**Цвет наших эмоций**

Имеют ли чувства какой-нибудь цвет,

Когда они в душах кипят и зреют?

Не знаю, смешно это или нет,

Но часто мне кажется, что имеют.

(Эдуард Асаев)

 Поэт не ошибся: у каждого нашего чувства, у каждой эмоции есть свой цвет. Грусть любит наряжаться в серые одежды, синий - символ интереса ("шла машина тёмным лесом за каким-то интересом" - легко догадаться, какого цвета была машина), зелёный и жёлтый - удивление, красный - радость и гнев, коричневый - отвращение, чёрный - цвет фобий.

 Определить цвет нашей главной эмоции просто. Эмоциональность проявляется в любой ситуации. Даже в таких мелочах, как покупка вишнёвого пирога. Предположим, вы купили такой пирог, а дома обнаружили, что вишен внутри нет. Какой будет ваша реакция?

1. Шутник этот кондитер. Представляю, как он сейчас веселится. Ладно, съем завтра на завтрак. С маслом.

2. Хорошо, что чек сохранился. Надо немедленно пойти в магазин и во всём разобраться.

3. Вечно мне не везёт! Что теперь делать? Как быть? Или не быть? Кто виноват? Пусть подавится своими вишнями!

4. Сейчас я им объясню, как надо правильно пироги печь! Они у меня на всю жизнь этот случай запомнят! Надо потребовать, чтобы ещё и моральный вред компенсировали!

5. Вот досада! Но не расстраиваться же из-за пирога? Что-нибудь придумаю: птичкам в парке скормлю.

6. И почему только люди так безобразно относятся к своей работе? Хотя неизвестно, почему так получилось. Может, кондитер - новичок или у него какие-то проблемы были.

7. Пирог без начинки - это очень символично. Вот так ведь и в жизни бывает. Настраиваешься на одно, а получаешь совсем другое.

8. Есть, наверное, контролирующие организации, которые должны с такими вопросами разбираться. Нельзя допустить, чтобы халатность сошла этим халтурщикам с рук.

Итак:

 1. ЭМОЦИИ ЖЁЛТОГО ЦВЕТА

Присущи весёлым, радостным людям, которые легко относятся ко всему. Конечно, они могут испытывать негативные чувства - злость, ревность и т.д., но недолго, поверхностно.

Если такая женщина обижена на партнёра, то для него это очевидно. Она не может уснуть, плачет и говорит, что никогда ещё не испытывала такого разочарования. Загладить вину невозможно: никакие слова не помогут. Зато наутро женщина с ведущей эмоцией жёлтого цвета просыпается как ни в чём не бывало. Разочарование? Какое разочарование? Мир прекрасен, и ты, дорогой, просто чудо. Одни называют таких людей "солнышками". Другие считают непоследовательными, несерьезными, особенно раздражает стремление "солнышка" светить всем.

 Гармоничные варианты: синий (он выдерживает перепады настроения, а сам получает недостающую лёгкость), фиолетовый (уравновешивает жёлтый глубоким отношением к жизни). А вот жёлтый с жёлтым - не лучшее сочетание: так ярко, что слепит.

2. ЭМОЦИИ КРАСНОГО ЦВЕТА

Это энергия, жажда жизни и деятельности, оптимизм. "Красного" человека легко узнать по высоко поднятой голове, быстрой походке, живой мимике и активной речи. Он почти всегда бодр и весел. Никогда не обижается: обида - не его эмоция. Если кто-то ему мешает, строит козни, может стать агрессивным.

Женщина с ведущей эмоцией красного цвета, обнаружившая связь мужа на стороне, не будет плакать, жаловаться, винить себя. Она развернёт такую деятельность, что чертям тошно станет, а не только мужу и его любовнице.

От красного цвета, особенно, если его слишком много, можно устать. Это нужно учитывать и хотя бы иногда немного отходить в тень.

 Гармоничные варианты: очень хорош серый (он забирает лишнюю энергию и придаёт чувство значимости), голубой, охлаждающий и уравновешивающий. Для дружеского общения подходит жизнерадостный жёлтый - с ним всегда весело. Коричневый и фиолетовый раздражают чрезмерной основательностью, синий - выводит из себя своим спокойствием.

 3. ЭМОЦИИ СЕРОГО ЦВЕТА

С одной стороны, в этом цвете заложено много качеств, с другой, - все они очень слабы. Людям такого типа не хватает энергии. Они с детства быстро утомляются и проявляют склонность к спокойным занятиям. Серый не очень доволен своей жизнью, с завистью смотрит на другие цвета. Но не чувствует в себе сил что-то изменить. Он больше настроен на избегание неудач, чем на победу. Например, женщина такого типа готова мириться с партнёром, всё достоинство которого в том, что он не пьёт, то есть без явных недостатков.

 Гармоничные варианты: все, кроме такого же серого, потому что у любого другого цвета энергии больше. Но проблема в том, что этот скромный тон редко выбирают представители ярких оттенков. Разве что красный, и то потому, что нуждается в человеке, который бы терпел его напор и агрессию. Чтобы заряжаться энергией, женщинам с ведущей эмоцией серого цвета надо больше общаться с разными людьми, почаще бывать в их окружении.

 4. ЭМОЦИИ СИНЕГО ЦВЕТА

Люди такого склада спокойны, постоянны, воспринимают жизнь как соблюдение правил, традиций: "Так должно быть", "Так правильно", "Все так делают". Ко всему они подходят обдуманно и серьёзно, без суеты.

Женщина с подобным характером может годами жить с партнёром, который ей чужд и даже неприятен, просто потому, что она когда-то вышла за него замуж, и, значит, так тому и быть. При этом нельзя сказать, что она мучается: просто сосредотачивается на воспитании детей, решении бытовых проблем. Упорядоченность, стабильность - сами по себе для неё удовольствие, ценность.

 Гармоничные варианты: жёлтый (но больше для дружбы) и синий. Это редкий случай, когда два одинаковых "по цвету" человека прекрасно уживаются. В других цветах для синего слишком много противоречий или слишком мало позитива.

 5. ЭМОЦИИ ГОЛУБОГО ЦВЕТА

Человек с эмоциями цвета воздуха и морской волны бывает так же летуч, неуловим и непостоянен. У него обычно тихий голос, лёгкая походка, мягкие волосы и слегка отстранённый взгляд. В целом он создаёт приятное впечатление у окружающих, но некоторые склонны считать его странным. Сегодня весело рассказывает анекдоты, всех смешит, завтра молчит, грустно смотрит в окно.

Женщины такого типа обычно неконфликтны. Они не любят выяснять отношения - это слишком тяжёлая для них процедура. И обиду тоже не таят: не нравится им эта эмоция. Но отношение к обидевшему человеку изменится. Его просто как бы не будет в их жизни, во всяком случае такого, как раньше. Близкие, несмотря на непрактичное отношение к жизни женщин с ведущей эмоцией голубого цвета, ценят их за лёгкость и согласны сами заниматься "зеиными" проблемами.

 Гармоничные варианты: красный (обоюдная тяга), зелёный (даёт чувство уверенности, стабильности, но при этом не ограничивает). Фиолетовый интересен своей глубиной, но долгое общение с ним обременительно. Жёлтый нравится, но кажется простоватым. Любые тёмные цвета подавляют энергию голубого, их лучше избегать.

 6. ЭМОЦИИ ЗЕЛЁНОГО ЦВЕТА

Люди с ведущей эмоцией этого цвета умеренны во всем. Обычно они ведут правильный образ жизни и очень этим гордятся. Стремятся к лидерству в отношениях, могут критиковать и даже пытаться исправить тех, кто, по их мнению, делает что-то неправильно. Из-за такой тяги к совершенству у них с окружающими бывают конфликты.

 Гармоничные варианты: голубой (он спокойно относится к нравоучениям), серый (ему нравится быть под контролем). Представители других цветов или не нуждаются в руководстве, или тяжелы на подъём. Сочетание зелёного с фиолетовым приводит к полному непониманию в паре.

 7. ЭМОЦИИ ФИОЛЕТОВОГО ЦВЕТА

Люди с эмоциями цвета сумерек глубоко переживают все события, но не выносят чувства на поверхность. Они живут своими ощущениями и размышлениями. Выглядят загадочными, иногда даже странными. Часто вспоминают прошлое, много мечтают в одиночестве, отрываясь от реальности. Это занятие увлекает их больше всего. Они способны молчать часами, не испытывая никакого дискомфорта. Естественно, что это может вызывать претензии у окружающих.

 Гармоничные варианты: голубой (хорошо понимают друг друга), жёлтый (он способен расшевелить, показать прелести реальной жизни). Зелёный, синий, красный будут препятствовать стремлению к уединению. Серый и коричневый портят настроение своим пессимизмом.

 8. ЭМОЦИИ КОРИЧНЕВОГО ЦВЕТА

Они характерны для людей принципиальных, основательных, серьёзных, воспринимающих всё в категории "плохо-хорошо". Они не злопамятны, просто считают, что за дурные поступки должно последовать наказание.

Женщина годами может помнить обиды и при каждом удобном случае напоминать партнёру о его ошибках и проступках. Конечно, такое отношение мало кто выдержит.

 Гармоничные варианты: красный (энергия равной силы, хоть и разной направленности), зелёный - у этих цветов одинаковое представление о правильном - неправильном. С остальными коричневый может вступать в диссонанс.

ЭДУАРД АСАДОВ

Имеют ли чувства какой-нибудь цвет,

Когда они в душах кипят и зреют?

Не знаю, смешно это или нет,

Но часто мне кажется, что имеют.

Когда засмеются в душе подчас

Трели, по-вешнему соловьиные,

От дружеской встречи, улыбок, фраз,

То чувства, наверно, пылают в нас

Небесного цвета: синие-синие.

А если вдруг ревность сощурит взгляд

Иль гнев опалит грозовым рассветом,

То чувства, наверное, в нас горят

Цветом пожара - багряным цветом.

Когда ж захлестнёт тебя вдруг тоска,

Да так, что вздохнуть невозможно даже,

Тоска эта будет, как дым, горька,

А цветом тёмная, словно сажа.

Если же сердце хмельным-хмельно,

Счастье, какое ж оно, какое?

Мне кажется, счастье как луч. Оно

Жаркое, солнечно-золотое!

Назвать даже попросту не берусь

Все их - от ласки до горьких встрясок.

Наверное, сколько на свете чувств,

Столько цветов на земле и красок.

Судьба моя! Нам ли с тобой не знать,

Что я под вьюгами не шатаюсь.

Ты можешь любые мне чувства дать,

Я все их готов, не моргнув, принять

И даже чёрных не испугаюсь.

Но если ты даже и повелишь,

Одно, хоть убей, я отвергну! Это

Чувства, крохотные, как мышь,

Ничтожно-серого цвета!

**Каждый охотник желает знать, где сидит фазан:**

**О символике цвета.**

 Так детвору учат запоминать цвета радуги: каждый - красный, охотник - оранжевый, желает - жёлтый, знать - зелёный, где - голубой, сидит - синий, фазан - фиолетовый. Всякий цвет имеет определённое значение, трактовку: с ним связываются какие-то особенные чувства, традиции, представления. Мир расцвечен красками. Имя им - легион. Каких только нет - оттенков, тонов и полутонов, гамм. Цвет воды пляжа Бонди - слыхали о таком? Цвет "Старое кружево", побега папайи и яйца дрозда, цвет жёлтого школьного автобуса, фуксии, гелиотропа, лаванды и орхидеи. А вот помню ещё в "Войне и мире" какой-то герой носил чулки "цвета тела испуганной лани". Как придумают!

Но основных цветов - не так уж много, чтобы о них не рассказать. Хотя бы самое интересное. Во всяком случае, то, что мне кажется интересным.

Парад открывает белый цвет ...

1. БЕЛЫЙ

Белый - это "светлый", светящийся по-прозрачному, бесцветный цвет (в отличие от синего - темного, непрозрачного). Чистый в противоположность грязному.

Белый - это неизвестность и открытость: герои сказок хотят посмотреть, увидеть "белый свет". "Белое место" означало свободную от налогов землю, "белое железо" - свободное от примесей, чистое железо.

На языке божественном белый - цвет божественной мудрости. На мирском языке он символизирует чистоту, целомудрие, мир, девственность, свет, а поскольку он "не скрывает другого цвета", невинность и правду. По принятой у католиков символике цвета, белый означает невинность, радость и простоту.

На языке католической символики прозрачный (cristalline) выражает идею беспорочной чистоты и ясности.

Белая магия - это магия, использующая свою силу для добра, часто - для лечения, или против зла и черной магии.

Белый чаще всего ассоциируется с религиозными обрядами. Священные лошади в Греции, Риме, у кельтов и германцев были белыми. В некоторых областях юго-восточной Азии считаются священными белые слоны. Выражение "белый слон" относится к большим и внушительным, но бесполезным приобретениям и происходит из древнего Сиама (Таиланда). Чтобы избавиться от неугодного придворного, король Сиама дарил ему белого слона. Стоимость прокорма слона быстро разоряла придворного.

Белая лилия обозначает чистоту и является символом Девы Марии. Белая роза также символизирует девственность. В древнеримских храмах Весты, богини домашнего очага и горевшего в нем огня, служившие там жрицы-весталки давали обет девственности и носили белые одежды.

В христианской церкви белые одежды надевали на церемонию освящения церквей. Это - цвет крещения и причастия, праздников Рождества, Пасхи и Вознесения, а также праздников в честь святых, которые не являются мучениками.

В православной церкви белый используется во всех богослужениях от Пасхи до дня Троицы, даже на похоронах.

Белый флаг означает сдачу, перемирие, а в более широком значении - мир и добрую волю. Этот обычай, как полагают, идет из древнейших времен, когда, чтобы продемонстрировать мирные намерения и таким образом избежать нападения, несли белый свиток или его символическое представление - белую материю на шесте.

Белый означает также слепоту и абсолютную тишину. На Востоке это цвет траура. Считалось, что если носить черный цвет, то душа умершего ничего не увидит, отсюда следует, что белый в трауре - свет, видение, жизнь (после жизни). Привидения, бесплотные существа обычно изображаются белыми.

Этот цвет обозначает также трусость. В военное время, в частности в Первую мировую войну, французам, избегавшим военной службы, иногда давали или посылали белые перья.

Замечено, что на петушиных боях лучшие бойцовские качества проявляют петухи с красной и черной окраской. Они выдирают перья из хвостов более трусливых белых сородичей, и эти перья стали олицетворять трусость.

В геральдике серебро, называемое арджент (агд), изображается на черно-белых изображениях белым.

2. ФИОЛЕТОВЫЙ

Истончается тонкий тлен.

Фиолетовый гобелен.

К нам на воды и на леса

Опускаются небеса.

О. Мандельштам

Цвет духовных миров, миров творчества. В принятой у католиков символике фиолетовый обозначал молчание или созерцание. Облаченный в фиолетовую тогу ангел олицетворял таинство священства.

В символике раннего христианства этот цвет означал унижение, глубокую привязанность и печаль.

23. СИНИЙ

Слово "синий" происходит от "сияние", но в отличие от белого это темное, непрозрачное мрачное свечение.

Как цвет ясного неба и моря, представляет и высоту, и глубину. Означает также постоянство, преданность, правосудие, совершенство, размышление и мир. Древние египтяне использовали синий для обозначения правды. По Гегелю, синий соответствует кротости, выражению исполненного ума и душевной тишины.

Широкую темно-синюю ленту имеет орден Подвязки - высший рыцарский орден, которым удостаивает Британская корона (он был учрежден в 1348 году королем Эдуардом III).

Выражение "синий чулок" по отношению к ученой даме восходит к XV веку, когда в Венеции собиралось общество мужчин и женщин, занимающихся изучением наук: синие чулки были отличительным атрибутом их одежды. Парижские интеллектуалы позаимствовали этот обычай в 1590-х годах. Термин возник в Англии в 1750-х, когда некий джентльмен по имени Бенджамин Стиллингфлит стал посещать вечера писательницы и общественной деятельницы миссис Элизабет Монтегю (ее окрестили королевой синих), облачаясь в синие чулки вместо модных тогда шелковых черных.

Синий символизирует сомнение и депрессию. Блюз (blues, от английского blue, - "синий") - преимущественно меланхолическая музыка медленного темпа, появившаяся на американском Юге в конце XIX века.

В христианском искусстве синий символизирует набожность, искренность, благоразумие. Первоначально этот цвет был принят для богослужений, но в настоящее время он не является обязательным. Используется иногда в Испании в мессах и некоторых других религиозных службах.

В ангельской иерархии херувим, поскольку он всегда погружен в благочестивые размышления, представлен синим цветом. В книге "Динамический диссонанс" Луи Данз пишет, что синий является наиболее выразительным цветом для арабов, это "цвет материальных небес, которые поддерживают звезды на своих местах".

В геральдике синий называется лазурью (от арабского "лазура"). Иногда этот цвет помечают как "az" или обозначают горизонтальными линиями.

4. ГОЛУБОЙ

Отец Павел Флоренский рассматривает символику голубого цвета с позиции того, что существует три языка: божественный, священный и мирской.

На языке божественном голубой означает воздух, лазурь как цвет неба, Святой Дух и вечную Божественную истину, горний мир.

В космогониях мир творит Божественная Премудрость, а потому Бог-творец всегда голубого цвета. Вишну родился из голубизны. Кришна изображается с голубым телом. Верховное божество Египта, Кнеф, также изображался голубым цветом. Амона, Божественное слово египтян, представляли голубого цвета, и таковым он является в египетских изображениях. Этот цвет сопутствовал Зевсу (Юпитеру) и Гере (Юноне) - греческим и римским божествам небес, которые, как верили, живут выше облаков. Агни, бог огня, восседал на краснорогом голубом овне.

В "Исходе" голубой, как цвет безоблачного неба, символизирует откровение. Согласно книге "Числа", израильтянам было велено иметь на краях одежды голубую кайму, которая напоминала бы им о Боге.

На языке священном он становится символом бессмертия, а значит, человеческой, физической смерти, цветом печали и траура. Голубые ризы надевали священники во время Великого Поста, в Китае и других странах Востока это цвет мертвых, в египетских могильниках большое количество фигурок голубого цвета.

Лазурь представляет возрождение, духовное образование человека. Означает крещение Святым Духом.

В мирском языке голубой цвет означает верность. Скарабеи голубого цвета украшали кольца египетских воинов. Ангел в таинстве брака изображался в голубых ризах, означая доверие и верность.

По Гете, голубой цвет - это тончайшая мгла. Голубой всегда приводит с собой темное.

Голубой символизирует доблесть и превосходство. "Голубая лента" дается за выдающиеся достижения в самых разных областях: "Голубой лентой Атлантики" удостаивается пассажирский лайнер, который быстрее всего пересек океан в обоих направлениях (принадлежал "Куин Мэри" в 1935-1952 годах, с 1952 года принадлежит "Юнайтед Стейтс"). Аналогично "Cordon bleu" ("Голубая лента") когда-то была высшей рыцарской наградой во Франции, старинным орденом St Esprit (Святого Духа).

Голубой цвет ассоциируется с королевской властью и благородством происхождения. Выражение "голубая кровь" для людей высокого происхождения идет из убеждения, что вены у испанских аристократов "более синие", чем у тех, кто произошел от "смешанных" браков. Аналогично "истинно голубой" цвет подчеркивает преданность, возможно, исходя из того, что, как считали, истинную преданность может выказать только человек аристократического происхождения.

Для новорожденного мальчика обычно покупают голубые ленты и коляску, одежду синего цвета и его оттенков.

45. ЗЕЛЕНЫЙ

Цвет весны, нового роста, плодородия, природы, радости. Зеленый очень часто символизирует непрерывность и даже бессмертие, когда, к примеру, мы говорим "вечнозеленый". В символике католического искусства зеленый цвет был цветом надежды, нетленной юности, созерцательной жизни. Ангел в таинстве благословения (миропомазания) изображался в зеленой одежде.

В космогоническом символизме зеленый указывает на мир, рождающийся в лоне первобытных вод, и на первую степень посвящения: крещение водой. Представляющий собой смесь синего и желтого, зеленый является мистическим цветом, осуществляя связь между природным и сверхъестественным.

Зеленый означает избыток, процветание, стабильность, ведь недаром многие государства выбрали для своих денег зеленый цвет. Но, с другой стороны, зеленый цвет обозначает недостаток денег. В некоторых европейских странах банкротов обязывали носить шляпу зеленого цвета.

В море зеленый флаг означает кораблекрушение. На земле этот сигнал чаще значит "Движение разрешено"; в качестве автодорожного сигнала зеленый - "Путь свободен", желтый или янтарный говорят: "Внимание! ", а красный - "Стоп! ". Такое значение цветов было стандартизировано в Британии в 1893 году. До этого зеленый служил для предостережения, белый позволял двигаться, а красный запрещал.

Зеленый - знак разложения и плесени. Осирис, бог умирающей и воскресающей природы, покровитель и судья мертвых, изображался зеленым. В фольклоре это цвет эльфов, отсюда - цвет непослушания и проказ. Символизирует также зависть и ревность. Как символ молодости зеленый означает незрелость, несовершеннолетие, неопытность, наивность.

В христианских церквах зеленый предписывается для богослужений в период между Крещением и Троицей. Зеленый является священным цветом в исламе.

На национальных флагах зеленый обычно помещают, чтобы подчеркнуть роль сельского хозяйства или обилие лесов.

В геральдике зеленый называется "верт" (сокращение "vt"). При черно-белом изображении герба он обозначается диагональными линиями с левого верхнего угла до правого нижнего.

6. ЖЕЛТЫЙ

Цвет Солнца и лета. В алхимии золото считалось застывшим солнечным светом. Желтый символизирует славу и Божественную власть (в связи с "солнечными" ассоциациями: свет, тепло, мощь), откровение любви и премудрости Божией.

В триаде солнечных цветов желтый соответствует разуму. Это оживляющий и очищающий цвет. В греческой мифологии желтый является атрибутом Аполлона, солнечного бога, а также священным цветом Зевса, правителя земли и небес.

В Китае желтый цвет, цвет шафрана - это цвет императора: во времена династии Цин, последней правящей династии (1644-1911), только император имел право носить одежду желтого цвета. Это также цвет шапок даосских монахов.

В Индии новобрачная покрывает свои руки желтым для того, чтобы обозначить счастье единения, которое она ждет. По Гете, желтый цвет - ближайший к свету, первое явление света в веществе.

В символизме раннего христианства желтое (золотое) означает славу, плодородие, доброту. Это соответствует земле.

Желтый имеет и противоположную трактовку - как цвет предательства, ревности, лжи и трусливости. По принятой у католиков символике цветов, желтый цвет означал испытание страданием или завистью. В церковном искусстве Каина и Иуду Искариота обычно рисовали с желтыми бородами. В некоторых христианских странах евреев изображали в желтых одеждах, поскольку они "предали Иисуса".

Во время Второй мировой войны в странах, оккупированных нацистами, евреям предписывалось носить повязки с желтой звездой, "повязки позора". В средневековой Европе до XVI века кое-где двери домов уголовных преступников и предателей мазали желтой краской.

Еретики, осужденные испанской инквизицией, сжигались одетыми в желтые одежды, как знак того, что они изменили Богу. Трусов называли "желтопузые", поскольку считалось, что печень труса лишена крови и имеет желтый цвет (или белый).

Желтый также - цвет болезни. В Международной системе сигналов желтый обозначает букву Q. По прибытии в порт зарубежного государства этот флаг поднимают, чтобы передать сообщение: "На моем судне все здоровы, и я прошу освободить меня от карантина" (карантин предусматривается международными правилами здравоохранения).

Желтый является международно признанным цветом, используемым для мер безопасности - в желтый окрашиваются спасательные вертолеты, а в некоторых странах - пожарное оборудование, прежде красное. В правилах дорожного движения желтый служит предупредительным сигналом, в футболе желтая карточка обозначает "предупреждение".

Термин "желтая пресса" и "желтый журналист" употребляются по отношению к тем, кто поставляет искаженную информацию и сенсации для увеличения тиражей своих изданий. В Китае "желтой литературой" и "желтыми фильмами" называют порнографическую продукцию, но, с другой стороны, согласно "Книге китайских символов", "женщина желтого цвета" - это женщина, сохраняющая девственность.

В геральдике желтым цветом обозначается золото, которое носит название "ор", на черно-белых изображениях его отмечают точками.

7. РОЗОВЫЙ

Розовый - это цвет любовной интрижки,

и один друг говорил мне,

что только девушка в розовом платье обязательно

будет приглашена на каждый танец.

А. К. Хоттес

Это телесный цвет, цвет чувствительности, и, как считают специалисты, - один из цветов, вызывающих наибольший аппетит.

Во время Второй мировой войны в оккупированных нацистами странах геев обязывали носить повязку с розовым треугольником. Розовый, а иногда - розовый треугольник, с тех времен используется такими организациями, как "Гордость голубых".

58. КРАСНЫЙ

В русском языке красный и красивый - однокоренные слова. Потому Красная площадь - это красивая площадь, красная девица - красавица. Красный связан со светом, с огнем: солнцеворот наши предки называли "кресъ", а глагол "кресать" означал "вырубать огонь".

Красный цвет как цвет любви восходит к огню, который несет тепло. Символ с сердцем можно видеть на поздравительных открытках, в надписях типа "Я люблю...", где заменяют слово "любовь" сердцем, причем сердце изображается красным цветом (экологические организации рисуют сердце зеленым в лозунгах типа: "Я люблю природу, не загрязняемую свинцом").

Наиболее агрессивный цвет, цвет живой протекающей крови. Это огонь, чувства, война, жертва, революция, сила, мужество, страдание, могущество, справедливость. Первобытный человек кропил кровью любой объект, который хотел вернуть к жизни. На божественном языке символов красный - цвет Божественной любви.

В странах Дальнего Востока это цвет радости и богатства. Красные ворота в Китае обозначали дома чинов первой степени, знатных и богатых людей. В брачных обрядах этот цвет преобладает на всех предметах, окружающих жениха и невесту. При оценке сочинений удачные места обводят красным контуром. В Монголии, Корее красные точки нашивают на новогодние одежды как амулеты.

Как цвет, символизирующий кровь, красный часто использовали для военных целей на протяжении многих столетий. Например, когда римские полководцы одерживали победу, они красили лицо красной краской в честь бога войны Марса. В Британском военно-морском флоте красный флаг как "вызов на бой" существует с XVII века.

На протяжении двух последних столетий этот цвет был цветом анархии. Красный флаг является флагом международного социализма и левого крыла в политике в целом. Флаг использовался коммунарами Парижской коммуны 1871 года. В России во время восстания 1905 года и Октябрьской революции 1917 года была воспринята символика Французской революции, в том числе красный цвет. Армию революции назвали "Красной армией", поддерживающих революцию - "красными".

В средневековом христианском искусстве красный является цветом милосердия, Божественной любви. Серафимы, которые в иерархии ангелов занимают высшее положение, располагаются к Богу выше всех и "пребывают в Божественном жаре", обычно изображаются красным цветом.

Красный служит цветом богослужений во время Страстной недели, Вербного воскресенья и в Крестовоз-движение (14 сентября). В "Семи таинствах" Рогер фон дер Вейгена Ангел таинства покаяния изображен в красной тунике. В день Святой Троицы этот цвет служил олицетворением Святого Духа, который спустился с небес, подобно языкам пламени. Он напоминает также о мучениках, которые пролили кровь за свою веру. Выражение "красный день календаря" происходит от обычая помечать церковные праздники и даты красными чернилами.

Выражение "красным" в смысле "в дебет", идет от принятого в прошлом у банковских служащих обыкновения записывать убытки красными чернилами. Выражение "красная нить" происходит от бытовавшего в XVII веке правила перевязывать красной ленточкой официальные юридические или правительственные бумаги.

Красные волосы часто связывают с горячим темпераментом. Это еще и цвет магии, так как шляпы фей всегда красные. Красный повсеместно используется для предупреждения об опасности и в качестве сигнала "Стоп".

Красный обозначает также стыд и бесчестие. Марк Твен писал, что человек - это "единственное существо, которое краснеет или по крайней мере должно краснеть".

В пуританской Новой Англии в XVII-XVIII веках женщины, уличенные в незаконной связи, должны были носить на одежде красную букву "А". Этот цвет обозначал "ночных бабочек", напоминая о том, что Иоанн в "Откровении" (17:1-6) видел блудницу в багряном "...сидящую на звере багряном, преисполненном именами богохульными ... напоенную кровию святых".

Район, где находятся публичные дома, называют районом "красных фонарей", поскольку именно такие фонари раньше висели перед подобными заведениями.

В геральдическом языке красный обозначается как "польз" (сокращенно - ди). При черно-белом изображении его указывают вертикальными линиями.

69. ПУРПУРНЫЙ

Означает власть, славу, почет, величие, мощь. Как комбинация красного и синего, символизирует союз любви и правдивости. Поскольку пурпурная краска была самой дорогой, этот цвет представлял золото. У древних римлян и греков пурпурные тоги носили только императоры, цари, полководцы, судьи. С тех пор пурпурный ассоциируется с троном и властью. Выражение "рожденный в пурпуре" по отношению ко всем, кто принадлежит к высшему классу, восходит к временам Византийской империи, где существовало правило, что будущий император должен рождаться только в комнате с пурпурными покрывалами на стенах.

Литературное выражение "пурпурная проза" применяется по отношению к писаниям, которые чересчур замысловаты и вычурны. Это выражение впервые использовал римский поэт Гораций в "Науке поэзии", написанной примерно в 20 г. до н.э.

В христианских церквах пурпур обозначает отпущение грехов, покаяние, скорбь и оплакивание. Одежду пурпурного цвета надевают во время Великого Поста для церемоний, связанных с "крестными муками".

В геральдике пурпурный цвет, называемый "пурпур", обозначается на черно-белых изображениях диагональными линиями от верхнего правого края до нижнего левого.

10. СЕРЫЙ

В принятой у католиков символике бурый или серый цвет означал смирение. Серая мышь, серость - символ незаметного, неталантливого человека.

11. ЧЕРНЫЙ

Ночь, смерть, разложение, грех, зло и деструктивные силы, тишина и пустота. Поскольку черный поглощает все другие цвета, он выражает отрицание и отчаяние, является противостоянием белому, обозначает негативное начало. Символ потусторонности, инфернальности.

Черный и темно-синий цвета были символами атрибутов Бога и возрождения человека (восставшего из праха). Таким цветом изображались Сатурн, Озирис, Кнеф-Аммон, Кришна, Будда.

Противоположение черного и голубого цветов - ночи и дня - представляет борьбу жизни и смерти, деятельности духа и деятельности тела, в материальном состоянии эта борьба символизируется временем. Сатурн - символ времени. Храм и статуя Меркурия были из голубого камня. Одна из рук этого Бога была белой, другая - черной.

В китайской философии - это Инь, вода.

В "Апокалипсисе" вороной, черный конь - символ голода.

По католической символике черный - краска скорби, смерти или покоя. Черный являлся одним из пяти цветов, предписанных в 1200 г. 176-м папой Иннокентием III для обозначения времен года в христианском календаре. Черный использовали в мессах по усопшим на службах в Страстную пятницу. С недавних времен церковь стала учитывать национальные особенности (к примеру, черный в Японии обозначает радость), и использование черного цвета перестало быть обязательным. В средневековом искусстве черный цвет означал раскаяние.

Как цвет смерти, черный цвет был символом отказа от мирской суеты, отдания себя в духовное служение. Это цвет одежд монахов - как православных, так и буддийских.

Черный цвет как цвет ночи и земли - символ зарождения всякой жизни, а потому символ алхимии как духовного Делания. В алхимии черный цвет соответствует гниению, символ этого цвета и процесса - ворон.

В качестве знака смерти черный использовался многими: он был на флаге анархистов, на флагах пиратов.

В британском суде при произнесении смертного приговора судья разрывал квадраты черной материи.

Бубонную чуму, уничтожившую в 1348 г. только в Европе почти 25 миллионов человек, называли "черной смертью", потому что тело заболевшего чумой чернело.

Тайные науки, которыми занимались ведьмы и колдуны, и все прочие, кто имел дело с "князем тьмы" (дьяволом), именовались "черной магией" (в данном случае "черный" означает "связанный с дьяволом").

В геральдике черный называется "траур". На черно-белом изображении герба его помечают буквами "s" или "sa", либо заштриховывают нижнюю часть рисунка горизонтальными или вертикальными линиями, а при печати ее покрывают сплошным черным цветом.

**Глоток воды из красного стакана**

То, что каждый цвет определённым образом воздействует на человека, известно всем. Действие цветов обусловлено, с одной стороны, непосредственным физиологическим влиянием их на организм, а, с другой, - ассоциациями, которые цвета вызывают на основе предшествовавшего опыта. Некоторые цвета возбуждают, другие, напротив, успокаивают нервную систему.

Ещё Гёте отмечал действие цветов на настроение и делил их на:

1) возбуждающие, оживляющие, бодрящие;

2) порождающие печально-беспокойное настроение.

К первым он относил красно-жёлтые, ко вторым - сине-фиолетовые цвета. Промежуточное место Гёте отводил зелёному цвету, который способствует, по его мнению, состоянию спокойной умиротворённости.

Известную роль в эмоциональном воздействии цветов играют и ассоциации: голубой цвет ассоциируется с цветом голубого неба, зелёный - с зеленью, голубовато-зелёный - с водой, оранжевый - с пламенем и т.д.

Цвета производят определённое физиологическое воздействие на человеческий организм. Французский невропатолог Ч. Фере отметил, что показания динамометра, определяющего сжатием руки мускульную силу, изменяются при различных условиях освещения. При кратковременной работе производительность труда увеличивается при красном цвете и уменьшается при синем; при длительной работе производительность труда увеличивается при зелёном цвете и снижается при синем и фиолетовом.

Экспериментальные исследования В. М. Бехтерева, И. Н. Спиртова и других учёных установили возбуждающее и угнетающее действие различных цветов, в связи с чем Бехтеревым была поставлена задача использования терапевтического эмоционального воздействия цветов на психическое состояние душевнобольных.

Ф. Стефанеску-Гоанга установил, что при действии пурпурного, красного, оранжевого, жёлтого цветов учащаются и углубляются дыхание и пульс, а при действии зелёного, голубого, синего и фиолетового цветов возникает обратное действие. Следовательно, первая группа цветов является возбуждающей, а вторая - успокаивающей.

По замечаниям художников и искусствоведов:

- красный цвет - возбуждающий, согревающий, оживляющий, активный, энергичный, очень богат ассоциациями;

- оранжевый цвет - весёлый, жизнерадостный, пламенный, соединяющий радостность жёлтого с возбуждением красного;

- жёлтый цвет - тёплый, бодрящий, весёлый, привлекательный, несколько кокетливый;

- зелёный цвет - спокойный, создаёт приятное (уютное) настроение, очень богат ассоциациями;

- синий цвет - спокойный, серьёзный, нежный, печальный, тоскливый, мирный, сентиментальный;

- фиолетовый цвет - соединяет эмоциональный эффект красного и синего цветов - одновременно притягивающий и отталкивающий, полный жизни и возбуждающий тоску и грусть.

Цветам свойственна определённая выразительность. Выразительность цвета не есть результат ассоциации и не перенос символики цвета, а качество, принадлежащее самому цвету. Выразительность в значительной степени зависит от установок человека.

В некоторых случаях, когда возникает необходимость как-то изменить своё настроение, "поднять боевой дух" или, наоборот, утихомирить эмоции, очень удобны и эффективны цветные подставки, которые легко сделать самим.

Берётся цветная бумага (нужна бумага красного, оранжевого, жёлтого, зелёного, синего, фиолетового, бирюзового, розового цветов и бумага цвета маджента, т.е. красно-синего цвета), наклеивается на поверхность деревянных подставок, сверху подставку нужно обернуть прозрачной плёнкой.

Вода прекрасно воспринимает и сохраняет информацию, поэтому стакан с водой достаточно оставить на подставке нужного цвета на 5-10 минут, чтобы она восприняла этот цвет и передала его нам. Пить воду - не только цветную, но и любую - нужно не спеша, маленькими глотками.

Если мы возбуждены, всё внутри нас "кипит", чтобы вернуть внутреннее равновесие, можно выпить несколько глотков из стакана, который стоял на зелёной подставке.

Выпив воды из стакана, побывавшего на розовой подставке, можно избавиться от напряжения, волнения, сбросить душевный гнёт, перестать конфликтовать с собой и окружающими.

Работая на компьютере, полезно всегда иметь поблизости стакан на бирюзовой подставке и почаще отпивать из него воду по глотку. Бирюзовый цвет защищает от радиоактивности, от так называемого "электрического тумана" и от теплового излучения компьютера. Он создает зону, благотворную для здоровья человека.

Жёлтый цвет способствует генерации идей, стимулирует духовную деятельность человека.

Ежедневно выпивая два стакана воды, которые постояли на подставке синего цвета, можно обуздать свой зверский аппетит (вместо того, чтобы глотать сомнительные таблетки с целью сбросить лишний вес).

При переутомлении, упадке сил стоит выпить воды из красного стакана - прилив энергии почувствуется сразу.

При истощении помогает цвет маджента, избавиться от тоскливых мыслей - вода из стакана, который побывал на подставке фиолетового цвета, при потере аппетита - подставке оранжевого цвета.

Вот так цвет и вода, соединившись, могут помочь нам почувствовать себя лучше.

**Любовь и одежда: Магия женских туалетов.**

Одежда и косметика способны превратить в богиню любви даже дурнушку. Конечно, при условии, что они не просто скрадывают её недостатки и подчёркивают достоинства, но и обладают свойством притягивать энергию любви.

Всем известно, что красный или розовый цвета эротичны, а синий, серый или бежевый - нет. Понятно и то, что облегающий силуэт притягивает мужской взгляд к женской фигуре, в то время как мешкообразные майки и свитера недвусмысленно сообщают, что их хозяйка не испытывает ни малейшего желания нравиться.

Однако определёнными вибрациями обладают и орнамент одежды, и фактура ткани, и аксессуары. Все детали туалета, да и наше собственное тело, тоже относятся к энергиям пространства - как и интерьер жилища, с которым преимущественно работают мастера фэн-шуй.

В фэн-шуй недавно появилось новое направление, применяющее старинные магические правила к созданию стиля в одежде. Его суть в том, что женщина определяет главную для себя на данном этапе жизни цель, а консультант по туалетам советует ей, что носить, чтобы притянуть к себе соответствующие энергии.

Итак, что должно быть в гардеробе женщины, которая хочет обрести любовь.

1. ЦВЕТА:

- красный - для страсти;

- все оттенки розового - для нежности и романтической любви (не зря о влюбленных говорят, что они видят мир в розовом цвете);

- оранжевый хорош тем, что благоприятствует как чувственной любви, так и любви-дружбе;

- желтый, терракотовый и рыжевато-коричневый, в отличие от предыдущих цветов, связанных со стихией Огня, воплощает энергию Земли, которая сулит заботу, надёжность, поддержку и душевный комфорт.

2. ТКАНИ:

- кашемир и другие мягкие шерстяные ткани делают женщину тёплой и приятной для нежных объятий;

- хорошо выделанная замша придаёт женщине детскую беззащитность;

- лайкра вдыхает огонь в потенциальных возлюбленных;

- кружево раскидывает сети очарования: в нём энергия Земли сочетается с энергией Дерева. Женщина в кружевах - трогательна и легкомысленна;

- бархат и вельвет созданы для чувственных особ;

- шёлк придаёт отношениям гладкость и бесконфликтность;

- кожа намекает на готовность к авантюрам.

3. УЗОРЫ:

- цветочные мотивы стимулируют чувства и подают сигналы любви;

- клетка помогает поймать птицу счастья и удержать ее при себе;

- звёзды, треугольники, "ёлочка" увеличивают число острых углов, излучающих естественную сексуальную энергию;

- батик оберегает от недостойных поклонников.

4. ФАСОНЫ:

- облегающий жакет и объемная расклешенная юбка - для шарма и притягивания взглядов;

- декольте в форме сердечка - для власти над сердцами;

- топы с открытыми плечами и "ошейником" - открытый вызов мужчине.

5. АКСЕССУАРЫ:

- шелковые ленты в волосах, шейные платки и шарфы красных и розовых тонов - мощные магниты любви;

- любые украшения в виде сердечек и цветов - тоже притягивают любовную энергию;

- монисты и другие украшения из монет пригодятся для защиты от завистников;

- золотистые пояса прячут в себе воспламеняющую мужчин энергию огня;

- очки - их удлиненная, с острыми углами форма ("стрекоза") способствует вашей привлекательности, особенно, если оправа или цвет стёкол будут розового оттенка.

Конечно, совсем не требуется отказываться от других цветов, тканей и аксессуаров. Но два-три элемента из вышеперечисленного должны присутствовать в вашем туалете постоянно. Остальные компоненты выбирайте по своему вкусу.

**Что день грядущий нам готовит?**

Джьотиша - индийская (или ведическая) астрология. Ещё её называют джьотиша-ведангой или "наукой света". Эта астрология, которая всё происходящее с человеком объясняет влиянием на него космических сил, каждый день недели связывает с энергией определённой планеты. Получается, что и мы свою энергию тоже должны распределять соответственно - во вторник можно предоставить ей бить "стремительным домкратом", в субботу - умерить её, попридержать, сэкономить. И желательно - не перепутать, чтобы потом не задаваться вопросом: "Отчего же это сегодня все блинья комом?"

 **Понедельник** (День Луны. Засилье белого цвета).

День материнства, домашнего уюта. Желательно делать уборку, уделять внимание близким, угощать друг друга молочными продуктами и сладостями.

 **Вторник** (День Марса. Предпочтителен тёмно-красный цвет).

День активной деятельности, кулинарных изысков. То есть в этот день можно, например, не просто пожарить на завтрак глазастую яичницу, а приготовить её с ветчиной, или с луком, или посыпать сыром. День хорош для ухода за телом. Опасно ссориться и конфликтовать.

 **Среда** (День Меркурия. Актуальны чистые оттенки зелёного).

День "открытых дверей" - много общаемся, с удовольствием грызём "гранит науки", куда-то едем, заводим новые знакомства.

 **Четверг** (День Юпитера. Жёлтый цвет на марше).

День нравственности. Подходит для благих дел, чтения философской и религиозной литературы.

Что до меня, например, нравственной - буду, что-нибудь философское прочту, но жёлтый цвет - нет. Увольте. Когда-то прочла, что жёлтый цвет - любимый цвет женщин, склонных к истерии. И как отрезало. Осень люблю, а жёлтый цвет - нет. И вообще согласна с Блоком, который различал "жёлтый" и "жолтый" цвета.

 **Пятница** (День Венеры. Лидируют пастельные тона).

Это день наслаждения, любви. Перед этим хорошо сходить в театр, посетить салон красоты, сделать друг другу подарки.

**Суббота** (День Сатурна, чёрного и тёмно-синего цвета).

Постимся (отходим от вторника). Отдыхаем. Ни в коем случае нельзя начинать новые дела, проявлять активность. Если и делать - только добрые дела.

 **Воскресенье** (День Солнца, алого цвета).

День творчества, сочинительства, созидания и возведения. Время устраивать праздники, любоваться природой и радоваться жизни.

**КАК УЗНАТЬ НАСТРОЕНИЕ**

**ПО ЦВЕТУ НА РИСУНКЕ РЕБЕНКА**

Хотите знать как по рисунку Вашего родного чада узнать какое у него настроение, в каком состоянии находится ранимая детская душа и психика ребенка, и кому в семье он уделяет больше внимания. Тогда знакомьтесь. Данная статья поможет молодым родителям предотвратить или исправить отрицательные моменты в определенной сложившейся ситуации, или убедиться, что с Вашим ребенком все в порядке!

**Цвет и настроение**

Для данного теста "Настроение по цвету" необходим рисунок цветными карандашами от Вашего любимого чада с изображением полного состава семьи.

+) Итак, если на рисунке Мама, Папа и ребенок расположены на одном уровне, это значит, что для ребенка родители равнозначны. Может быть, что сын нарисовал отца ближе к себе, это естественно и означает, что папа для малыша большой авторитет + малыш идентифицирует себя с мужчиной и это хорошо. Так же действует правило при анализе: чем выше изображены образы, тем более они значимы для ребенка.

-, +) Что должно настараживать, например, если на изображении у отца отсутствует рот (означает, что малышу не хватает общения с папой или все, что говорит ему отец он не воспринимает), но при этом очень четко прорисованы руки, тогда малыш понимает, что папа меньше говорит, а больше делает дома своими руками.

-) Тревожные моменты = отсутствие у домашних ног, рук, глаз, рта, ушей, головы - вообщем деталей (частей тела). В любом случае, обнаружив такие моменты в рисунке детища, сначала поговорите с ребенком сами и постарайтесь выяснить причины его тревоги, а затем уже обращайтесь к специалисту, если повлиять на ситуацию самостоятельно не представится возможности.

 Некоторые семьи, в которых 2-е и больше детей сталкиваются с такими проблемами из-за нехватки времени на полноценное общение деток с родителями (ненормированный рабочий график), решают, допустим, что мальчик живет какой-то период в комнате с сыном и это меняет ситуацию в положительную сторону, так как сынишка засыпая знает, что папа рядом (на соседней кровати).

**ЦВЕТА И НАСТРОЕНИЕ**

В разделе "Цвета и настроение" детальнее поговорим, о цветовом исполнении рисунка, силе и конфигурации штрихов:

Красный эксентричный цвет в рисунке ребенка - жизненная энергия, лидерство и сила, так же это может быть (когда избыток цвета) тревога или опасность, гиперактивность.

Оранжевый - позитивные эмоции, дружелюбие и уверенность.

Желтый означает, что ребенок мечтатель, это цвет солнца, значит в душе у него радость.

Зеленый в рисунке вашего ребенка - цвет доброты и любви, сострадания, если мама изображена в одиянии такого цвета это очень хорошо, значит она несет ему именно такой посыл в жизни.

Голубой - цвет беззаботности, независимости и безопасности.

Синий "говорит" об интелекте, это цвет мудрецов.

Сиреневый означает чувствительность или гиперчувствительность вашего чада.

Коричневый - боязкий, у вашего ребенка страх перед будущим, возможно что-то происходит вне семьи, что его пугает, постарайтесь узнать это и помочь.

Серый на рисунке ребенка - нейтральный, недостаток эмоций.

Темно-серый - отстраненный, присутствует желание прятаться от общения и эмоциональных переживаний.

Когда в изображении присутствует черный контур, это нормально, если же ребенок все рисует черным, это плохой знак и желательно обратиться за помощью к специалисту - детскому психологу.

 Важные детали заключаются в том, какими штрихами все изображено. Любые угловатые штрихи, кричащий рот у изображенного, закрашены глаза, заштрихованные части тела темными оттенками коричневого или черным - это тоже плохой знак. Значит нужно провести с ребенком спокойную доверительную беседу самостоятельно и при необходимости обязательно немедля обратиться к специалисту, так как психика ребенка это очень восприимчивый и несформировавшийся механизм, который порой требует корректировки и исправления пока отрицательные моменты не укоренились в психике ребенка. Вместе Вам все по плечу! Будьте здоровы. В здоровом теле здоровый дух и наоборот:)

**Макс Люшер - цветной тест**

Макс Люшер, психолог и разработчик цветного теста, изучал выбор оттенков из цветовой гаммы различными людьми. Он пришел к заключению, что по цвету, который выбрал человек для своего рисунка, можно сделать вывод о его психологических качествах и о состоянии его здоровья.

Если ребенок используют для своего рисунка пять, шесть цветов, это говорит о нормальном эмоциональном развитии. Использование детьми старше 3-4 лет всего одного или двух цветных карандашей, может говорить о его плохом настроении в данный момент.

Если ребенок использует больше, чем шесть цветов, это предполагает, что он человек чувствительный, эмоциональный и талантливый.

Каждый из цветов имеет собственное символическое значение.

Основные четыре цвета, которые выделяет Макс Люшер:

■ 1-й — темно-синий («эмоциональная глубина» ) — концентрация, сосредоточенность на внутренних проблемах, потребность в покое и удовлетворении, самоанализ;

■ 2-й — сине-зеленый («волевое усилие» ) — настойчивость, самоутверждение, самоуверенность, терпение, самооценка.

■ 3-й — красный («ударная сила воли») — сила воли, эксцентричность, направленность вовне, агрессия, повышенная активность, возбудимость;

■ 4-й — желтый («живость чувств») — положительные эмоции, непосредственность, любознательность, оптимизм.

Остальные цвета:

■ зеленый — уравновешенность, независимость, настойчивость, упрямство, стремление к безопасности;

■ фиолетовый — фантазия, интуиция, эмоциональная и интеллектуальная незрелость (дети часто отдают предпочтение этому цвету);

■ коричневый — чувственная опора ощущений, медлительность, физический дискомфорт, часто — отрицательные эмоции;

■ черный — подавленность, протест, разрушение, потребность в изменениях;

■ серый — «отсутствие» цвета, безразличие, отстраненность, желание уйти, не замечать того, что тревожит. Карен Маховер, автор книги «Проективный рисунок человека», пишет, что были отмечены различия между рисунками мальчиков и девочек, получивших одинаковую инструкцию «нарисовать человека». Девочки выделяют на рисунке голову, рисуя ее крупнее, чем мальчики. А мальчики рисуют более длинные руки, большие кисти рук, более длинные ноги и ступни.

Такое различие может быть связано с нашей культурой. Обычно от девочек ждут, что они будут хорошенькими, изящными и будут привлекать к себе внимание. От мальчиков же требуют успехов в физическом развитии и в спорте. От них ждут, что они продемонстрируют впечатляющие достижения.

**Цвета настроений**

Цвета настроений – красочное арт-терапевтическое занятие. Оно позволяет продиагностировать психологическое состояние ребенка.

Необходимо взять листы А2 (для основного рисунка) и А3 (для разрисовки) и гуашь. Также еще понадобится палитра.

Сначала с ребенком необходимо провести беседу на тему, какие бывают у человека настроения. Что каждое настроение может иметь свой цвет. Предложите определить настроение для основных цветов (красный, желтый, синий, зеленый, черный), определения ребенка может не соответствовать общепринятым нормам (например, красный не злой, а праздничный и радостный, черный не мрачный, а задумчивый). Желательно определения цветов записать, для облегчения диагностики.

Второй этап – попробуйте порисовать на А3 соответствующие настроениям картинки. Грусть можно выразить, нарисовав опавшие листья, радость – воздушные шарики, страх – оружие, и т.д.

Даже сама подготовительная работа уже является диагностической, потому что в этот момент ребенок рассказывает о том, какие вещи или события вызывает у него определенные эмоции. Особенно интересны черные рисунки. Гиперактивные дети, находящиеся постоянно в приподнятом настроении, рисуют бегущих человечков, красных, желтых или начинают активно смешивать краски, чтобы получить необходимый им цвет. Красные и розовые сердечки (бантики, цветочки) рисуют романтически настроенные девочки, которым хочется получать больше внимания и заботы. Дети, боящиеся собак, рисуют их черным цветом.

Заключительный этап – ребенку дается большой лист А2 и формулируется задание: нарисуй свое настроение. В зависимости от выбираемых ребенком красок, их сочетаний, создаваемых форм и, имея ключ в виде предыдущих работ, можно продиагностировать состояние своего ребенка, не прибегая к помощи психолога.

Цвета настроений – арт-терапевтическое занятие, позволяющее родителям без лишних расспросов ближе узнать своих детей. Это занятие помогает понять ребенка и, возможно, помочь ему.

**Интернет ресурсы:**

<http://ml-style.net/>

http://kaplyarosi.ru/