وهي مؤسسة تضم مجموعة من العلماء في

بريطانيا، لعدد مختلف من الألوان والأضواء، ووجدوا أن اللونين الأزرق والأخضر زادا من إحساس الذكور بالسعادة، فيما جاء تأثير الأزرق والبنفسجي والبرتقالي مماثلاً على فئة النساء.

قد عزز اللونان الأزرق والأحمر من مستويات الثقة بالنفس بين الذكور، وكان للأزرق والبنفسجي ذات المفعول على الجنس الناعم، كما اكتشف الباحثون أن التعرض للألوان البراقة عموماً له فوائد.

وعرض العلماء مجموعة متطوعين لتلك الأضواء، وجاءت نتائجهم أسرع في الاختبارات الذهنية بنسبة ٢٥ في المائة، وفي ردة الفعل بنسبة ١٢ في المائة، إلى جانب تحسن في القدرة على التذكر، بالإضافة إلى ذلك، كشف الباحثون إن قبضة من تعرضوا لألوان براقة، كانت أقوى من سواهم.

وأوضح الدكتور ديفيد لويس أن إضافة المزيد من الألوان على حياتنا، تحديداً في فصل الشتاء، قد تطرد كآبة الشتاء، كما أظهرت الدراسة أن معظم الأشخاص اختاروا اللون الأزرق على أنه لونهم المفضل، غير أن النساء بينهم اخترن اللون الأزرق المظلل بالأحمر، بينما اختار الرجال اللون الأزرق القريب من الأخضر. يذكر أن هذا الأمر قد يعود إلى قدرة النساء البيولوجية على التمييز بصورة أفضل من الرجال بين اللونين الأحمر والأزرق.

عرض دلالات الألوان :

ترتبط الألوان بمعانٍ راسخة في عقلنا الباطن، نتيجة لخبرات بعضها موروث في الجنس البشري وأخرى مكتسبه من الحياة. فنجد أن للألوان دلالات معينة وإرتباطاً بالظروف التي مررنا فيها. وفي هذا تفسير للأسباب التي تجعل البعض يميلون إلى ألوان دون أخرى. والألوان بصفقتها خبرة مرئية تزيد ثباتاً ودواماً في عقولنا عن أي خبرات مكتسبة عن طريق الحواس الأخرى، فمن الأسهل أن نتذكر شكلاً أو لونا رأيناه. وقد أثبتت الدراسات السيكولوجية التي أجريت على مجموعة أفراد يختلفون في ثقافتهم وميولهم أن هناك دلالات عامه تكاد تشترك فيها الغالبية العظمى من الناس ذوي الثقافة والبيئة والمناخ الواحد. فنستعرض أهم دلالات بعض هذه الألوان من حيث الخاصية والدلالة والاستخدام لكل لون (قمّاش، ٢٠٠٧):

الأبيض: يشع صفاء ونقاء ويعكس ملامح الطفولة، ويرمز للطيبة، والبراءة، والطهارة، يرمز للسلام.
الرمادي: لون أنيق ومتميز، والرمادي الفاتح لون بارد وبرودته تزيد الفتور، وغالباً ما يستخدم معه الألوان الدافئة للتغلب عليه وذلك لجذب الانتباه، وتحريك المشاعر. أما الرمادي المعتدل فحزين بعض الشيء، ولإضفاء إحساس لطيف من الأفضل أن يكن لامعاً، فيذكر باللؤلؤ أو الفضة فحده في ممرات المستشفيات.
الأسود: لون أنيق وفخم يمتاز بالرقى، ويمتص اللون الأسود الضوء، ويذكر بالقسوة ولذلك حيث يضافي جوا من الكآبة. ولكنه يساعد على إبراز الألوان الأخرى إذا استخدم بلمسات بسيطة، وهو لون الحزن أيضاً...
الأصفر: هو أقرب الألوان إلى الضوء، يجمع بين الدفء والمرح، وينشط الذهن ويساعد على التركيز. والأصفر النقي المشرق (لون الليمون) أفضل من الأصفر الهادئ الذي يضافي على المكان مسحة من الحزن.
البرتقالي: لون دافئ ومشرق، شبيهه بخصائص اللون الأحمر، كما يساعد كثيراً في تعديل المزاج والشعور بالرضا والسعادة، والشعور بالثقة والحيوية.
الأحمر: يمنحك إحساساً بالدفء وينشط الدورة الدموية ويلفت الانتباه.
الأحمر الفاتح (الفوشي - الوردي - الزهري) يقوي المشاعر ويدل على النعومة والرغد والسهولة، ويزيد من الارتباط العاطفي وهو لون مثير للانتباه ومحفز قوي للمشاعر.
أما الأحمر الداكن فهو أكثر هدوءاً ويوحى باليسر والفخامة.
البنفسجي المحمر: الفاتح يكون لون هادئ ودافئ إذا استعمل بلمسات بسيطة، أما إذا استعملت كلون موحد (كخلفية أو أرضية) فيضفي على العمل مسحة رسمية باردة.
البنفسجي: جميل وناعم ويرتبط بالهدوء، ولكن يفضل الابتعاد عنه إن لم يكن المزاج جيداً، لأن النظر إليه يحرك الكآبة والحزن، ويسمى هذا اللون عند بعض الفنانين لون الحزن الهادئ خصوصاً إذا كان معتدلاً بين الزرقة والحمرة.
الأزرق: هو أفضل الألوان التي توحى بالهدوء والاسترخاء، ويخفض درجة حرارة الجسم درجتين.
الأزرق الفاتح: الدرجات الفاتحة من اللون الأزرق تشعرك بأنك جزء من الفضاء والبحر مما يضافي عليك نوع من الحرية، كما يضافي جواً من النظافة.

الأزرق القاتم: قليلاً فيستخدم للثبات والاتزان فيضفي جواً من الرسمية. وأما الأزرق الداكن جداً فيضفي ثقلاً على الأحجام.
الأخضر المزرق (التركواز أو الفيروزي): لون يدل على التفاؤل و التواصل بين الأشخاص والتفاهم بينهما.
الأخضر: يتميز بكونه لوناً مهدئاً ومضاداً للتوتر، يضيف على الجو مسحة من السكون والطمأنينة، كما يعد مسكن لتعب الأعصاب والقلق، فالأخضر لون مريح، وهو يخفف من حدة هذا التوتر كما يخفف من حدة الإحساس بالإرهاق العام لارتباط هذا اللون بالطبيعة التي تميل إليها كبشر من حين إلى آخر.
الأخضر الفاتح: هو لون الانتعاش والراحة المطلقة ويمنحك الإحساس بالاتساع والتفاؤل، لذا يستخدم غالباً في غرف العمليات.
الأخضر القاتم: يوحي بالغموض وتوقع المفاجآت، أما الأخضر المصفر فيعطينا الإحساس الراحة المليئة بالمرح والحيوية.
البنّي والبيج: (الأصفر الفاتح، البنّي الفاتح) تتميز هذه الألوان بكونها مهدئة بالنسبة للأشخاص المتفائلين، ولكنها يمكن أن توحى بالخمول بالنسبة للمتشائمين.

مناقشة دلالات الألوان النفسية:

تعتبر الألوان ترجمة حقيقية لمزاج الإنسان: (مننديات فنون). ويقول الأستاذ أيمن ياسين، أخصائي العلاج بالفن بقسم النفسية بمستشفى باقنو والدكتور عرفان بجدة إن للعلماء البريطانيين سبق في اكتشاف أن جسم الإنسان يحتاج إلى ألوان معينة دون سواها لتحسين أدائه الذهني والجسدي، وأنه يتوجه إلى الألوان التي تنقصه في أوقات مختلفة في حياته وكان ذلك سبيلاً لعلاج أنواع مختلفة من الأمراض تتراوح بين الاكتئاب وفرط النشاط .

لذلك يجب على الوالدين احترام اختيار الأطفال للألوان سواء ألوان ملابسهم وغرفهم أو أدواتهم الشخصية لأنهم في حاجة إلى هذه الألوان. ولأصحاب الطب البديل آراء في العلاج بالألوان فهم يقولون إن كل لون في الطيف له تردد تنبؤي أو اهتزازي مختلف. وقد أشار الباحثون إلى أن الألوان الرئيسية التي تؤثر على الإنسان هي المتدرجات اللونية لقوس قزح (ألوان الطيف) التي تشمل الأحمر والبرتقالي والأصفر والأخضر والأزرق والنيلي والبنفسجي. ويُعتقد بأن أول أربعة منها هي أكثر الألوان المنشطة بينما الأربعة الأخيرة الأكثر هدوءاً وراحة .

وفي دراسة أجريت عام ١٩٨٢ بكلية التمريض بسان دييجو، تم فيها تعريض ٦٠ امرأة في متوسط العمر يعانين من التهاب روماتيزمي في المفاصل إلى اللون الأزرق مدة ١٥ دقيقة لمدة سبعة أيام، ولوحظ بعدها تحسن ملموس في شدة الألم الذي خف بدرجة كبيرة عن ذي قبل.

هذه التقنية إذا لم تعالج الحالات المرضية فإنها تساعد في تحسين الصحة النفسية للمريض بشكل عام فعلى سبيل المثال يمكن تخفيف حالات التوحد والعدوانية عند الأطفال كما تساعد في تحقيق الدعم والراحة النفسية لمرضى السرطان وتحسين نوعية حياتهم. وقد وضع أصحاب الطب البديل بعض الاستعمالات العلاجية للألوان، فمثلا:

اللون الأحمر: لون العواطف والطاقة ويساعد في حالات العجز الجنسي.

اللون الأزرق: لون الهدوء والاسترخاء ويفيد في الإقلال من التوتر العصبي ويوحي بالهدوء والطمأنينة. إلا أنه يقلل من الشهية، وعليه يجب عدم وضع أطباق باللون الأزرق على طاولة الطعام. ويلاحظ عدم وجود طعام طبيعي من خضار أو فاكهة باللون الأزرق.

- **اللون الأصفر:** لون السعادة والذكاء والمرح والانشراح. يزيد الطاقة ويجمع الدفء ويساعد على الإبداع والكتابة وهو أشد الألوان إيقاعا في ذاكرة الإنسان.

اللون الأخضر: من الألوان الهادئة المهدئة والمضادة للتوتر. يناسب غرف الأطفال بدرجات الفواتح منه وكذلك ملابس الأطباء والتمريض والحوائط داخل غرف العمليات لبعث الهدوء والسكينة.

اللون البنفسجي: مهدئ للاضطرابات العاطفية ويأخذ على الهدوء ومنعش على التفكير بعمق وحكمة.

اللون الأبيض: أكثر الألوان راحة للنفس وهو رمز السكينة والنقاء والطهارة ويشمل كافة ألوان الطيف الضوئي. يستعمل لعلاج الأطفال حديثي الولادة المصابين بالصفراء حيث يسلط الضوء الأبيض الشديد على منطقة الكبد، وكذلك المرضى المصابين بالدرن الرئوي بالتعرض لضوء الشمس وارتداء الملابس البيضاء. ومن المثبت أن ضوء الشمس له القدرة على زيادة فيتامين (د) تحت الجلد وهذا الفيتامين يساعد على تكوين العظام ومعالجة هشاشة العظام.

اللون الأسود: هو لون القوة والبروز، وفي بعض البلدان يؤخذ على أنه لون الشاؤم. يفضله المرضى المصابون بالاكتئاب ومن دلالاته الاجتماعية: يزيد الشعور بالحزن والذات والتأمل، وهو لون الحداد ولباس يرتديه بعض رجال الدين لمذاهب وديانات مختلفة .

عليه يمكننا القول إن للألوان دوراً مهماً وتأثيراً على حياتنا اليومية وعلى سلوكنا، ولكل منا في حياته لون معين يفضله وينحاز إليه إلا أن هذا الحب والتفضيل يتغيران مع مراحل عمر الإنسان كما هي طبيعة البشر.

مناقشة دلالات الألوان الاجتماعية :

تقول (أميرة مصطفى: ٢٠٠٨ م): إن الشخص يمكن معرفة نفسه من خلال لونه المفضل، وأن للون دلالاته الاجتماعية. فالأسود يجعلك أميرة، والأحمر يمنح الإحساس بالدفع والبرنقالي يقلل من التوتر بين الزوجين حيث أثبتت الدراسات أن المرأة يمكنها أن تتحدث بالألوان.

وفي دراسة متخصصة في علاج المرضى النفسيين بالألوان- أجراها سيجمان مارتن مؤخراً عن علاقة الألوان بالحالة المزاجية للمرأة وانعكاس الألوان التي ترتديها المرأة وفي علاقتها بالآخرين. قسم فيها الألوان إلى نوعين: ألوان صريحة وألوان خادعة، وهي نفسها أنواع النساء وقد حملت دراسته اسم لونك المفضل يعكس شخصيتك. وبدأ باللون الأسود المتوج ملكاً للألوان ويعتبره مصممو الأزياء موضة كل عام وضيف السهرات الأول لذلك ينصح سيجمان مارتن الزوجات بارتدائه عند قضاء السهرات الخاصة ودعوة الزوج لها على العشاء فهذا اللون يجعله يشعر أن زوجته فرنسية أو ملكة متوجة بهذا اللون الجميل الذي تشع المرأة من خلفه بريفاً وفخامة وليس كما يعتقد البعض أنه لون يعكس كآبة الداخل والحزن. وعند الشعور ببعض الخمول يسيطر عليك الشعور برتابة الروتين اليومي بعد عمل يوم شاق فدراسة سيجمان تنصح بارتداء اللون الأحمر فهو لون يمنح الإحساس بالدفع وينشط الدورة الدموية وينعكس في الوقت نفسه على الزوج. وزوجته فيراها مفعمة بالحياة والشباب كما يمنحها جانبية لا مثيل لها.

نقاء الأبيض:

اللون الأبيض من أهم الألوان الصريحة فهو لون الصفاء والنقاء ويعكس ملامح الزوجة الطفولية وأمام زوجها فهي تبدو زوجة طيبة وبريئة ولا تلجأ للمشاكل فهي تعمل لملحها.. ينصح بارتدائه في الفترات الصباحية ليضفي مزيدا من الجاذبية للمزوجة بالنشاط.

مثالية البرتقالي:

تتعرض العلاقات بين أي زوجين لأوقات يشعر فيها الطرفين بأنه متقلب المزاج وغير راغب في الطرف الثاني وهذه الأوقات هي وقت اللون البرتقالي الذي يعرف بين الألوان باللون المثالي لأنه يساعد كثيرا 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.

طبيعية الأخضر:

ووصف سيجمان اللون الأخضر بأنه من أجمل الألوان الأساسية وهو لون صريح وطالب بأن تحرص حواء على تواجدته بين ملابسها وارتدائه عندما تشعرين بتعب الأعصاب والقلب أو في حالة وجود مشاجرات مع الزوج فهو يخفف من حدة هذا التوتر كما يخفف من حدة الإحساس بالإرهاق العام لارتباط هذا اللون بالطبيعة التي نميل إليها كثيرا من حين إلى آخر.

عبقرية التركواز:

التركواز هو لون عبقرية في مملكة الألوان تتميز في المرأة بالذكاء ويساعد 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.

عاطفية الفوشي:

حواء التي ترتدي الفوشي امرأة شديدة الجاذبية تميل للتأثير على زوجها وإذا كنت من عشاق هذا اللون فهو يقوي المشاعر بين الزوجين ويزيد من الاندماج العاطفي بينهما وهو لون مثير للانتباه ومحفز قوي للمشاعر وتنصح دراستنا المرأة بارتدائه كلما رغبت في جذب انتباه زوجها.

واحة الأزرق:

اللون الأزرق هو لون الراحة والاسترخاء ويخفض درجة حرارة الجسم درجتين على الأقل وهو لون جري ومنطلق لذلك يفضل ارتدائه في العطلات والنزهات الخلوية أو حينما تريدن تمضية إجازتك في مكان هادئ للاستجمام وارتباط الفواتح منه بالسماء والبحر يشعر بأنك جزء من الفضاء والبحر مما يضفي عليك حالة رومانسية تتعكس فيما بعد على علاقتك بزوجك.

صفاء الأصفر:

وأرسل سيجمان رسالة إلى حواء قائلاً سيدتي أنت في حاجة دائمة للصفاء الذهني والفكري وكذلك رغبتك في رؤية الأشياء بواقعية وكلما شعرت برغبتك في تحديد النقاط التي تميزك ونقاط ضعفك مع أسرتك في تلك الحالة أنت بحاجة للون الأصفر الذي سيساعدك على التواصل وتحقيق تلك الأشياء ومن المعروف أن هذا اللون يخلص جسمك من السموم والشوائب .

نعومة البنفسجي:

تصحك الدراسة وبيوت الأزياء العالمية بارتداء هذا اللون سواء بشكل مستقل أو أن تضمينه ملابسك فهو لون جميل وناغم وارتدائه في أوقات العصري يمنحك الهدوء ولكن ابتعدي عنه إن لم يكن مزاجك مرتاح تماماً لأن كثرة النظر إليه تحرك الكآبة والحزن داخل.

فتور الرمادي:

ينصح سيجمان حواء بأن تتجنب اللون الرمادي إن كانت تعاني من فتور أو برود في علاقتها مع زوجها فالرمادي لون بارد وبرودته تزيد الفتور بين الزوجين للتغلب على ذلك عليك بالألوان النارية لجذب انتباه زوجك وتحريك المشاعر داخله نحوك.

ويذكر (manna: ٢٠٠٧) أن معظم أطباء وعلماء النفس اليوم يركزون على الألوان وعلاقتها الوثيقة بالمزاج العام للإنسان وخاصة المرأة لأنها أكثر تقلباً من الرجل نتيجة ما تمر به من تغيرات بيولوجية. وآخر الدراسات سطرها العالم (سيجمان مارتن) الذي اشتهر بمعالجة المرضى بالألوان. وأثبت في دراسته أن الألوان تؤثر

بشكل قوي جداً على الحالة المزاجية والنفسية للمرأة.. مما ينعكس على عملها وعلاقتها بأسرتها.

وعن النظرة العلمية لمدى تأثير الألوان في نفسية المرأة (أميرة مصطفى: ٢٠٠٨) تقول الدكتورة حنان سالم (أستاذ علم النفس): للألوان تأثير كبير في الحالة المزاجية والنفسية للأشخاص وبخاصة المرأة على اعتبار أنها كائن رقيق يسهل التأثير فيه وقد اهتمت بذلك الكثير من الدراسات سواء من الناحية النفسية أو العضوية كما اهتم بشرح هذا التأثير علم الجمال وكلها توصلت إلى نفس النتائج في أن للألوان تأثير مباشر في شخصية المرأة والحالة المزاجية لها. وتضيف: أن مراكز الإحساس والشعور بالمخ تتأثر بانعكاس أشعة غير مرئية تصدرها الألوان ومن ثم تتأثر هذه المراكز بهذه الأشعة.

وهناك نوعان من الألوان صريحة، وخادعة أو ألوان ثابتة وأخرى متغيرة، ولكل منها تأثير يختلف عن الآخر، فالأسود على سبيل المثال من الألوان الصريحة سواء في تركيبته من بين الألوان أو في تأثيره فهو لون يمتاز بالحدة في التأثير سواء في الفرح أو الحزن فليس هناك مساحة للتردد في تأثيره. أما لون مثل الرمادي فهو لون خادع أو متغير و يعتبر لون من الألوان الباردة أو الفاترة التي تضيء بعض الفتور في المشاعر وتكون الحالة المزاجية لمرتيبه مترددة بين السلب والإيجاب .

الألوان وعلاقتها بالتفكير :

القبعات الست الملونة وكيف نلبسها؟

نتصور أحيانا أن العقول بين الناس متفاوتة وأن لكل شخص حجم معين من العقل، والصحيح أن العقول واحدة ولكن الاختلاف والتباين يكون في التفكير وقد وضع العالم (إدوارد دي بونو) ست قبعات ملونه يرتديها الناس كل حسب تفكيره، وبتقنية القبعات الست نستخدم عملياً مهارات التفكير المختلفة للتعامل مع القضايا والتحديات التي تواجهنا، (ويكيبيديا : ٢٠٠٩) وقد اختار دي بونو (de Bono,1992) هذه الطريقة نظراً لأن خلفيته كطبيب، جعلته يميز العاملين بقبعاتهم. فالممرضة ترتدي نوعاً من القبعات، والجنود يرتدون نوعاً آخر، ولاعبي كرة المضرب لهم قبعاتهم المميزة، وهكذا:

وبالإضافة إلى ذلك، فإن تمييز نوع التفكير بالقبعات يمكن من السهولة فيخلع قبعة وارتداء غيرها. أي من السهولة نقل المتكرب من نوع من أنواع التفكير إلى نوع آخر. وهذه القبعات الست كالتالي:

١- التفكير المحايد: ويرتدي القبعة البيضاء وتدل هذه القبعة على التفكير بالحقائق والأشكال والمعلومات. ويكون التفكير استجابة للأسئلة من مثل: ما المعلومات الموجودة؟ ما المعلومات التي نحتاج إليها؟ وكيف نحصل على المعلومات التي نحتاجها؟ واللون الأبيض للقبعة دلالة على الصفاء والنقاء والانفتاح. والشئ الأساسي في هذا النوع من التفكير هو معرفة السؤال الذي تسأله حتى نحصل على المعلومات التي نحتاجها.

- يجيب إجابات مباشرة محددة على الأسئلة.

- ينصت جيداً متجرداً من العواطف.

- يمثل دور الكمبيوتر في إعطاء المعلومات أو تلقئها.

- يهتم بالواقع والأرقام والإحصاءات.

٢- التفكير السلبي: ويرتدي القبعة استخداماً. (ويكيبيديا: ٢٠٠٩) وتدل هذه القبعة على التفكير الحذر والحكمة، وملائمة الحقائق. ويكون التفكير استجابة للأسئلة من مثل: هل هذه الحقائق والأدلة مناسبة؟ هل تعمل بشكل صحيح؟ هل هي أمينة؟ هل بالإمكان عملها؟ ما المخاطر والمشكلات المترتبة عليها؟ واللون الأسود مأخوذ من العيوس والصرامة أو إعطاء علامة سوداء على عدم المعرفة. والتفكير بهذه القبعة يمنعنا من ارتكاب الأخطاء. لذلك فهذه القبعة هي أكثر القبعات استخداماً.

- التشاؤم وعدم التفاؤل باحتمالات النجاح.

- يركز على العوائق والتجارب الفاشلة ويكون أسيرها.

- يستعمل المنطق الصحيح وأحياناً الغير صحيح في انتقاداته.

٣- التفكير الإيجابي: يرتدي القبعة الصفراء: (ويكيبيديا : ٢٠٠٩) وتدل هذه القبعة على التفكير والفوائد والمردود والتوفير. ويكون التفكير استجابة للأسئلة من مثل: لماذا يمكن فعل هذا؟ لماذا توجد فوائد؟ لماذا يعتبر هذا جيداً؟ واللون الأصفر مأخوذ من ضوء الشمس، وهو للدلالة على الآمال وإبداء الأسباب لهذه الآمال. والتفكير بهذه القبعة فيه نظرة طموحة للمستقبل ورؤية للفوائد التي ستحقق من الفكرة المقترحة.

- متفائل وإيجابي ومستعد للتجارب.
- يركز على احتمالات النجاح ويقلل احتمالات الفشل.
- لا يستعمل المشاعر والانفعالات بوضوح بل يستعمل المنطق بصورة إيجابية
- يهتم بالفرص المتاحة ويحرص على استعمالها.

٤- التفكير العاطفي: يرتدي القبعة الحمراء: (ويكيبيديا : ٢٠٠٩) وتدل هذه القبعة على التفكير بالمشاعر والأحاسيس والحدس. ويكون التفكير استجابة للأسئلة من مثل: ما مشاعري نحو هذه القضية الآن؟ واللون الأحمر مأخوذ من الدفاء. ويتصل بالمشاعر والأحاسيس والتخمين دون الحاجة لتقديم برهان والدليل.

- دائماً يظهر أحاسيسه وانفعالاته بسبب وبدون سبب.

- يهتم بالمشاعر حتى لو لم تدعم بالحقائق والمعلومات.

- يميل للجانب الإنساني أو العاطفي وآرائه وتفكيره تكون على أساس عاطفي وليس منطقي

- قد لا يدري من يرتدي القبعة الحمراء أنه يرتديها لطغيان ميله العاطفي.

٥- التفكير المنظم: يرتدي القبعة الزرقاء: (ويكيبيديا : ٢٠٠٩) وتدل هذه القبعة على النقاء في التفكير، وضبط عملية التفكير وتلخيص ما نحن عليه الآن، تمهيداً للانتقال إلى الخطوة اللاحقة في التفكير. ويكون هذا التفكير استجابة للأسئلة من مثل: أين أنت؟ وما موقفك؟ ما الخطوة التالية؟ واللون الأزرق للقبعة من لون السماء وسموها فوق كل الأفكار فكل القبعات يكون التفكير فيها بأشياء مادية، ولكن الزرقاء تهتم بالتفكير بالآراء ففيها تفكير في التفكير، وتلخيص للآراء، وتوجيه لسير الحوار والمناقشات والتعليقات.

- يبرمج ويرتب خطواته بشكل دقيق.

- يتميز بالمسؤولية والإدارة في أغلب الأمور.

- يتقبل جميع الآراء ويحلها ثم يفتتق بها.

- يستطيع أن يرى قبعات الآخرين ويحترمهم ويميزهم.

٦- التفكير الإبداعي: ويرتدي القبعة الخضراء: (ويكيبيديا : ٢٠٠٩) وتدل هذه القبعة على التفكير الاستكشافي، والمشاريع، والمقترحات والآراء الجديدة، وبدائل الإجراءات. ويكون التفكير استجابة للأسئلة من مثل: ماذا يمكن أن نعمل هنا؟ هل هناك آراء

- أخرى؟ واللون الأخضر مأخوذ من لون العشب والأشجار وانبثاق الأوراق والأغصان. والتفكير بهذه القבעة تفكير إبداعي فيه النشاط والحيوية والمقترحات المبتكرة.
- يحرص على كل جديد من أفكار وتجارب ومفاهيم.
 - مستعد لتحمل المخاطر والنتائج المترتبة.
 - يستعمل وسائل وعبارات إبداعية مثل (ماذا لو ؟ هل ؟ كيف ؟ ربما).
 - يعطي من الوقت والجهد للبحث عن الأفكار والبدائل الجديدة.
- هذه الصفات لجميع القبعات باختصار مع العلم أن بعض الناس بإمكانهم ارتداء أكثر من قבעة في يوم واحد حسب المواقف التي يتعرضون لها
- الألوان وشخصية الإنسان:**

ويقسم العلماء الألوان إلى قسمين دافئة وباردة؛ فالأزرق والأخضر من الألوان الباردة ودلالات ذلك المحيطات وظلال الأشجار والشفاه التي تتقلب زرقاء عندما تبرد، أما الأحمر والبرتقالي فهما من الألوان الدافئة، ويؤكد العلماء أن الألوان - الدافئة - هي بالفعل أدفاً من الألوان - الباردة - والدليل لدى جهاز الترموبيل الذي تقاس به حرارة الألوان.

والحقيقة أن للألوان بالفعل تأثير على شخصية الإنسان من ناحية نفسية واجتماعية، منها:

اللون	يدل على وجود ميول عدوانية وكرامية. طاقة وحيوية- يوجد في التفاح والبطيخ والكرز والتوت والفراولة وفي النبات بالورد الأحمر وفي الحجر الياقوت. ذكر في القرآن مرة واحدة. هو لون الناس الذين يتصفون بالحزم والحيوية الدافئة، قوي شجاع وجريء وتحب المغامرة وتحب الآخرين وتعشق الإثارة، من يفضل اللون الأحمر يتصف بالنشاط والدينامكية والحيوية والشجاعة، شديد الحساسية، يهتم بالجانب الحسي أكثر من المعنوي، الأطفال يحبون الأحمر والطائشون أيضا يحبونه- توجد لدى الأشخاص (الحمراء) شهية هائلة للحياة يحيون كل يوم جديد بحماس لا يفتر يميلون بشكل أساسي إلى العيش في ساعتهم الآنية،
الأحمر	

وكان الزواج قديماً يسمى (القضية الحمراء) وفي الهند والتبت كان اللون الأحمر يرمز إلى قوة الخلق الموجودة في النساء وإلى طاقة وقوة العاطفة وإلى المشاعر النبيلة الإيجابية، والعرب يصفون المرأة الجميلة بأنها حمراء اللون. يمنحك إحساساً بالدفء وينشط الدورة الدموية ويساعدك على التخلص من الرتابة اليومية بعد يوم عمل شاق، ارتديه عندما تشعر بانخفاض مستويات الطاقة بداخلك. فبريدك حيوية وينعكس في الوقت نفسه على زوجك ففراك أكثر شباباً. سريعة الحركة مليئة بالطاقة والحيوية حتى وإن كنت تعدت سن الـ ٤٥ عاماً.

اللون
الأزرق

يدل على الانصياع للأنظمة الخارجية . الأزرق — هدوء وجدية. يتوفر في الفاكهة الزرقاء المسودة بعض الشيء والحجر — الزفير والتركواز. ذكر في القرآن مرة واحدة. جاد ، حساس، محافظ إلى حد كبير، ويعتبر رمزاً للمعاني المطلقة، لذلك فهو يشير إلى حب الحياة والمساحات الواسعة. وهو لون النفوس الحساسة، وإن كنت تحب هذا اللون فإنك تأخذ في أغلب الأحيان قرارات غير صائبة في أثناء تفتيشك عما ترغب إنك إنسان مخلص وصريح وصادق، وتميل إلى الغوص في الأفكار الفلسفية. تقدر مشاعر الآخرين وتهتم بهم تميل إلى الصداقات الدائمة والمعمرة، وضيافة واستضافة الأضياف، والحياة الهادئة اللطيفة، وعندما لا تلبي الصداقات حاجتك فإنك تميل إلى الانسحاب إلى داخل ذاتك واتخاذ موقف الدفاع، ومن غير المرجح أن يكون صاحبه رائداً مشهوراً. إذا أردت أن تكون قائداً أو مجدداً أو صاحب قوة غير عادية فلا بد من أن تستخدم اللون الأزرق بشكل كبير، لأن اللون الأزرق يدل على درجة من برودة الأعصاب وعدم الحزم والقوة، ويفيد لبسه عندما نتحدث في محاضرة أو ندوة.

<p>لون الراحة والاسترخاء ويخفض درجة حرارة الجسم درجتين ومنتصحا المرأة بارتدائه عندما تكون في نزهة خلوية، أو حينما تريد تمضية نهاية الأسبوع في مكان هادئ للاستجمام، والدرجات الفاتحة منه تشعرك بأنك جزء من الفضاء والبحر مما يضيف عليك حالة رومانسية تتعكس فيما بعد على زوجك.</p>	
<p>يدل على الخوف والاضطراب والصد الاكتئاب. للتقاليد، له جاذبية يوجد في العنب الأسود وفي النباتات كالأوركيد والتوليب الأسود والحجر والعقيق اليماني. ذكر في القرآن سبع مرات. يرمز للتقاليد، ومحبي هذا اللون غامضون ويريدون أن يحترم الغير حياتهم الخاصة. يفضل هذا اللون المتشائمون وهذا اللون ليس لونا حقيقيا لأنه غير موجود في ألوان الطيف. والأسود يمتص جميع الألوان ولا يعيد ولا يعطي أي لون منها، وتدل التقاليد على أن الأسود هو لون الحزن في العالم الغربي وثقافته، وهو لون تلبسه عندما تحتاج أن تتحكم بالوضع والحالة، ولكن لا تتوقع أن تجمع الأصدقاء بسهولة أو أن تستحوذ على مشاعر الثقة عند الآخرين إذا كنت ترتدي الملابس السوداء. يمتاز بالرقى ويعتبره مصممو الأزياء (ملك شيك السهرات) يشعر الشخص بأنه يشع بريقاً وفخامة.</p>	<p>اللون الأسود</p>
<p>يدل على الرغبة بالتمتع بالسعادة وعدم التوتر. ومحبيه من الأشخاص الودودين المسالمين. يعتزون بأنفسهم وبكرامتهم، كثرة ارتداء الباهت منه يدل على الحزن والضعف والخوف. عندما تلاحظين على نفسك أو على زوجك علامات انقلاب المزاج والعصية 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 تتابها حيال زوجها.</p>	<p>اللون البرتقالي</p>

<p>يدل على الحساسية والانفعال أمام الأنظمة القاسية جداً. الأخضر - سرور وسعادة وسلام. يوجد في أوراق الأشجار والخضروات والحجر، والزمرد الأخضر، نكر في القرآن ٨ مرات وهو كساء أهل الجنة. إن كنت تحب هذا اللون فأنت إنسان عاطفي تحب خدمة الآخرين وتحب الهدوء وتحنو على كل إنسان وتتميز بطبيعة لطيفة، متسامح، يغلب عليك الحلم ويمكن الوثوق بك لبساطتك ووضوحك، متفاهم ومنشرح الصدر تحب الانطلاق، وإذا واجهتك مشكلة فإنك تحلها بهدوء ولا تلجأ إلى العنف والصراخ إلا في أضيق الحدود. يتصفون بالإنتاجية والصبر وبالذقة في عملهم. يعرفون كيف يحافظون على شبابهم حتى سن متأخرة يسيرون إلى تحقيق غاياتهم بخطى بطيئة ولكنها ثابتة وكفيلة بأن توصلهم إلى هدفهم المنشود. هم اجتماعيون ونشيطون وفخزون بأنفسهم، لديهم أفكار نموذجية عن الحياة، إن نوع القلق المصاحب لهذا اللون يعبر عن نفسه بارتباكات في المعدة.</p> <p>هذا هو محب اللون الأخضر. لا تتجاهلي هذا اللون واحرصي على أن تضميه إلى خزانة ملابسك وارتيدي 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 تميل إليها كبشر من حين إلى آخر.</p>	<p>اللون الأخضر</p>
<p>يدل على وجود صراعات صعوبات عاطفية. هو لون العظمة والفخامة والتميز. فإذا كنت تحب هذا اللون فإنك ذو شخصية صعبة، وإن ثققت بنفسك قوية. قد تكون أحياناً صعب الفهم. أصحاب هذا اللون يحبون أن يكونوا مختلفين. جميل وناغم. ارتديه في وقت العصر لارتباطه بالهدوء لكن ابتدي عنه إن لم</p>	<p>اللون البنفسجي</p>

<p>يكن مزاجك مرتاحاً تماماً، لأن كثرة النظر إليه تحرك الكآبة والحزن.</p>	
<p>يدل على وجود صراع في الميول. وضع لون فوق لون آخر يدل على الغيرة والمرض والإرهاق الجسدي. إبداع- وانتعاش يتوفر في الفاكهة كالموز والأناناس والليمون وفي النبات كورد الديقيديل والنوير والورود الصفراء الحجر، التوباز. ذكر في القرآن ٥ مرات.</p> <p>هو اللون المفضل للأكبياء، من يحبه إنسان عملي وموضوعي ويحب كل شيء ينتفع منه، يمتاز بالمرح والانطلاق، مثالي، متفائل، يحب لفت الانتباه، تتناغم صفاته مع صفات هذا اللون الذي يعتبر رمزاً للضوء والثراء وقادراً على شحن صاحبه بالحيوية والإبداع يهتم صاحبه كثيراً بالأفكار الجديدة ويحب التغيير والتقل من مكان لآخر ومن بيئة إلى أخرى سعياً وراء وجوه جديدة . وهو بالأساس لون التعقل والفكر والأمل، والذين يحبون اللون الأصفر اللامع هم أشخاص يتمتعون بتفكير أصيل ولديهم طاقات مختلفة بمستويات متنوعة ، ويرغبون الخوض في مهمات ومشاريع عملية أكثر من خوضهم في الكلام غير الناضج . هم شخصيات متفائلة تستطيع أن تقيس الأحاسيس والمشاعر الجيدة والناضجة -</p> <p>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.</p>	<p>اللون الأصفر</p>
<p>هو لون ذو الفكر الواضح النقي، ودليل على الترف، ومحبو هذا اللون لديهم رغبة في أن يستحوذوا على الإعجاب وهم حريصون على النظافة، والأقرب للأمانة والنقّة. والأبيض هو اللون الذي</p>	<p>اللون الأبيض</p>

<p>يستحسنه أولئك الذين يفتقرون إلى قوة الملاحظة والبديهة وروح الانتقاد. يشع صفاء ونقاء ويعكس ملامح الطفولية ويظهر أمام زوجك بمظهر المرأة الطيبة البريئة التي لا تعرف المشاكل.</p>	
<p>هو لون التدين، يتمتع ذوي اللون الكحلي بميل طبيعي إلى الوقت. ويرباطة الجأش والهدوء وقد لا يتكلمون كثيراً ونشعر بالارتياح معهم، إنهم في الغالب كبار ولطفاء وقادرون على طبع الهدوء والإحساس المريح في نفوسنا.</p>	<p>اللون النيلي (الكحلي)</p>
<p>لون المرح والطفولة والعذوبة والأنوثة والوداعة في نفس الوقت. غير جديرين بالثقة على الرغم من لطفهم وجاذبيتهم يفتقرون لقوة الإرادة. يقال له الفوشي: وهو لون شديد التأثير على الرجال فهو يقوي المشاعر بين الزوجين ويزيد من الارتباط العاطفي وهو لون مثير للانتباه ومحفز قوي للمشاعر وينصح أن ترتدي المرأة عندما ترغب في جذب انتباه زوجها إليها.</p>	<p>اللون الوردي</p>
<p>الشغفون بهذا اللون أناس ذوو شخصيات حازمة وقوية، وهم ماديون أنانيون وميالون للتفتيش عن عيوب الغير. لديهم أدواق خاصة بهم، كما أن إحساسهم من جهة التوفير خاص جداً. صبورون يتحملون المكاره بصدر رحب وعند إخفاقهم لا يدعون اليأس يتطرق لنفوسهم. كما أنه يحمل علامة الضجر وعدم الانسجام.</p>	<p>اللون البنّي</p>
<p>يختار هذا اللون المتحفظون الشديدي الحذر، يتصفون بنقدهم اللاذع، حريصون على ألا يورطوا أنفسهم في شيء يأتي عليهم بالملامة، والقماش الرمادي الغامق يبطن فهم للناس. له علاقة وثيقة بالمزاج العام للإنسان وخاصة المرأة لأنها أكثر تقبلاً من الرجل نتيجة ما تمر به من تغيرات بيولوجية. يؤثر بشكل قوي جداً على الحالة المزاجية والنفسية للمرأة مما يعكس على عملها وعلاقتها بأسرتها وخاصة زوجها. يستخدم في</p>	<p>اللون الرمادي</p>

<p>تجنب الزوج إن كانت الزوجة تعاني من فتور وبرود في علاقتها بزوجها. فالرمادي لون بارد وبرودته تزيد الفتور بين الزوجين لذا ينصح بتجنبه في هذه الحالة؛ ولعدم زيادة الفتور ينصح باستخدام ألوان حارة.</p>	
<p>لون ممتاز ونصح دائماً أن ترتدي 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.</p>	<p>التركواز:</p>

خاتمة:

ملخص بأهم النتائج:

إدراك معاني ورموز الألوان لغة باطن الإنسان وغذائه، مثل الطعام كغذاء للجسم.

يكتسب كل لون مجموعة من الدلالات الرمزية الثابتة إلى حد كبير بين كل ثقافة ومجتمع.

الألوان تؤثر على الإنسان وعلى اعتدال مزاجه بنسب ودرجات متفاوتة ومتأرجحة بين حالة الرضا التي تملأ الشعور بالراحة، وبين اختلاط التأمل والنظر بالغبطة.

الألوان أداة رامزة لمفاهيم واعتقادات الشعوب عبر الحضارات والأديان. تتأرجح دلالات اللون بين الإيحاء الرمزي والحسي والتعبيري والجمالي وذلك حسب استخدامه.

هنالك علاقة ارتباطية موجبة بين دلالة اللون النفسية ودلالته الاجتماعية.

المراجع :

- احمد مختار عمر، ١٩٩٧م. اللغة واللون، ط٢، عالم الكتب للنشر والتوزيع، القاهرة.
- احمد عزت راجح، ١٩٦٨م. أصول علم النفس، ط٧، دار الكتاب العربي للطباعة والنشر، القاهرة.
- احمد عبد العزيز الدجوي، ٢٠٠١م. نظريات اللون في الطباعة، دار القومية العربية للثقافة والنشر، القاهرة.
- إسماعيل شوقي إسماعيل، ٢٠٠١م. التصميم عناصره وأساسه في الفن التشكيلي، ط٢، العبيكان، الرياض.
- إسماعيل شوقي إسماعيل، ٢٠٠٥م. التصميم عناصره وأساسه في الفن التشكيلي، ط٣، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.
- قماش علي آل قماش، ٢٠٠٧م. مذكرة التدقيق والنقد الفني، كلية المعلمين في أبها، المملكة العربية السعودية.
- محي الدين طالو، ٢٠٠٠م. الموسوعة العلمية في الرسم والتلوين، ط٣، دار دمشق للطباعة والنشر والتوزيع، سوريا.
- محي الدين طالو، ٢٠٠٠م. اللون علماً وعملاً، ط٣، دار دمشق للطباعة والنشر والتوزيع، سوريا.
- موفق حميد، ١٩٩٥م. الظلال والألوان، المكتبة الحديثة للطباعة والنشر، بيروت.
- محمد السقا عيد، ٢٠٠٨م. الألوان في القرآن، موسوعة الإعجاز العلمي في القرآن والسنة. www.55a.net
- محمود أسيل : أسرار العيون، المكتبة الطبية، مؤسسة عز الدين للطباعة والنشر، بيروت، لبنان.
- مصطفى محمد، يحي محمد عبده ١٩٩٧م. اللون وأهميته كأحد عناصر التعبير الفني في غلاف الكتب (لغة اتصال وتقني): المؤتمر العلمي السادس لكلية التربية الفنية (حاضر ومستقبل التربية الفنية وتحديات القرن ٢١)، مايو، ج٢، المحور الثاني والثالث، جامعة حلوان، القاهرة، ص٥٣٩-٥٥٥.
- أبو أسيل: منتديات بوابة ماجدة، معاني الألوان في حياتنا.

<http://www.majdah.maktoob.com/vb/majdah24838>).

<http://www.elwardah.com/node/795>

. <http://majdah.maktoob.com/vb/majdah2911/#post18873>

أميرة مصطفى، ٢٠٠٨م. منتديات ماجدة

<http://majdah.maktoob.com/vb/majdah31051/post237580>

بشر فارس، ٢٠٠٨م. سر الزخرفة الإسلامية، مطبعة المعهد الشرقية، للأثار الشرقية
القاهرة.

منتدى amrkhaled.net/showthread.php?t=102815

الموسوعة الحرة- ويكيبيديا، ٢٠٠٩م. القبعات الست،

<http://ar.wikipedia.org/wiki/>

<http://forum.jsoftj.com/t83868.html> منتدى الخواطر

http://moheet.com/show_files.aspx?fid=209199

مليح مرد، ٢٠٠٨م. الألوان والإنسان.

http://www.hiramagazine.com/archives_show.php?ID=39&ISS

.UE=2

<http://forum.brg8.com/t22195.html> منتديات برق

المجلة العربية ، العدد عدد مارس، ١٩٨٥.

مجلة هو وهي المصرية، العدد (١٩٠)، السنة السادسة عشرة.

مجلة العلم المصرية، العدد (٢٨١)، فبراير ٢٠٠٠م.

مجلة الكويت الكويتية، العدد، (١٤٩) شوال ١٤١٦ هـ - مارس ١٩٩٩م.

مجلة طبيبك الخاص، عدد (أبريل / نيسان) ١٩٩٨م.

مجلة الأهرام العربي المصرية، (د.ت).

مجلة المنهل السعودية، العدد (٥٢٠) المجلة ٥٦ - رجب- شعبان ١٤١٥ - ديسمبر

-يناير ١٩٩٥م.