**Карта желаний - увлекательный способ изменить свою жизнь**

Люди всегда хотят изменить свою жизнь к лучшему. Так уж они устроены.

И всегда хочется жить интересно, кушать вкусно, денег иметь побольше, а проблем – поменьше. Было бы также очень неплохо, если бы наши желания совпадали с желаниями наших близких или, хотя бы, не осуждались ими. Вот дед Семён жить не может без фронтовых фильмов, а его бабка Марья – без мексиканских сериалов. Ну и ладно бы, только каждый из них говорит другому: "Послушай, ну КАК это можно смотреть? Это же такая чушь!". После чего дед Семён, с расстройству великого, втайне от старухи потягивает самогон, а его Марья сыплет ему в щи толченые мухоморы, желая поскорее прекратить этот удручающий брак.

Ещё неотраднее становится, когда ты вообще знать не знаешь, чего именно тебе хочется: то ли, как говорят, севрюжины с хреном, то ли конституции.

Аппетит пропадает, люди наскучивают, работа надоедает, книги клонят в сон. Вроде бы и хочется чего-то, но вот только чего именно? И начинается нудное перебирание в голове тех или иных возможностей, привычных и надоевших. Вот Сталин, когда его аппетит совершенно пропадал, – смотрел тот самый фильм Чаплина про поедание ботинок. Немного помогало.

Бывает и так, что чего-то хотим, а сказать об этом боимся. Не поймут, осудят, осмеют. Или боимся настолько, что даже себе об этом не скажем, спрячемся, не заметим. Как будто от самого себя можно что-то спрятать. Так или иначе, желания наши все равно дадут о себе знать. И чем сильнее мы боимся, тем в более нелепой и извращенной форме они проявятся, потому как не проявиться они – поверьте – никак не могут.

Сегодня я предлагаю вам, желанные и желающие мои, сказать решительное: "Да!" своим тайным и явным желаниям. Не обязательно говорить это вслух, и уж тем более – своим окружающим. Для начала будет очень здорово, если вы скажете это себе и про себя. Для начала вы просто позволите своим желаниям быть такими, какие они есть. Хорошие они или не очень – не важно. Пусть вы услышите их стук, их просьбы открыть дверь в ваш сознательный мир. Откройте им, они вас не укусят.

Только рассядутся по полочкам важности и значимости, да и будут ждать, когда вы их удовлетворите. Или проигнорируете. Тогда они не обидятся. Не обидятся потому, что их пустили, согрели и выслушали. Вы не обязаны помогать человеку, который просит у вас помощи. Но выслушать его вы можете, верно?

Для начала ведения сурьёзных переговоров с многочисленными желаниями и пожеланиями вам надо запастись бумагой и цветными карандашами (или ручками). Бумага обычная, которую используют для принтера (А4), можно и другую, если этой не имеется. Цветными ручками или цветными карандашами пользоваться не обязательно, можно использовать один цвет, но важно, чтобы эти карандаши или ручки у вас были. Да, да, мои дорогие, вам придется рисовать. И совершенно не обязательно при этом иметь талант художника или дизайнера. Все это в нашем деле совсем не важно. А важно лишь одно – иметь желание нарисовать свои желания. И я расскажу сейчас, как это правильно сделать.

Начнем с того, что вы родились не только что, и за плечами у вас уже имеется хороший жизненный опыт удач и неудач, успехов и разочарований. Пусть все это будет с вами, об этом можно помнить, но не более того. Уговоримся раз и навсегда – нельзя желать того, что уже прошло. Возможно, вы однажды не смогли сдать экзамен. Или сломали чужую вещь. Или, быть может, вы сказали любимому человеку нечто, о чем сожалеете. Всё это нельзя изменить, оно есть только в вашей памяти. Сохраните эти воспоминания такими, какие они есть.

Исправление вещей и событий, уже свершившихся – не наша сегодняшняя цель. Мы говорим только о настоящем и о будущем. И рисовать мы с вами будем только то, чего хотим в настоящем или отдаленном будущем.

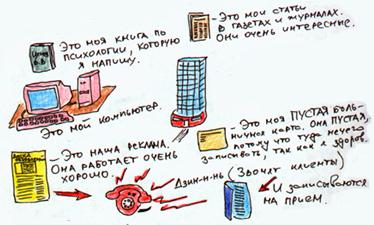
Создание своей индивидуальной карты желаний – это и тест, который очень многое может о вас рассказать (если вы захотите), и хорошее упражнение для достижения гармонии с самим собой, и осознание ответственности за свои планы, цели, мечты и желания. Если ручки и лист бумаги у вас имеются – найдите возможность час-другой побыть одному.

Пусть даже самый близкий человек в эти два часа не видит и не знает, чем вы занимаетесь и к каким открытиям вы приходите в этот миг. После, если у вас появится желание, вы расскажете это всем, кому только захотите. В вашей карте желаний тайны будет ровно столько, сколько вы сами этого захотите. Но для начала – пусть это будет только с вами и ни с кем больше.

Если у вас есть карандаши, бумага и два часа свободного времени уединения, – то самое время начать творить свою Карту желаний. Стоит чуть подробнее рассказать, как именно это делать. Для начала знайте, что на ней вы рисуете всё то, чего хотите на всю свою жизнь вперед. Не на месяц, не на год, а именно – на всю вашу жизнь до самого её конца.

Всё самое важное и значимое в вашей жизни – должно быть нарисовано. И, более того, – каждый из рисунков обязательно должен быть подписан.

Предположим, наш дед Семён, – ну просто не может он представить свою жизнь без ста граммов хорошего самогона. Вот и рисует он или самогонный аппарат, или, быть может, большой бутыль с предполагаемым самогоном. Или нечто другое, что явно символизирует или выявляет его пристрастие оное, а снизу подписывает: "Мол, енто мой первач, который я усугубляю грамм по сто в день". Заметьте: рисунки ваших желаний без подписей не годятся. Равно как и не годятся подписи без рисунков. У каждого желания, у каждой потребности должен быть рисунок и подпись, которая исчерпывающе объясняла бы нам данный феномен.



Для пущей убедительности приведу наглядные примеры: фрагменты из своей собственной карты желаний.

Есть несколько важных напутственных слов перед тем, как вы отправитесь в путь. Я считаю, что необходимо их сказать.

*Во-первых*, карту желаний вы можно заново перерисовывать. Если что-то не получилось – отложите её в сторону и рисуйте новую. Не выбрасывайте старую до того момента, пока новая не будет нарисована!

*Во-вторых*, в процессе работы можно обнаружить, что одно из нарисованных вами желаний на самом деле вам чуждо и не является истинно вашим. Тогда вам нужно заново перерисовать всю свою карту. Ничего не вычеркивайте и не используйте стирательную резинку.

И, напротив, если вы что-то вспомните – нет необходимости перерисовывать всю карту, а надо лишь добавить осознанное желание на уже нарисованную карту.

*В-третьих* – на вашей карте не может быть желаний, к которым вы не имеете отношения.

Нельзя отождествлять себя – со своей семьей или с местом работы. Вам не следует ничего рисовать в угоду вашему партнеру, шефу по работе, друзьям или родителям. Если вы не хотите ребенка, а ваши родители страстно хотят внука – не рисуйте его! Не рисуйте до тех пор, пока это не будет вашим и только вашим желанием.

*В-четвертых*, Карта желаний – это ваша (и только ваша!) убежденность, что в вашей жизни тому или этому обязательно будет свое достойное место.

Положим, вы не думаете пока о ребенке, но точно уверены, что в вашей семье обязательно будет малыш – тогда, когда вы этого захотите. Вот тогда смело рисуйте вашего малыша. (Кто будет? Мальчик? Девочка?).

*В-пятых*, как уже было сказано выше, – качество рисунков не имеет большого значения. Каждый рисунок должен быть подписан и каждая подпись должна быть иллюстрирована.

**Внимание! Очень важно!**

В Карте желаний нет ничего такого, что было бы само собой разумеется! И даже вы сами – ничуть не являетесь само собой разумеющимся явлением. Ещё тем более, – то, что у вас есть, и то, что вы хотите сохранить и приумножить. Например, ваше жилище, дети, достаток, ваше здоровье, ваша любовь...

Всё, что у вас есть сейчас, – оно есть и на вашей Карте, чтобы об этом знали не только вы, но и господь Бог, который вам помогает.

**Карта желаний: как объяснять, как интерпретировать?**

Нарисовали? Тогда пришло время рассказать вам о содержательной стороне Карты желаний, рассказать о том, из чего состоит анализ вашей Карты и какую информацию можно получить с её помощью.

Итак, если вы прошли эту методику и у вас нарисована Карта желаний, я готов сообщить вам, каким таким интересным образом нарисованное и написанное становится предметом пристального анализа. По самым скромным подсчетам, вы можете получить информацию, опираясь на три классические методики интерпретации полученного материала. Давайте вместе перечислим, что это за методики.

**Психоаналитическое толкование**

Рисунок – это отражение наших бессознательных психологических процессов и многих защитных механизмов: проекция, формирование реакции, вытеснение, сублимация, рационализация и прочее.

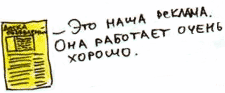
Подавленный травматический материал может прорываться (и он делает это с завидным постоянством) в тексте, в рисунках, в поведении, в речи. Где угодно.

Карта желаний, в этом случае – прекрасный психоаналитический материал. Я бы назвал его беспрецедентным с точки зрения количества имеющейся в нём информации. Фрейд бы заплакал от радости. Несомненно.

**Цветовой тест Люшера**

Это тест, который знает каждый психолог. Воздействие цвета может вызвать у человека – как физиологический, так и психологический эффект. Цветовой [тест Люшера](http://psyberia.ru/work/color) основан на предположении о том, что выбор того или иного цвета отражает направленность испытуемого на определенную деятельность, его настроение, его функциональное состояние и наиболее устойчивые черты его личности.

Как следствие, цветовой анализ Карты желаний основан на психологических закономерностях личности, предпочитающей те или иные цвета. Люшер провел титаническую исследовательскую работу, – и, как говорит практика, не врёт. Его исследованиям доверяют во всем мире.



Понятно дело, раз в Карте используется цветовые выборы (предпочтения цвета, особенности цветового отражения элементов рисунка), – это можно исследовать [цветовым тестом Люшера](http://psyberia.ru/work/color). Рекомендую.

Люшерообразный тест в чистом виде не подойдет, найдите работы М. Люшера, или его последователей, – там сказано о цвете всё, что только можно сказать. И ещё немножко. Вам хватит.

**Рисуночные тесты: дом, дерево, человек**

Апробированные и достоверные методики. Сюда же, пожалуй, можно отнести тест "Рисунок семьи", разработанный Вульфом в 1947 г. (с известной долей условности, – так как это детский тест, который направлен на диагностику внутрисемейных отношений с точки зрения ребенка).

Не могу сказать со стопроцентной уверенностью, что использование их в Карте желаний сохраняет присущую этим тестам достоверность, – надо проверять.

Тем не менее, я уверен в том, что опираться на них – *и можно, и нужно*. В Карте обязательно присутствуют дом и человек, и очень часто – дерево. Прекрасный материал для вдумчивого и увлеченного исследователя.

**Дополнительные возможности**

Одна из очень многих допонительных возможностей – это почерк. Ваш почерк может сообщать о степени волевого развития, запасе психической энергии и трудоспособности, наиболее устойчивых чертах личности. О темпераменте, характере, присущих поведенческих характеристиках, и многих других вещах.

Вот такая возможность

Следует также обратить ваше внимание на возможность рассматривать Карту желаний как своеобразный тест Уровня Субъективного Контроля (УСК), или, иначе говоря, – интернальности и экстернальности.

Если говорить очень просто, то – *интернальность // экстернальность* – это умение тем или иным способом догадаться, кто виноват в том, что вам платят слишком маленькую зарплату.

Интернал убежден в том, что это его вина и это он не прилагает достаточного количества усилий, необходимого для того, чтобы зарплата возросла.

Экстернал же уверен в том, что в этом подло виновата баба Дуся из второго подъезда, которая его сглазила.

Сам тест УСК (придуман нашими людьми на основе работ Роттера), конечно, Вам не подходит, – но обращать внимание на то, как на Карте желаний деньги, успех и карьера "случаются сами по себе" – очень даже стоит.

Существуют и другие методики, на которые можно опираться для исследования Карты желаний. Если у вас есть тяга к психодиагностике, вы и сами легко их обнаружите, да ещё и подумаете над тем, насколько применима та или иная методика в нашем случае. Так что я желаю вам удачи и максимально полной диагностической картины!

# Что значит твой любимый цвет?

**Синий цвет**

Темно-синий цвет представляет собой свободный от раздражения покой. При рассматривании темно-серого цвета наступает вегетативное успокоение. Пульс, кровяное давление, частота дыхания и сторожевые функции снижаются и трофотропно регулируются. Организм настраивается на щадящий режим и отдых. При заболеваниях и утомлении возрастает потребность в синем. Повышаются чувствительность и готовность воспринимать болевые ощущения. Темно-синий цвет – это, как и каждый из четырех основных цветов, цветовое выражение биологической потребности: физиологически – это покой, психологически – это удовлетворение. Удовлетворение – это период, когда наступает мир и удовлетворенность. Тот, кто находится в таком уравновешенном, гармоничном состоянии, без напряжений, чувствует себя приспособленным, принадлежащим к коллективу и находящимся в безопасности. Поэтому синий цвет представляет собой привязанность ко всему окружающему: единение, тесную связь. Да и в народе говорят: "Синий цвет – это верность". В состоянии единения ощущает особую чувствительность к различиям. Поэтому синий цвет соответствует всем видам эмоциональности (восприимчивости).

Из основного значения синего цвета можно увидеть под разными углами зрения бесчисленное количество особых значений и возможностей, из которых лишь некоторые были здесь упомянуты. Синий цвет, как спокойная (разряженная) эмоциональность является предпосылкой для прочувствования, для эстетического переживания и одухотворенных раздумий. Шеллинг в своей "философии искусства" пользуется исключительно символами синего цвета, говоря: "Тишина – это своеобразное состояние красоты, что и покой безмятежного моря". Символически синий цвет соответствует спокойным водам, флегмантичному темпераменту, женственности, горизонтальному направлению, гирлянде в почерке. Синее вкусовое ощущение – это сладость (поэтому уже сахарные головы упакованы в синее); чувственное ощущение – это нежность, ее органом является кожа. Определенные аллергические экземы можно связать с нарушениями, касающимися нежности, любви, семейных взаимоотношений. В родственном сакскриту языке пали темно-синий цвет, к которому отдают предпочтение при внутреннем самосозерцании, обозначается единственным словом "мила". Благодаря тому становится ясным, что уже в Древней Индии темно-синий цвет воспринимался как совершенно особый оттенок. Немецкий язык располагает почти непереводимым на другие языки понятием "гемют" (сердечность, душевность, уют) для основного биологического настроения, которые можно выразить при помощи темно-синего цвета. Темно-синий цвет обладает материальной, вещественной полнотой – ему чаще других отдают предпочтение страдающие ожирением, и представляет собой удовлетворение и исполнение. Это счастливое воплощение идеала единения (отсюда синий цветок романтизма): это проматеринская привязанность, верность и доверие, любовь и самоотверженность, (поэтому у богоматери Марии синий плащ).

Синий цвет представляет собой безвременную вечность, а поэтому также и традицию. Если темно-синий цвет отвергают как неприятный, то потребность в "покое" и полной доверия привязанности остается неудовлетворительной. Имеющиеся человеческие или профессиональные привязанности отвергаются, потому что они же соответствуют ожидаемому идеалу, и их считают скучными и парализующими. Так как имеющиеся привязанности обременительны для выбирающего и удручают его, то он стремится избегать их.

Отвергать синий цвет – это значит бежать от разрядки и покоя, считая, что не можешь в настоящий момент позволить себе покой, не отказавшись от чего-то важного. Предчувствие говорит, что разрядка и покой могут вызвать ту самую слабость, расслабление, которых так боятся, чаще всего не осознавая этого. Расслабление может как раз привести к депрессии, которой хотят избежать. Для таких людей синий цвет является не "очаровательным ничем", а угрожающим ничем; так как для них основная потребность в привязанности, которую и представляет собой синий цвет, не воплощается в существенное отношение; часто это отношение к партнеру "в любви", иногда к рабочему коллективу или даже месту, где приходится жить. Тот, кто всегда отвергает синий цвет, лишен "умиротворяющего влияния сопричастности", в котором он так нуждается. В результате этого возникает беспокойная и напряженная неугомонность, непрерывное взвинчивание самого себя и поиски возбуждения, чтобы избежать подкарауливающее расслабление или даже депрессии в результате такого образа жизни, лишенного смысла.

При обследовании 5000 курильщиков сигарет выяснилось, что больше половины из них отвергают синий цвет, особенно те, которые курят "темные" крепкие сорта табака. Здесь, вероятно, возбуждающее влияние курения является оборонительным, и ими пользуются, чтобы избежать расслабления. При избыточном воздействии раздражителей (например, телевидение) и неустойчивым, беспокойном поведении страдает также способность к концентрации, что выражается особенно у детей, в затруднениях, возникающих при обучении. Продолжительное возбуждение может привести у взрослых к невротическим заболеваниям органов.

**Серый цвет**

Серый цвет не является ни цветным, ни светлым, ни темным. Он абсолютно не раздражает и не имеет никакой психической тенденции. Серый цвет – это нейтралность как субъекта, так и объекта, как изнутри, так и снаружи; это ни напряжение, ни расслабленность. Серый не является территорией, которую можно оживить, а просто границей; граница, как ничейная территория, граница как разделительная черта, как абстрактное деление, чтобы отделить друг от друга противоположности, "серый – это только территория" в качестве абстракции.

Тот, кто избирает серый цвет, границу, тот не желает выдавать себя и хочет оградить себя от всех влияний чтобы не возбуждаться. При сильной усталости (как выражение ощущения) и в экзаменационной ситуации, так как себя не желают выдавать, серый цвет часто предпочитают остальным. Тот, кто избирает серый цвет на последнее место, хочет всех привлечь в свои границы, что иным могло бы быть воспринято как вмешательство. Он считает серый цвет скучным и изгоняет его безжизненный покой на последнее место в ряду. Он предпочитает все остальные полные эффекта цвета вместе с их противоречивыми напряжениями, потому что они выражают возбуждающие переживания. Тот, кто отвергает серый цвет, связывает себя из-за собственной готовности к возбуждению и боится быть обойденным. Ему хотелось бы исчерпать все возможности, стремясь достигнуть цели, а вместе с тем и состояния, свободного от возбуждения. Тот, кто ставит серый цвет на второе место, делит свой мир, с одной стороны на зону компенсационно-переоцениваемую, которая представлена цветом, стоящим на первом месте, а с другой стороны, на зону, представленную всеми остальным, следующими за серым девальтированными или вытесненными цветами, или, собственно, жизненными возможностями.

**Желтый цвет**

Желтый цвет – это самая светлая яркая краска, и воздействует она поэтому легко и живо. Красный цвет кажется более плотным, тяжелым, чем желтый, поэтому он возбуждает, так как желтый цвет кажется легче, гораздо тоньше и невесомее, чем красный, то он является стимулирующим. В соответствии с этимон повышает вегетативные функции: кровяное давление, частоту пульса и дыхания, аналогично тому, как это делает красный цвет, но измеримо обильнее. Главной характерной чертой желтого является отражающая свет, а поэтому излучающая во сне стороны яркость, невесомая веселость. Желтый цвет соответствует беспрепятственному распространению, освобождению. В противоположность синевато-зеленому, который отражает контракцию напряжения вплоть до судорог, желтый цвет представляет собой освобождение. Психологически освобождение означает освобождение от тяжести, чего-то угнетающего или парализующего.

Если желтый цвет наиболее привлекателен, тогда он свидетельствует о желании освобождения и надежде на счастье или ожидание его. Ожидание счастья во всех бесчисленных формах, начиная от сексуального приключения идеологий, обещающих идеальное состояние в конце, всегда ориентированных в будущее.

Тот, кто предпочитает зеленый и желтый, нуждается в немедленном признании, он хочет уважения. С большим напряжением он наблюдает за тем, оказывают ли ему ожидаемую признательность и подтверждение, так чтобы напряжение могло разрядиться. Зеленый цвет – это настойчивость, желтый – это изменения.

Зеленый – напряжение, желтый – разрядка. Между этими полюсами лежат конфликты, которые произрастают на почве неудовлетворенности. Здесь борются "зеленые" честолюбие, самоутверждение и престижные претензии против "желтого" стремления к переживаниям, наполненного ожиданием счастья. Если зеленый цвет добивается преимущества, то также и гладкая мускулатура оказывается в подчинении у постоянного принуждения, так как это может проявляться в виде спазмов желудочно-кишечного тракта или сердечно-сосудистой системы, т.е. в виде патологических нарушений. Так как напряжение является невыносимым, то чаще всего эти больные отвергают зеленый цвет, тогда как желтому цвету компенсационно отдают предпочтение из-за желания освободиться от спазматического состояния.

Если желтый цвет неприятен, то это – разочарование в надеждах. Человек стоит перед пустотой и чувствует себя изолированным. Из-за серьезности настроения в этом случае яркость и нематериальная легкость желтого цвета воспринимается как пустота и обманчивая поверхность. Так как из-за разочарования напряжение ожидания не может придти ни к какому разрешению, то наступает перевозбуждение. Поэтому желтый цвет отвергают как слишком яркий. Перевозбуждение проявляется в раздражительности, злости, плохом настроении, недоверчивости. Если подумать, что многие люди питают свой интерес к жизни ожиданиями и надеждами, можно понять, каково разрушительное действие безнадежности, выявляемое отвергнутым желтым цветом, т.е. внушающим страх отсутствием по крайней мере существенной части жизни.

**Черный цвет**

Черный цвет – это самый темный цвет. В черном завершается концентрическое направление темных цветов вплоть до конечной точки. Черный – это абсолютная граница, где кончается жизнь. Поэтому черный цвет выражает идею "ничего". Черный передает накопление, оборону и вытеснение воздействий раздражителей. Поэтому черный цвет означает отказ. Тот, кто выбирает черный на первое место, хочет отказываться из своенравного протеста. Он восстает против своей судьбы.Черный цвет – это отрицание по отношению к утверждению, которое достигает своей наивысшей точки в белом, как абсолютной свободе (отсюда – безупречность). Знамена анархических и нигилистических союзов всегда были черными.

Тот, кто выбирает черный цвет вторым по значимости, – считает, что может отказаться от всего, если он сможет форсировать то, что выражает цвет на первом месте перед черным цветом. Если, например, на первом месте стоит красный цвет, то безудержные переживания должны компенсировать лишения. Если перед черным цветом стоит синий цвет, то покой без напряжений должен воссоздать разрушенную гармонию. Если перед черным цветом стоит серый цвет, то полное отгораживание должно помочь преодолеть невыносимое состояние.

Тот, для кого черный цвет наименее приятен, как это и встречается чаще всего согласно статистике, не желает отказываться. Отказ означает для него лишение и пугающий дефицит. Так как он почти не может отказаться, то он избегает опасности ставить повышение требования.

**Красный цвет**

Красный цвет с примесью желтого представляет собой эрготропное физиологическое состояние. Красный цвет повышает кровяное давление, учащается пульс и дыхание. Красный цвет – это выражение жизненной силы и высоты вегетативного возбуждения. Поэтому он имеет значение желания всех форм аппетита. Красный цвет – это стремление добиться влияния, завоевать успех и жадно желать того, что может предоставить интенсивность и полнота жизни. Красный цвет это импульс, жизненная воля покорить и потенция, начиная от сексуальных инстинктов и до революционных преобразований. Красный цвет – это импульс к моторному действию, к спорту, к борьбе и к предприимчивости в области производства. Красный цвет – это "ударная сила воли", в противоположность зеленому цвету, как "напряжение силы воли". По времени красный цвет соответствует настоящему, символически – полной сил тождественности, устремления вверх к фаллическим формам и огню, к духовному пламени, например, пламя святого духа Троицы. Красный цвет стремится пронизать, преобразовать, покорить. Если красный цвет самый приятный, то выбравший его желает пережить в результате своей деятельности интенсивное возбуждение. Если красный цвет наименее приятный, то выбравший его ощущает возбуждающую интенсивность красного цвета волнующе и угрожающе, потому что он чувствует в себе недостаток жизненной силы, например, при изнурении и сердечной недостаточности или восьмом месте означает "предусмотрительно избегать ослабляющего волнения".

**Зеленый цвет**

Зеленый цвет – это контрольный цвет для определения состояния психического напряжения. Напряжение психологически выражается как напряжение воли, настойчивость, упорство. Синевато-зеленый цвет – это выражение твердости, жесткости и, прежде всего, наступательности по отношению ко всем изменениям. Поэтому он представляет собой постоянство, самоутверждение и обладание. Обладание повышает уверенность и самоуверенность. Поэтому зеленый цвет указывает на то, что избравший его желает повысить свою уверенность в себе, путем ли самоутверждения, чтобы сохранить идеализированную картину собственного Я, или посредством подтверждения, которого он ждет от других, причем он желает внушить симпатию при помощи чего-либо, чем он обладает, и имеющего характер финансовый, телесный или духовный. Зеленый цвет как напряжение накапливает возбуждение и в результате этого создает ощущение гордого превосходства, власти, силы и ощущение возможности распоряжаться, или, по крайней мере, руководитель. Накопление возбуждения ведет к бесчисленным формам и степеням управления. Сюда относятся не только управление побуждениями, но и также и точный контроль, регистрации и память, ясная диспозиция, критический анализ и последовательная логика вплоть до абстрагирующего формализма. "Зеленое" поведение может выразиться также в желании иметь здоровье, в желании жить долго и лучше, т.е. может выразиться в реформаторство. Но тот, кто избирает зеленый цвет, отличается чаще всего тем, что он обязательно желает привести свои взгляды в жизнь – часто оправдывая себя тем, что он защищает принципы. При этом он идеализирует себя и поучает других.

Тот, кто выбирает зеленый цвет, желает нравиться. Ему необходимо признание и он желает самоутвердиться вопреки сопротивлению. Тот, кто избегает зеленого цвета, желает того же, но он раздавлен сопротивлением, чувствует себя униженным недостатком признания. Он страдает от напряжения, которое возникло в результате его собственных требований, кроме тех случаев, когда это происходит из-за телесной слабости. Он воспринимает его как сопротивление, как давление (например, при грудной жабе), как жесткость и принуждение, которых он пытается избежать. Зеленый цвет в этом случае означает "освобождение от давления и принуждения". Утрату собственной силы к сопротивлению и терпение, даже страх перед собственным бессилием и перед тем, что это ведет к компенсационному перекладыванию вины на других и к презрению к ним.

**Коричневый цвет**

Коричневый – это затемненный желто-красный. Импульсивная жизненная сила красного цвета в коричневом затемнена, приглушена, успокоена или "сломана", как сказал бы художник. Коричневый обладает экспансивно-действующим импульсом, которому не хватает активной жизненной силы красного. Цвет не действует более активно, а воспринимается пассивно. Коричневый цвет представляет собой живое чувственное восприятие. Поэтому положение коричневого дает представление об отношении к жизненным физическим ощущениям. Коричневый цвет предпочитают тогда, когда он соответствует беспроблемному, бесконфликтному уюту.

Если коричневый цвет наименее приятен, тогда отвергается его свободный от напряжения уют. Коричневый цвет воспринимают как трудную банальность "человека из толпы", от которого выбирающему, как индивидуалисту хотелось бы отличиться. Из-за этого страдает способность получать чувственное наслаждение, в результате чего возникает дефицит, являющийся причиной, компенсацией, вплоть до сексуальных идей.

**Фиолетовый цвет**

Фиолетовый цвет – это смесь красного и синего. Фиолетовый цвет пытается создать единый сплав из противоположностей, т.е. из красного цвета, как импульсивного покорителя, и синего цвета, как нежной самоотверженности; а поэтому – это выражение идентификации. Такая идентификация – это деликатное прочувствование, которое становится единственно возможной эмоцией, так что все, что я думаю и хочу, должно соответствовать действительности. Эта власть называется волшебством, магией, и как раз является значением фиолетового. Тот, кто отдает предпочтение фиолетовому цвету, тот хотел бы магических взаимоотношений. Он желает быть околдованным, но он хотел бы и сам обладать колдовской силой и внушительным шармом, так как в магической идентификации уничтожается противоположность между субъектом и объектом.

Фиолетовый цвет – это может быть идентификация как эротическое слияние, или как интуитивно-чувственное понимание. Но он может означать просто единство как недифференцированность и нерешенность. Так, тестирование 1600 школьников, не достигших периода полового созревания, показало, что 75 % отдали предпочтение фиолетовому цвету. Статистика результатов тестирования 1000 иранцев, негров из Таганьики и Гио, индейцев из центральной Бразилии выявляет заметное предпочтение фиолетовому цвету.

Действие гормонов также, очевидно, ведет к предпочтению фиолетового, как показали исследования, проведенные среди женщин в период беременности (Эрбле), как показали тесты при функциональных расстройствах щитовидной железы и как показали опыты с выбором цветов у гомосексуалистов.

Если фиолетовый цвет наименее приятен из всех возможных, то желание чувственного эротического слияния, магии идентификации со своим партнером скрывают в тайне, потому что отсутствуют предпосылки. Отсюда возникает часто не обнаруживаемая замкнутость и стремление к созданию как можно более ясных взаимоотношений, способность к эмоциональному прочувствованию и потребность в магии очарования переносится на такие объекты, которые требуют эстетический оценки и воплощения, и которые часто становятся профессиональной задачей.