

## تأثیر رنگ‌ها بر سلامت روان از منظر قرآن و روایات

محمدجواد توکلی\*

حکیمه اسد پور\*\*

### چکیده

انسان محیط پیرامون خود را رنگی می‌بیند و رنگ‌ها تأثیرات گوناگونی در روح و روان و حتی جسم انسان برجای می‌گذارد. که بعد روانی آن مهم‌تر و آشکارتر است. علم روان‌شناسی رنگ‌ها، علمی نوین و نوپاست که یکی از رسالت‌هایش بررسی تأثیراتی است که رنگ‌ها بر سلامت روان انسان‌ها می‌گذارد. این پژوهش بر آن است تا با روش توصیفی-تحلیلی، رنگ‌های مطرح شده در قرآن را مورد بررسی قرار داده و کارکرد آنها را مشخص نماید. آیات کریمه و احادیث ما را از تأثیرات روان‌شناختی رنگ‌ها آگاه نموده و با احکام استحباب و کراهت، ما را به استفاده از تأثیرات مفید آن‌ها تشویق و از تأثیرات مخرب باز می‌دارد. ره‌آورد این پژوهش اینکه اولاً: تأثیرات شگرف رنگ‌ها، بر سلامت روان انسان غیرقابل انکار بوده. و مبین این واقعیت است که نه تنها هیچ اختلاف و تباینی بین آموزه‌های واقعی دین و علم وجود ندارد بلکه در صورتی که منابع دسترسی ما به علوم گوناگون و علوم دینی و اخلاقی درست باشد کاملاً این دو با هم سازگارند. ثانیاً: می‌توان از رنگ‌ها برای درمان بیمارهای روانی بهره جست. **واژگان کلیدی:** رنگ، روان‌شناسی رنگ، سلامت روان، رنگ در قرآن.

\* استادیار دانشگاه علوم و معارف قرآن دانشکده تربیت مدرس مشهد

TAVAKOLI.MJ@CHMAIL.IR

\*\* نویسنده مسئول (دانشجوی کارشناسی ارشد علوم قرآنی. دانشگاه علوم و معارف قرآن (دانشکده

تربیت مدرس مشهد)

hakimehasadpoor@gmail.com



## طرح مسئله

از جمله نشانه‌های الهی در جهان هستی رنگ است، مشاهده‌ی رنگ‌های زیبا و چشم نواز از عالی‌ترین تجربیاتی است که انسان در طول شبانه روز آن را تجربه می‌کند، به اطراف خود نگاه کنید، رنگ‌ها همه جا هستند و ما را احاطه و در بر گرفته‌اند. در قرآن آیات تأمل برانگیزی درباره‌ی رنگ‌ها وجود دارد که نشانگر عمیق بودن مسائل مطرح شده در این کتاب مقدس است. رنگ‌های مختلف در زندگی ما از بسیاری جهات تأثیر گذار هستند، رنگ قرمز توجه ما را به خطرهای جلب می‌کند، هنگام مشاهده مراتع سرسبز احساس شادابی می‌کنیم، هنگامی که دریای آبی را می‌بینیم احساس آرامش می‌کنیم. مشاهده اتافی با رنگ آمیزی سفید احساس تازگی و تمیزی در ما القا می‌کند. بنابراین با عدم جایگزینی رنگ در مکان خاص خود و به کارگیری نادرست آن در محیط‌های انسانی صدمات روحی شدیدی بر انسان وارد خواهد آمد (قاسم زاده، ۱۳۹۱: ۴۶). درباره‌ی رنگ کتب گوناگونی با رویکردهای متنوع نگاشته شده است که چند مورد آن عبارت است از: روان‌شناسی رنگ‌ها، لونر، ماکس، رنگ‌ها و تأثیرات آن بر انسان، کبری کوهستانی، کودک، انتخاب رنگ، جواد قاسم‌زاده، نظام آراستگی و زیباسازی و مدیریت رنگ، رحیم عربیان، روان‌شناسی رنگ‌ها، منیره دانایی، دنیای شگفت انگیز رنگ‌ها، مصطفی انصاری، رنگ و تربیت، مهدی اکبر زاده، درون مایه‌ی هیچکدام از کتبی که نگارنده بررسی کرده است آموزه‌های قرآنی و روایی نیست؛ لذا مقاله‌ی حاضر در نوع خود بی‌نظیر است؛ از این‌رو ضمن بررسی واژگانی و رابطه‌ی آن با روان انسان، به بیان ساده به تبیین رنگ‌های گوناگون در قرآن و روایات پرداخته و تأثیر آنها بر سلامت روان را با توجه به علم روز روانشناسی بررسی نموده است.

## مفهوم‌شناسی

لون (رنگ): صفت و هیأت چیزی از سفیدی یا سیاهی یا سرخی و ... آنچه که میان دو چیز را فاصله دهد (مهیار، ۱۳۷۰: ۷۶۵). کیفیتی است که از ظاهر چیزی دیده می‌شود مانند سفیدی، سرخی، سبزی (معین، ۱۶۷۷/۲). هیأتی است چون سیاهی، قرمزی. رنگ هر شیء چیزی است که باعث تمایز آن از شیء دیگر می‌شود (ابن منظور، ۱۴۳۶: ۳۶۷/۱۲). بنابراین رنگ از مفاهیم بسیار واضح و روشن در میان عرف و فرهنگ‌های عمومی است به گونه‌ای که برخی از اهل لغت نیازی به تعریف آن ندیده‌اند. و صبغه چیزی رنگ شده که شکل خاصی به خود گرفته است. و منظور از صبغه الله، اشاره به چیزی است که خدای تعالی از عقل و خرد یا شعور تمیز دهنده که متفاوت از حیوانات



است مثل فطرت در انسان‌ها ایجاد کرده است و صبغه همان رنگ ایمان است (راغب اصفهانی: ۲/۱۳۷۳).

نور: کیفیتی است که چشم بدو آن را درک می‌کند و بوسیله آن سایر دیدنی‌ها دیده می‌شود (مهیار: ۹۴۱). کیفیتی که بوسیله حس بینایی درک می‌شود و به وساطت آن اشیاء دیده می‌شود (دهخدا، ۱۳۸۵: ۲/۳۰۵۸) علامه طباطبایی نوشته است: مفهوم نور، واضح است. نور، چیزی است که بوسیله آن اجسام سبک‌تر و متراکم، قابل رؤیت می‌شوند، بنابراین رنگ جزء جدا ناپذیری نور است و این دو را جدا از هم نمی‌توان در نظر گرفت (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۱۵/۱۲۲).

روان: روح انسانی و نفس ناطقه (عمید، ۱۳۷۹: ۲/۱۰۶۳). مجموعه قوای ذهنی معطوف به هوش، حافظه و عاطفه که استعداد و کیفیت رفتار یا شخص را مشخص می‌کند (انوری، ۱۳۸۱: ۴/۳۷۰۷).

### رابطه رنگ با روان آدمی

دنیايي که ما نظاره‌گر آن هستیم از دو عنصر مهم تجسمی تشکیل شده است. این دو عنصر عبارت است از (شکل) و (رنگ) که هر کدام لازم و ملزوم یکدیگرند. در عین حال رنگ علامت مشخصه هر شیء طبیعی است. چنانچه یک گل سرخ به خاطر رنگش از دور جلب توجه می‌کند و نظر بیننده را به خود معطوف می‌دارد (قاسم زاده: ۳۲). به همان اندازه که رنگ‌ها برای انسان‌های متمدن جالب و ضروری می‌باشد برای اقوام ابتدایی نیز لازم و ضروری بوده است. خداوند متعال در قرآن می‌فرماید: ( وَ جَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا وَ جَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشًا ) (نبا/ ۱۱ و ۱۲)

«برده شب (آبی متمایل به تیره) را ساتر گردانیدیم و روز (زردی روشن نور آفتاب) را برای تحصیل معاش آنان مقرر داشتیم.

بنابراین انسان‌ها از همان ابتدای خلقت از رنگ تأثیر پذیرفته‌اند تا جایی که فعالیت‌های روزمره خود را بر اساس رنگ‌ها (روز و شب) تنظیم می‌کردند (همان: ۳۵). باید اذعان کرد انسان‌ها به یقین و دقیق نمی‌دانند که از نظر روان‌شناسی و فیزیکی تا چه اندازه تحت تأثیر رنگ‌ها هستند و چنان با جزئیات زندگی رابطه تنگاتنگی دارند که باید گفت رنگ‌ها بسان پله‌هایی هستند که وجود فیزیکی و روحی انسان را با سایر جزئیات جهان هستی مرتبط می‌کنند (عربیان، ۱۳۸۷: ۲۷). به گونه‌ای که استفاده نامناسب از رنگ‌ها موجب اغتشاشات روانی در انسان می‌شود.

بیشرفت‌های دقیق علمی و آگاهی از معانی و مفاهیم حقیقی رنگ و تأثیر آن در روح آدمی، روان‌شناسان را بر آن داشته است تا با دقت در چگونگی گزینش و کاربرد رنگ‌ها توسط افراد به بررسی جنبه‌های پنهان شخصیت آنان بپردازد (قاسم زاده، ۱۳۶۵: ۵۲). رنگ‌ها نقش مهمی در زندگی عاطفی و معنوی ما بازی می‌کند. ما به درخشش روزهای آفتابی و شادابی رنگ‌ها تمایل بیشتری داریم و از هوای خاکستری خسته می‌شویم. رنگ‌های پر زرق و برق ما را آشفته می‌سازند؛ رنگ‌های ملایم و هماهنگ برایمان خوشایند است و بر روی سلامت روانمان تأثیر می‌گذارد (همان: ۴۰).

بررسی‌ها نشان می‌دهد که هر رنگ در ذرات خود یک سری خصوصیات دارد که روان انسان را بطور کامل تحت‌الشعاع قرار داده و اثراتی را بر افراد مرتبط با آن القا می‌کند به همین دلیل است که افراد مختلف با روحیات متفاوت به رنگ‌های گوناگون علاقه‌مند می‌گردند. با استفاده از علاقه افراد نسبت به رنگ‌های مختلف می‌توان به خصوصیات انسان‌ها پی برد و همچنین می‌توان با انتخاب رنگ‌های مناسب در محیط، از اضطراب، خشونت، ترس و نگرانی کاسته یا آن را متعادل کرد (همو: ۲۸).

## رنگ در قرآن

قرآن در بسیاری از آیات عنوان کلی رنگ (الوان) را به کار می‌برد و در مواردی نیز از رنگ‌های قرمز، زرد، سبز، آبی، سفید و سیاه یاد می‌کند. علاوه بر آن به رنگ معنوی (رنگ خدایی) نیز پرداخته است. بنابراین آیات در برگیرنده رنگ را می‌توان به دو دسته کلی تقسیم کرد:

آیاتی که واژه (لون) یا (الوان) یا (صبغه) را استفاده کرده‌اند.

آیاتی که از رنگ‌ها (قرمز، زرد، سبز، آبی، سفید و سیاه) صحبت می‌کند.

آیاتی در قرآن که واژه لون یا جمع آن الوان در آنها به کار رفته «قَالُوا اذْعُ لَنَا رَبِّكَ يُبَيِّنْ لَنَا مَا لَوْثُهَا قَالَ إِنَّهُ يَقُولُ إِنَّهَا بَقَرَةٌ صَفْرَاءُ فَاقِعٌ لَوْثُهَا تَسُرُّ النَّاطِرِينَ» بقره/۶۹؛ «وَمِنْ آيَاتِهِ خَلْقُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالاختلافُ اَلْسِنَتِكُمْ وَ اَلْوَانِكُمْ اِنَّ فِي ذٰلِكَ لآيَاتٍ لِّلْعَالَمِينَ» روم/۲۲؛ «وَمَا ذَرَأَا لَكُمْ فِي اَلْاَرْضِ مُخْتَلِفًا اَلْوَانُهُ اِنَّ فِي ذٰلِكَ لآيَةً لِّقَوْمٍ يَذَّكَّرُونَ» نحل/۱۳؛ «ثُمَّ كَلِمَةٌ مِّنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْئَلِكِي سُبُلَ رَبِّكَ ذٰلِكَ اَخْرَجُ مِنْ بَطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ اَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِّلنَّاسِ اِنَّ فِي ذٰلِكَ لآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ» نحل/۶۹؛ اَلَمْ تَرَ اَنَّ اللّٰهَ اَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَاَخْرَجْنَا بِهٖ ثَمَرَاتٍ مُّخْتَلِفًا اَلْوَانُهَا وَمِنَ الْجِبَالِ جُدَدٌ بَيْضٌ وَ حُمْرٌ



مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهَا وَ غَرَابِيبُ سُودٍ» فاطر/ ۲۷؛ «أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَسَلَكَهُ يَنَابِيعَ فِي الْأَرْضِ ثُمَّ يُخْرِجُ بِهِ زَرْعًا مُخْتَلِفًا أَلْوَانُهُ ثُمَّ يَهِيَجُ فِتْرَاهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَجْعَلُهُ حُطَامًا إِنَّ فِي ذَلِكَ لَذِكْرًا لِأُولِي الْأَلْبَابِ» زمر/ ۲۱؛ «صِبْغَةَ اللَّهِ وَمَنْ أَحْسَنُ مِنَ اللَّهِ صِبْغَةً وَنَحْنُ لَهُ عَابِدُونَ»(بقره/ ۱۳۸) است.

در قرآن واژه لون: رنگ ۹ بار یاد شده است. ۶ بار به طور عام و ۳ بار به طور خاص که نشان می‌دهد جنبه عام رنگ کاربرد بیشتری از جنبه خاصش دارد. رنگ هم بر تنوع و تعداد دلالت دارد و هم بر تباین و تمایز، بدین گونه رنگ به صورت جمع ۷ بار و به صورت مفرد ۲ بار در قرآن آمده است. به این دلیل که جمع دلالت بیشتری بر تنوع دارد. گیاهان و میوه‌ها رنگ‌های مختلف دارند، و نوشیدنی که از بطون حیوانات بیرون می‌آید رنگ‌های مختلف دارد؛ از سفیدی شیر گرفته تا زردی عسل و همچنین مردم دارای اختلاف رنگ و زبان هستند بی آنکه این اختلاف ماهیت آنان را تشخیص بخشد. (حنفی، بی تا: ۵۷/۱). اما واژه (صبغه) ۲ مرتبه در آیه ۱۳۸ سوره بقره به کار برده شده است.

۲. آیاتی که به رنگ‌های خاص در قرآن از آنها یاد شده است.

قرآن کتاب هدایت و تکامل بشر است با اشاره به هدایت تکوینی خداوند در آفرینش طبیعت انسان را متوجه تأثیر غیر مستقیم محیط اطرافش کرده و در خلال آن به تأثیر روانی رنگ‌ها در انسان اشاره می‌نماید.

### ۱- رنگ زرد

رنگی روح‌بخش و محرک ذهن، بالا برنده روحیه و بر طرف کننده افسردگی و ایجاد خوش‌بینی در فرد می‌شود (ساطعی: ۶۰) و رنگی روحانی و ایده‌آل است که برخی حالات عصبی را آرام می‌کند (پاک‌نژاد، ۱۳۹۳: ۱۹۳/۸). و با دیدن آن تأثیر مثبتی بر انسان می‌گذارد و شخص را فعال، گرم و پر جنب‌وجوش می‌کند خداوند متعال درباره گاو بنی اسرائیل مستقیماً به اثر مسرت‌بخشی رنگ زرد اشاره می‌کند و می‌فرماید: (قَالُوا دَعْ لَنَا دَانِي، ۱۳۹۰: ۱۲). رَبِّكَ يَبِينُ لَنَا مَا لَوْنَهَا قَالَ إِنَّهُ يَقُولُ إِنَّهَا بَقَرَةٌ صَفْرَاءُ فَاقِعٌ لَوْنُهَا تَسُرُّ النَّاطِرِينَ)(بقره/ ۶۹).

«گفتند از پروردگار خود بخواه که برای ما روشن سازد رنگ آن چگونه باشد؟ گفت: او می‌فرماید: گاوی باشد زرد یکدست، که بینندگان را شاد و مسرور سازد» (بقره/ ۶۹).

به عقیده عده‌ای چنین رنگی که منظری زیبا دارد باید به قدری براق و خوش‌رنگ



باشد که موجب سرور نظر کنندگان شود. زیرا قرآن کریم در ادامه آیه با بیان " تَسْرُّ النَّاطِرِينَ " به این امر اشاره آشکار فرموده‌اند (تقفی تهرانی، ۱۳۸۹: ۱۰۲/۱).

بنابراین خداوند بارزترین ویژگی رنگ زرد را تولید شادی معرفی می‌کند. در روایات نیز به آثار شادی بخش رنگ زرد اشاره شده است از جمله، امام صادق (علیه‌السلام) می‌فرماید: مَنْ لَبِسَ نَعْلًا صَفْرَاءَ كَانَ فِي سُورٍ (عروسی حویزی، ۱۳۸۳: ۱/۹۰).

هر کس کفش زرد بپوشد تا زمانی که در پایش است در خوشحالی به سر می‌برد. امام صادق در جای دیگری می‌فرماید: «نعل صفراء فإن فيها ثلاث خصال: تجل البصر، و تشد الذکر، و تنفی الهم» از کفش زرد استفاده کنید زیرا در آن سه خصلت است:

چشم را نورانی می‌کند

قوه جنسی را تقویت می‌کند

غم و غصه را از بین می‌برد (طبرسی: ۶۰؛ ابن بابویه، ۱۳۶۲: ۱/۹۹).

با استناد به آیه ۶۹ بقره و روایات؛ مسرت‌بخش بودن، خاصیت رنگ زرد است. و امروزه این امر برای روانشناسان نیز امری اثبات شده است و معتقدند که این رنگ مظهر شادی آفرینی می‌باشد.

یکی دیگر از کاربردهای قرآنی رنگ زرد، درباره آتش جهنم است. خداوند در سورهٔ مرسلات آیات ۳۳ و ۳۲ قرآن می‌فرماید: (أَنهَا تَرْمِي بِشَرَرٍ كَالْقَصْرِ كَأَنَّهَا جِبَالٌ مَّصْفُورٌ)

«شراره‌هایی (از خود) پرتاب می‌کند به بزرگی یک کاخ! گویی (در سرعت و کثرت)

همچون شتران زرد رنگی هستند که به هر سو پراکنده می‌شوند»

در آیه فوق (جماله) جمع (جمل) به معنی شتر و (صُفْرٌ) جمع (اصفر) به معنی زرد است (مکارم شیرازی و دیگران، ۱۳۷۱: ۴۱۹/۲۵). در این آیه وجه شبه، رنگ زرد شعله و سرعت آن را می‌باشد که چنین حالتی، حرارت بخشی زیادی است یعنی شعله‌های جهنم همانند شتران زردی هستند که از نظر تندی و با سرعت زیاد به هم می‌پیچند. (کوهستانی، ۱۳۸۸: ۶۲)

بنابراین حرارت و گرما بخشی یکی از ویژگی‌ها و خاصیت رنگ زرد است. از نظر روانشناسی رنگ زرد موجب افزایش حافظه، توجه و تمرکز و توان و مهارت یادگیری را در روند آموزش سبب می‌شود و در کارهایی که تفکر و خلاقیت در آن‌ها نقش دارند سودمند است. از این رو توصیه می‌شود به میز تحریرتان رنگ زرد بزنید (عربیان، ۱۳۸۷: ۵۳). همچنین پرتوهای زرد، جهت بیداری ذهن برتر، الهام و سرور بسیار مؤثر است و توانایی منطقی و خود کنترلی را برای رسیدن به روشن بینی تقویت می‌کند

(انصاری، ۱۳۸۷: ۷۹).

از لحاظ نما در شباهت به گرمای دلپذیر نور آفتاب، روحیه شاد و خوشبختی دارد. رنگ زرد را زمانی انتخاب کنید که احتیاج داشته باشید روح و روانتان، روشنی و شفافیت پیدا کند. مردم قدیم معتقد بودند رنگ زرد رنگ بینش و بصیرت است (کوهستانی: ۶۰ و ۶۱). از نظر روان‌شناسی برای دور کردن حشرات از رنگ زرد استفاده می‌کنند (پاک نژاد: ۲۸۱).

## ۲- رنگ سبز

در فرهنگ قرآن رنگ بهشت و بهشتیان است؛ بهشت محل جاوید و خانه قرار و آرامش است پس این آرامش از هر لحاظ برای آنان فراهم می‌باشد؛ حتی در نوع رنگ‌های به کار رفته در بهشت؛ به همین دلیل رنگ بهشت، لباس و تخت بهشتیان سبز است. قرآن کریم در یک مورد، رنگ خود بهشت (مدهامتان در سوره الرحمن به معنای دو بهشتی که در نهایت سرسبزی‌اند) و در دو مورد، رنگ لباس بهشتیان و در یک مورد، تکیه‌گاه آنان را سبز معرفی می‌کند.

(.. و یلبسون ثياباً خضراً من سُندس و استبرق...) (کهف/ ۳۱)

«لباس‌هایی فاخر به رنگ سبز، از حریر نازک و ضخیم، در بر می‌کنند»

(مِتَكَيِّنَ عَلٰی رَقْرَقٍ خُضْرٍ وَّ عَبَقْرٍ حِسان) (رحمان/ ۷۶)

«در حالی که بهشتیان بر تخت‌های سبز رنگ بسیار ممتاز و زیبا تکیه زده‌اند»

(عَالِيَهُمْ ثِيَابٌ سُنْدُسٍ خُضْرٌ وَّ اِسْتَبْرَقٌ وَّ ...) (انسان/ ۲۱)

«بر اندام آنها (بهشتیان) لباس‌هایی است از حریر نازک سبز رنگ و از دیبای ضخیم و ...» از نظر روانشناسان این رنگ به عنوان سمبل شفقت، مهربانی، متعادل بودن روح و روان و رفتار به شمار می‌رود (عربیان، ۶۷). سبز رنگ طبیعت، رنگ نیروی تعادل و رنگ پیشرفت ذهنی و بدنی است. این رنگ علامت هماهنگی و اثر خوشایند بر دستگاه عصبی می‌باشد که ارتعاش افکار انسان را موزون نگه می‌دارد و به انسان آرامش می‌دهد به خاطر همین رنگ سبز برای دکوراسیون اتاق مطالعه و اتاق کار در منزل و اتاقی که محل تمرکز فکری است مناسب است (انصاری: ۸۱). امروزه دانشمندان رنگ سبز را برای درمان بیماری‌های عصبی و اختلالات روانی به کار می‌برند.

سبز نشانگر طراوت و زندگی می‌باشد چرا که طبیعت با این رنگ، لباس حیات به تن می‌کند. خداوند متعال این شگفتی را به صورت زیبا ترسیم کرده است. (هوالذی انزل من

السَّمَادِ مَاءً فَآخِرُجْنَا بِهِ نَبَاتٍ كُلِّ شَيْءٍ فَآخِرُجْنَا مِنْهُ خُضْرًا... ) (انعام/ ۹۹)

«او کسی است که از آسمان آب نازل کرد و از آن هر نوع روییدنی برآوردیم و از آن، سبزینه‌هایی با دانه‌های متراکم خارج ساختیم» و این رنگی است که نباتات و گیاهان به آن می‌باشند (علامه مصطفوی، ۱۳۸۰: ۲۶۲/۱۳).

امام صادق (علیه‌السلام) در بیان خاصیت رنگ سبز می‌فرماید: *ثلاثة يذهبن عن قلب الحزن الماء و الخضراء و الوجه الحسن* (حرعاملی، ۱۴۰۹ ق: ۳۷/۱۴).

سه چیز غم و غصه را از بین می‌برد: ۱. آب ۲. رنگ سبز ۳. خوش‌رویی با توجه به آیات و روایات رنگ سبز رنگ انتقال دهنده شادی است و موجب انبساط خاطر است. و نماد رویش، حیات و زندگی می‌باشد.

سبز رنگ صبر، شکیبایی، بردباری و تحمل‌پذیری است دانشمندان جهت اثبات این امر، آزمایشی را بر روی کارگران انجام دادند. کارگران را به دو گروه تقسیم کردند به گروه اول صندوق‌های سبز رنگ و به گروه دوم صندوق‌های سیاه رنگ جهت حمل دادند. کسانی که صندوق‌های سبز را حمل می‌کردند بدون هیچ شکایتی با صبر و حوصله کار خود را به اتمام رساندند ولی حمل‌کنندگان صندوق‌های سیاه هم وزن با صندوق‌های سبز، از خستگی زیاد، از کم‌درد، ناراحتی کلیه و ... شکایت می‌کردند. (کوهستانی: ۴۳ و ۴۲). بنابراین علاوه بر اینکه این رنگ بر روان انسان تأثیر می‌گذارد بر سلامت جسم نیز مؤثر است.

رنگ سبز در سیستم عصبی برای بی‌خوابی‌ها و خستگی‌ها مؤثر است، فشار خون را کم می‌کند و مویرگ‌ها را منبسط می‌سازد (جوادی و خرمشاهی و خانی، ۱۳۸۱: ۵۸/۹). کسی که در برخورد اول رنگ سبز را انتخاب می‌کند اغلب مهربان و صمیمی است و از تعادل روحی برخوردار می‌باشد؛ و اگر با فکر و تأمل آن را برگزید روشن بین و متکی به نفس بوده و با خرافات بد است (پاک نژاد، ۱۲۴).

### ۳- رنگ قرمز

رنگ قرمز سیستم عصبی را تحریک می‌کند و فشار خون را بالا می‌برد و تنفس و ضربان قلب را سریعتر می‌کند. لذا این رنگ از لحاظ تأثیری که بر سیستم اعصاب دارد یک عامل محرک به شمار می‌آید (لونر، ۱۳۸۳: ۸۳). به خاطر همین افراد عصبی نباید در معرض این رنگ قرار بگیرند (عربیان، همان: ۶۴). این رنگ گرم‌کننده است، و به مویرگ‌های خونی گرما می‌بخشد و در نتیجه گردش خون را سریعتر می‌کند. رنگ قرمز به خاطر خاصیت محرک و گرم‌زایی، شهوت جنسی را تحریک می‌کند در



روایتی نقل شده که امام باقر (علیه السلام) در خانه لباس سرخ پوشیده بودند شخصی به ایشان عرض کرد جوانان شوخ این نوع لباس را می پوشند. حضرت فرمودند: زینت‌های خداوند را چه کسی حرام کرده است. آنگاه اشاره کردند که من تازه داماد شده‌ام (مجلسی، ۱۳۷۸: ۳۰). ائمه معصومین (علیه السلام) با عملکرد خود می‌خواستند بیان کنند که استفاده از رنگ قرمز به خاطر خاصیت تحریک‌کنندگی شدیدش در منزل و در نزد همسر خوب و ممدوح است اما از طرفی دیگر نیز به خاطر همین صفت و تأثیرات منفی‌اش بویژه در بین افراد مجرد که باعث انگشت‌نما شدن آنها و ایجاد مشکلات روحی و روانی از جمله، موجب فساد می‌گردد، هر چند ما چنین هدفی نداشته باشیم به همین دلیل، استفاده از آن در عموم به خصوص در میان نامحرم نهی شده است (کوهستانی، همان: ۵۲ و ۵۳). و در روایتی دیگر از امام صادق (علیه السلام) نقل شده است که پوشیدن لباس قرمز مکروه است جز در موارد عروسی. (مجلسی: ۳۰).

با دقت در احادیث مذکور با چنین مضامینی استفاده می‌شود که ائمه معصومین (علیه السلام) از این نوع لباس‌ها در معرض عموم استفاده نمی‌کردند بلکه در وقت و جای مخصوص از آنها بهره‌مند می‌شدند.

رنگ قرمز در قرآن کریم با واژه «حمر» تنها یک بار (فاطر/۲۷) و با واژه «ورده» نیز یک بار (رحمن/۳۷) آمده است. (الم تر ان الله انزل من السماء ماء فآخرجنا به ثمراتٍ مُخْتَلِفًا أَلْوَانُهَا وَمِنَ الْجِبَالِ جُدَدٌ بَيْضٌ وَ حُمْرٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهَا وَ غَرَابِيبُ سُودٌ )

«آیا ندیدی خداوند از آسمان آبی فرو فرستاد که بوسیله آن میوه‌هایی به رنگ‌های گوناگون (از زمین) خارج ساختیم و از کوهها نیز (به لطف پروردگار) راه‌هایی آفریده شده سفید و سرخ و به رنگ‌های مختلف و گاه به رنگ کاملاً سیاه».

خداوند متعال در قرآن کریم از رنگ قرمز به عنوان رنگ کوه‌ها در جاده‌های پر پیچ و خم کوهستانی تعبیر کرده و می‌فرماید: "برخی از کوه‌ها دارای خطوط سفید و سرخ به رنگ‌های مختلف آفریدیم" که با اندکی تأمل در آیه فوق به جایگاه رنگ قرمز در علم زمین‌شناسی پی می‌بریم زیرا کوه‌های سرخ رنگ منبع عظیم آتشفشانی هستند و مدام در حالت تلاطم می‌باشند که نماد اصلی این کوه‌ها گرم و فعال بودن آن است به همین علت در اثر تغییرات جغرافیایی شروع به فوران می‌کنند (کوهستانی، همان، ۱۳۸۸: ۵۲). و در آیه ۳۷ سوره الرحمن نیز سرخی دگرگونی‌های صفحه آسمان به هنگام قیامت به این رنگ تشبیه شده است (وَ إِذَا انشَقَّتِ السَّمَاءُ فَكَانَتْ وَرْدَةً كَالدِّهَانِ ) «پس آنگاه که آسمان شکافته شود مانند روغن مذاب گلگون گردد»

کلمه وَرَدَةٌ به معنای گل است. و از آنجا که گل‌ها غالباً سرخ رنگ‌اند معنی سرخ را در اینجا تداعی می‌کند (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴: ۱۵۴/۲۳). پس در این آیه (وَرَدَةٌ) به معنای گل سرخ، تداعی کننده سرخی آسمان هنگام قیامت است. که وجه شبه این تشبیه همان گرم بودن و فعال بودن زیاد است. و همین تشبیه روز قیامت به رنگ قرمز می‌تواند گویای این باشد که این رنگ جزء رنگ‌های محرک و غم‌انگیز است

رنگ قرمز از سستی و رخوت بعد از ظهر جلوگیری می‌کند و سلامتی و نشاط فراوانی به دنبال دارد. زمانی که بدن‌تان کمبود انرژی دارد رنگ قرمز را در ذهنتان تصور کنید (لوثر: ۶۵). و برای از بین بردن احساسات منفی مفید است و می‌تواند به کسانی که خجالتی هستند یا اعتماد به نفس پایینی دارند کمک کند تا با اعتماد به نفس بیشتری رفتار کنند (دانایی، ۱۳۹۰: ۱۷) در دکوراسیون خانه، رنگ قرمز بسیار مناسب است زیرا صفا و صمیمیت و دلگرمی بوجود می‌آورد و از نظر معنوی و روحی، رنگ قرمز، نیروی اراده و شجاعت را تقویت می‌کند و بر ضعف قلب و بی‌ایمانی غلبه می‌نماید (عربیان: ۷۶). رنگ قرمز از نظر سلامت جسمی تسکین دهنده برخی بیماری‌های پوستی است، اشتهای را کم می‌کند، هضم را تنظیم می‌کند و همچنین در درمان سرماخوردگی، ناراحتی‌های گرده‌خون و وجود عفونت در ریه‌ها مؤثر است (همو: ۶۴). اگر با انتخاب اول یعنی بطور غریزی آن را خواستید بی‌اندازه تابع احساسات آنی هستید و اگر بعد از تفکر انتخاب کردید قوه تخیل خوبی دارید (پاک‌نژاد، همان: ۱۲۵).

#### ۴- رنگ سیاه

سیاه تیره‌ترین رنگ، در واقع نفی‌کننده همه رنگ‌هاست. بیانگر نابودی و نیستی است به معنای "نه" و در مقابل "آری" رنگ سفید است (لونر، همان: ۸۷). این رنگ برخلاف سفید رنگی بی‌تحرک، ساکت و ساکن، باعث کاهش سایر فعالیت‌ها و سبب کندگی و سستی می‌شود (ساطعی: ۴۱).

خداوند در قرآن کریم در مورد چهره اهل عذاب در قیامت می‌فرماید: (يَوْمَ تَبْيَضُّ وُجُوهٌ وَ تَسْوَدُّ وُجُوهٌ فَأَمَّا الَّذِينَ اسْوَدَّتْ وُجُوهُهُمْ أَ كَفَرْتُمْ بَعْدَ إِيمَانِكُمْ فَذُوقُوا الْعَذَابَ بِمَا كُنْتُمْ تَكْفُرُونَ) (آل عمران / ۱۰۶).

«آن عذاب عظیم) روزی خواهد بود که چهره‌هایی سفید، و چهره‌هایی سیاه می‌گردد، اما آنها که صورت‌هایشان سیاه شده، (به آنها گفته می‌شود): آیا بعد از ایمان، و (اخوت و برادری در سایه آن)، کافر شدید؟! پس بچشید عذاب را، به سبب آنچه کفر می‌ورزیدید!»



علامه طباطبایی، در تفسیر المیزان، در ذیل این آیه می‌فرماید: چون مقام، مقام کفر و ناسپاسی در برابر نعمت‌های الهی است و کفران نعمت هم خیانتی است که موجب انفعال و خجالت صاحبش می‌شود، لذا خدای متعال در ذکر عذاب آخرتی این گونه افراد، آن را که با خجالت و انفعال مناسب می‌باشد، یاد آوری نموده است، یعنی از سیاه شدن چهره گناهکاران نام برده است که در دنیا سیاه شدن چهره را کنایه از همین خجالت می‌دانند. (طباطبایی: ۵۸۱/۳).

رو سیاهی آنان در قیامت نشانه خواری و رسوایی آنهاست. عرصه قیامت عرصه بروز اسرار و نهان و تجسم اعمال و افکار است آن‌ها در این دنیا قلب سیاه و تاریک داشتند و اعمالشان مانند افکارشان تاریک بود، در قیامت این حال درونی به بیرون منتقل می‌شود و چهره‌هایشان سیاه خواهد بود (مکارم شیرازی: ۵۱۷/۱۹).

سخن از قیامت و جدایی مردمان است که با رنگ چهره‌هایشان از هم متمایز می‌شوند. چهره‌های سفید چهره‌های نورانی و چهره‌های سیاه چهره‌های تاریک و ظلمانی خواهد بود، در قیامت رو سفیدی و رو سیاهی دنیا که شکل مجازی دارد به صورت حقیقی ظاهر می‌شود.

یک دیگر از کاربردهای سیاه در قرآن مربوط به چهره غضبناک انسان‌هایی است که برخلاف میل دختردار شده‌اند (وَ إِذَا بَشَرَ أَحَدَهُم بِالْأُنْثَىٰ ظَلَّ وَجْهَهُ مُسْوَدًّا وَ هُوَ كَظِيمٍ) (نحل/۵۸) «هر گاه به یکی از آنها بشارت دهند دختر نصیب تو شده صورتش از (فرط ناراحتی) سیاه می‌شود».

مقصود از «سواد» و سیاه شدن روی «خشمناک شدن» است و «کظیم» به (کسی گویند که اندوه و خشم خود را فرو برد). در اینجا شاید تشبیه صورت به رنگ سیاه به این سبب باشد که آنان از شدت خشم و ناراحتی از تولد دختر رویشان سیاه شده و خشم خود را فرو می‌بردند (مکارم شیرازی و دیگران، ۱۳۸۳: ۵۴۵) سیاه شدن روی در این آیه کنایه از خشمگین شدن است (طباطبایی، ۴۰/۱۲) زمانی که فردی خشمگین می‌شود و رگ‌های او متورم می‌گردد چهره‌اش حالت کبودی و تیرگی پیدا می‌کند. بنابراین سیاهی نماد جهالت، نادانی و گمراهی است. که در این آیه به خوبی مشاهده می‌گردد و این همان چیزی است که روان‌شناسان می‌گویند: سیاه نشانه ظلمت و خشونت و گناه است. (لوثر: ۷۹).

حضرت علی (علیه‌السلام) در رابطه با پوشیدن لباس سیاه می‌فرماید: «لَا تَلْبَسُوا السَّوَادَ فَاتَّهَ لِبَاسُ فِرْعَوْنَ» (صدوق، همان: ۲۵۱/۱). لباس سیاه نپوشید که لباس فرعون

است. و در روایتی نقل شده است: «کان رسول الله (صلی الله علیه و اله) یکره السواد اِلّا فی ثلاثٍ، الخُف و العَمَامَه و الکساء» (کلینی: ۴۴۹/۶). پیامبر از پوشیدن لباس سیاه کراهت داشتند مگر در مورد کفش، عمامه و عبا.

از نظر روانشناسان رنگ سیاه تأثیر خوبی بر مزاج ندارد و در کودکان هم اثرات منفی دارد و رنگی است که تمام نورها را در طیف رنگ‌ها جذب می‌کند و در بعضی از فرهنگ‌ها برای مراسم سوگواری مورد استفاده قرار می‌گیرد (قاسم‌زاده، ۱۳۹۱: ۱۴). در صورتی که تعادل روحی انسان برقرار نباشد، رنگ سیاه از جمله زمینه‌های خودکشی را در فرد ایجاد کند. البته رنگ سیاه دارای اثرات مثبتی نیز می‌باشد، که حتی ضروری و لازم به نظر می‌رسد.

هنگامی که فرد دچار مشکلات روحی شده و بسیار آشفته حال است می‌تواند حالت آرام‌بخش و حفاظت‌کننده داشته باشد این رنگ باعث می‌شود احساسات زنانه در افراد به حرکت بیفتد و همین امر باعث می‌شود که در وجودشان، ارزش مغناطیسی نیرومندی را حس کنند. از این رنگ باید در حد تعادل و در ترکیب با رنگ سفید استفاده شود در غیر این صورت زمینه را برای افسردگی و آشفتگی روحی فراهم می‌آورد (انصاری: ۱۲). از آنجا که این رنگ تحریکات روحی را تخفیف می‌دهد، رنگی صامت است لذا نه تنها موجب توجه دیگران نمی‌شود بلکه کمک به انصراف و عدم توجه نیز می‌کند (صبور اردوبادی، ۱۳۶۸: ۱۴۶/۲). لذا استفاده از حجاب در بانوان در واقع از این اصل تبعیت می‌کند که باعث عدم توجه جنس مخالف می‌گردد (اکبر زاده: ۷۹).

استفاده از رنگ مشکی یعنی غیبت نور، ناشناخته‌ها را به شما نشان می‌دهد. در تاریکی افکار شما باطنی و درونی شده و بهتر می‌توانید بر روی احساسات درست خود متمرکز کنید (عربیان: ۷۷). هم چنین انتخاب سیاه پوشی در مقام عزا در حقیقت سمبل فقدان ذوق و شوق بوده و شخص با اختیار کسوت سیاه، در حقیقت عملاً می‌خواهد به دیگران اعلام کند که آمادگی برقراری روابط گرم اجتماعی و یا دوستی تحت این شرایط را ندارد. همچنین سیاه‌پوشی در سوگ ائمه اطهار و اولیای الهی از طرف مسلمانان می‌تواند در زنده نگه داشتن خاطره فجایع دشمنان اسلام و ظلم و ستم جباران و ستمگران و رسوا ساختن آنها از یک طرف و احیاء یادبود فداکاری‌ها و از خودگذشتگی‌های بزرگان از طرف دیگر منشأ اثر واقع شود. البته این سیاه‌پوشی به قصد و نیت تعظیم شعائر الهی است که اثر و ارزش حقیقی پیدا می‌کند (صبور اردوبادی: ۱۴۹ و ۱۴۱).

در روایتی به نقل از امام صادق (علیه‌السلام) آمده است: مردی در حالیکه ریش‌هایش

را به رنگ زرد، و برای بار دوم به رنگ قرمز حنا، و برای بار سوم به رنگ سیاه خضاب کرده بود، نزد رسول خدا آمد و ایشان کار او را پسندیدند و بار سوم به او خندیدند و گفتند: این رنگ برای خضاب از دو رنگ قبل بهتر است (مجلسی، ۱۴۰۴:ق: ۹۹/۷۶) پس رنگ سیاه به خاطر فقدان نور همیشه و در همه جا، آثار شوم و نامطلوب، در زمینه‌ی روحی انسان بر جا نمی‌گذارد.

### ۵- رنگ سفید

سفید شریف‌ترین رنگ‌هاست و قرآن در توصیف بهشت این رنگ را از رنگ‌های بهشتی می‌داند. و نیز پیامبر اکرم می‌فرماید: خداوند بهشت را سفید آفرید و سفیدی از همه رنگ‌ها پیش خدا محبوب‌تر است (پاینده، ۱۳۸۲: ۲۹۵). سفید القاء کننده آرامش، صفا و آسایش است (عربیان، ۷۴). خداوند در توصیف شراب بهشتیان می‌فرماید: (يَطَافُ عَلَيْهِمْ بِكَاسٍ مِنْ مَعِينٍ بَيَاضٍ لَذَّةٍ لِلشَّارِبِينَ) (صافات/۴۶-۴۵). «گرداگردشان قدح‌های لبریز از شراب طهور را می‌گردانند؛ شرابی سفید و درخشنده، و لذتبخش برای نوشندگان». شراب بهشتی از چشمه‌ای که در بهشت جاری است بیرون می‌آید و رنگش از شیر سفیدتر، شفاف‌تر و روشن‌تر است و رقیق، مصفا، لطیف و نورانی است و از بس لذیذ و خوش‌گوار است باید گفت عین لذت است (ثقفی تهرانی، ۱۳۹۸:ق: ۴/۴۳۷).

بنابراین شراب بهشتی، شراب پاک و خالص و سفید و شفاف است و مایه لذت بهشتیان است یعنی نه مایه فساد عقل است و نه موجب مستی می‌شود و جز هوشیاری و نشاط و لذت چیزی در آن نیست.

سفید سمبل بی‌گناهی، خلوص، عفت، پارسایی، حقیقت است (خواجه پور، ۱۳۸۹: ۵۰؛ اکبر زاده، بی تا: ۷۹). و بالاترین درجه وجود است (ساطعی: ۳۸) خداوند در قرآن کریم به سفیدی و درخشش چهره مؤمنان و بهشتیان اشاره می‌کند و می‌فرماید (وَأَمَّا الَّذِينَ ابْيَضَّتْ وُجُوهُهُمْ فَفِي رَحْمَةِ اللَّهِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ) (آل عمران/۱۰۷) «آنها که چهره‌هایشان سفید شده، در رحمت خداوند خواهند بود؛ و جاودانه در آن می‌مانند».

سفیدی از نور است و کسانی که از اهل نور حق باشند به رنگ سفید نامیده می‌شوند و چهره‌هایشان درخشان می‌شود (طبرسی، ۱۳۷۰: ۱/۴۶۵). و نیز امام باقر (ع) در این رابطه می‌فرماید: در روز قیامت خداوند گروهی را مبعوث می‌کند در حالی که نوری مقابل آنان همچون لباس‌های سفید و درخشنده است. این نور همان اعمال آنهاست (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۱۴/۱۳۳). بنابراین سلامت و زیبایی‌های اعمال انسان‌ها به نور تشبیه

شده است (صبور اردوبادی، ۱۵۵/۲). پس می‌توان گفت رنگ سفید رنگ بسیار شریفی است و در این آیات نماد ایمان، سعادت، پاکدامنی و بی‌گناهی است و قرآن برای بیان سعادت مؤمنان چهرهای سفید از آنان ارائه می‌دهد.

اسلام که دینی منطبق بر فطرت و نظافت و پاکی است بر پوشیدن لباس سفید بسیار تأکید ورزیده و بهترین رنگ در لباس را سفید معرفی کرده است. پیامبر اکرم در این باره می‌فرماید: «الْبَسُو الْبِیاضِ فَإِنَّهُ أَطْيَبُ وَأَطْهَرُ وَ اَكْفُنُوا فِيهِ مَوْتَاكُمْ» (مجلسی، ۱۳۷۸: ۱۷۴). جامه سفید بپوشید که آن نیکوترین و پاکیزه‌ترین رنگ‌هاست و مرده‌های خود را با رنگ سفید بپوشانید.

امروزه ثابت شده است که رنگ سفید کفن میت از شدت نفرت و کراهت و حساسیت روحی زندگان، نسبت به اجساد مرده و بی‌جان می‌کاهد و اثرات مطلوبی در روح میت دارد (صبور اردوبادی: ۱۵۵).

و نیز امام باقر (علیه‌السلام) فرمودند: «أَحَبُّ شَيْءٍ إِلَى اللَّهِ الْبِیاضُ» بهترین چیز نزد خداوند سفیدی است (طبرسی: ۱۹/۶۹؛ کلینی: ۴۴۵/۶).

استحباب پوشیدن لباس سفید در نماز و همچنین پوشیدن لباس سفید احرام در مراسم حج شاید به همین دلیل باشد (پاک‌نژاد، ۱۲۵). سفید نشانگر پاکیزگی، آرامش و گریزاننده میکروب‌هاست به خاطر همین در بیمارستان‌ها و کادر پزشکی از رنگ سفید برای ایجاد حس پاکیزگی استفاده می‌کنند و همچنین برای لباس و وسایل کودک از رنگ سفید استفاده می‌شود چون آرام‌بخش است (قاسم‌زاد: ۱۵). اگر سفید را بدون فکر انتخاب کردید شخصی حساس هستید؛ و در صورتی که با تأمل برگزیدید صفای باطن شما را می‌رساند (پاک‌نژاد: ۱۲۷).

## ۶- رنگ آبی

این رنگ به طور مستقیم یک بار در قرآن به معنای حزن و اندوه به کار رفته است.

خداوند در سوره طه آیه ۱۰۲ می‌فرماید:

(يَوْمَ يَنْفَعُ فِي الصُّورِ وَ نَحْشُرُ هُمُ الْمُجْرِمِينَ يَوْمِئِذٍ زُرْقًا )

«همان روزی که در شیپور دمیده شود، و خلافکاران را در آن روز در حالی که چشمانشان کور و کبود است و گرد آوریم»

کلمه (زرق) جمع ازرق است که به معنای کبود است که یکی از رنگ‌هاست و از فراء نقل شده که گفته است مراد از (زرق) محشور شدن مجرمین و کور بودن ایشان است چون

چشم وقتی نابینائیش از بین می رود کبود می شود (همه جا را کبود و آبی می بیند) و این معنای خوبی است و آیه (نحشرهم یوم القیامه علی وجوههم عمیاً...) در سوره اسراء آیه ۹۷ آن را تأیید می کند (طباطبایی: ۲۹۳/۱۴). ابن عباس گوید مجرمان در روز قیامت با صورت های سیاه گشته محشور خواهند شد (طبرسی: ۷۰/۱۶) اگر قرآن کریم چهره مجرمان را با آبی، رنگ آمیزی می کند مرادش آبی تیره و مایل به سیاهی است؛ نه آبی روشن. از این آیه می توان استفاده کرد که رنگ آبی تیره مانند سایر رنگ های تیره غم انگیز است.

آسمان در شب به رنگ آبی تیره در می آید و چه زیباست که خداوند شب را مایه استراحت قرار داده است (فَالِقُ الْاَصْحٰحِ وَ جَعَلَ الْاٰیْلَ سَكْنًا) (انعام/۹۶) «خداست شکافنده پرده صبحگاهان، و او شب را برای آسایش خلق قرار داد»

رنگ شناسان معتقدند: رنگ آبی پر رنگ (رنگ شب) ساختار آرامش و سکوت کامل دارد و تأثیر آرام بخشی در سیستم اعصاب برجای می گذارد چرا که انسان در لباس شب از آرامشی بهره مند می شود که حتی اثرات آن به معاش روز هم کشیده شود (اکبر زاده: ۶۲). از نظر روانشناسان آبی روشن مظهر دوستی، صداقت، روشنی، آرامی و کنایه از وفاداری است و یک رنگ مقدس می باشد که در بین مردم محترم شمرده می شود و در فرهنگ اسلامی چون آسمان به رنگ آبی بوده و جایگاه فرشته ها و خدا و موجودات پاک می باشد دارای تقدس و احترام خاص است (اکبر زاده: ۶۲). این رنگ از یک تأثیر آرام بخش در سیستم اعصاب مرکزی برخوردار است (کوهستانی، همان: ۳۰). و قوه تخیل را تقویت می کند و گاهی باعث می شود دستاوردهای خیالی جای اهداف واقعی را بگیرد (انصاری: ۱۰۳). آبی، انسان را به تفکر وادار می دارد و باعث می شود فرد به خود و احساساتش بیندیشد و ضربان قلب را کاهش می دهد؛ بنابراین برای ایجاد طرح های داخلی ساختمان ها بسیار ایده آل است (همان: ۸۲). رنگ آبی به شخص این امکان را می دهد که به خودخواهی غلبه کند و درهای رحم و شفقت و فهم را در او باز کند (عربیان: ۸۸). این رنگ برای ناراحتی گلو، خشکی حنجره، سرخجه، آبله، التهاب چشم و ناراحتی های عصبی و بی خوابی ها و کسانی که فشار بالا دارند مؤثر است (انصاری: ۸۲). در بیمارستان روانی بیماران تندخو را تحت تأثیر مداوم رنگ آبی و بیماران منزوی و بی تحرک را با رنگ زرد مداوا می کنند. زیرا این رنگ تحریک کننده ذهن و هوش نیز هست و شدیداً موجب تقویت فکر انسان می گردد. خداوند این رنگ را برای تسکین آرامش ناراحتی ها و خستگی ها آفریده است (ساطعی: ۲۲).

## ۷- رنگ الهی

قران کریم علاوه بر رنگ‌های محسوس و مادی یک رنگ معنوی را مطرح کرده است که فراتر از همه رنگ‌های مادی است در واقع همان رنگ الهی است. خداوند متعال می‌فرماید: (صِبْغَةَ اللَّهِ وَمَنْ أَحْسَنَ مِنَ اللَّهِ صِبْغَةً وَنَحْنُ لَهُ عَابِدُونَ) (بقره/۱۳۸) «(ایمان دل‌های ما) رنگ آمیزی خدایی است و کیست که رنگ آمیزیش بهتر از خدا باشد؟ و ما پرستندگان اویم.»

منظور از فطرت، توحید گرایانه‌ای است که خدا مردم را بر اساس آن آفریده است. و خوش نگارتر از خدا کیست؟ و چه کسی می‌تواند راه و رسم و آیینی مقرر دارد که از آیین خدا بهتر و هماهنگ‌تر با فطرت و سرشت و وجدان اخلاقی انسان باشد؟ روشن است که هیچ‌کس؛ چرا که اوست آفریدگار انسان‌ها، نه دیگری. ما تنها او را می‌پرستیم زیرا این پرستش با رنگ آمیزی او هماهنگ است او ما را به رنگ ایمان و تقوا و اخلاص رنگ آمیزی کرده و آفریده است. و در پاسخ شرک گرایان و تعصب ورزان که می‌گویند راه و رسم غلط و شرک آلود پدران و نیاکان را باید پیمود و رنگ آنان را پذیرفت، باید گفت: نه هرگز؛ بلکه باید راه توحید را که راه فطرت و خلقت و راه و رنگ خداست، برگزید و او را پرستش کرد (طبرسی، ۱۳۸۳: ۱/۴۹۸).

در میان مسیحیان معمول بود که نوزاد را غسل تمهید می‌دادند و گاهی ادویه مخصوصی که زرد رنگ بود به آب می‌افزودند و می‌گفتند این غسل به ویژه با این رنگ خاص، باعث تطهیر نوزاد از گناه ذاتی‌اش می‌شود که از آدم به ارث برده است. قرآن خط بطلان بر این مطلب بی‌اساس می‌کشد و با تعبیری بسیار لطیف، زیبا و کنایی می‌فرماید: تنها رنگ خدایی را بپذیرید که همان رنگ ایمان، توحید خالص و اسلام است و همه رنگ‌های نژادی، خرافات، نفاق و شرک در پرتو آن حذف می‌شود (رضایی اصفهانی، ۱۳۸۷: ۱/۴۱۷).

بنابراین یکی از زیباترین رنگ‌ها، رنگ خدایی است که بر روی جسم و روان انسان تأثیر می‌گذارد، رنگی که با خود هوی و هوس را به همراه ندارد، رنگی که سیاهی و سفیدی، زردی و سبزی به پای آن نمی‌رسد، رنگی که نژادپرستی در آن معنا ندارد و گویای محبت خداست و خالی از محبت دنیاست.



## نتیجه

رنگ جزء لاینفک و ضروری زندگی و محیط پیرامون انسان هاست. و رنگ‌ها مستقیماً بر روان افراد تأثیر می‌گذارند و از لحاظ روانی تغییرات محسوسی در انسان بوجود می‌آورند.

بررسی آثار روان‌شناختی رنگ‌ها با مراجعه کتاب‌های معتبری که درباره این شاخه از علم روانشناسی نوشته شده است. و مقایسه آنها با آیات و روایاتی که به تعدادی از آنها اشاره شد؛ علاوه بر روشن شدن آثار شگرف رنگ‌ها بر جسم و روانمان، بر این نکته مهم تأکید می‌نماید که نه تنها هیچ اختلاف و تباینی بین آموزه‌های واقعی دین و علم وجود ندارد. بلکه در بسیاری از موارد در صورتی که منابع دسترسی ما به علوم گوناگون علوم دینی و اخلاقی درست و بی‌شائبه باشد. کاملاً این دو باهم سازگار می‌باشند.

پیشنهاد می‌شود سازمان‌ها و ارگان‌های اجتماعی از جمله شهرداری‌ها، سازمان تبلیغات و... که مستقیماً در ارتقاء سطح شادی و نشاط جامعه نقش‌آفرین هستند با مطالعه‌ی علمی و دقیق‌تر درباره‌ی رنگ‌ها، نسبت به فرهنگ‌سازی استفاده‌ی درست از رنگ‌های روح‌نواز و مسرت‌بخش اقدام کنند و با نهادینه کردن استفاده‌ی درست و بهینه‌ی رنگ‌ها بهره‌وری از امکانات و موقعیت‌های مختلف اقتصادی، فرهنگی و... را افزایش دهند.

## منابع

۱. قرآن: ترجمه مکارم شیرازی
۲. ابن بابویه، محمد بن علی، ۱۴۲۶ق: من لا یحضر الفقیه، نشر صدوق، تهران.
۳. \_\_\_\_\_، ۱۳۶۲ش: الخصال، مصحح: علی اکبر غفاری، جامعه مدرسین، قم.
۴. ابن منظور، ابوالفضل جمال الدین محمد بن مکرم، ۱۴۲۶ق: لسان العرب، مؤسسه اعلمی للمطبوعات، بیروت.
۵. اکبر زاده، مهدی، بی تا، رنگ و تربیت، انتشارات میثاق، تهران.
۶. انصاری، مصطفی، ۱۳۸۷ش: دنیای شگفت انگیز رنگ‌ها، ثقلین، ساری.
۷. پاک‌نژاد، رضا، ۱۳۹۳ش، اولین دانشگاه آخرین پیامبر، اخلاق، قم.
۸. پاینده، ابوالقاسم، ۱۳۸۲ش: نهج الفصاحه، دنیای دانش، تهران.
۹. تقفی تهرانی، محمد، بی تا، تفسیر روان جاوید، انتشارات برهان، تهران.
۱۰. جوادی، احمد، کامران خانی، بهاءالدین خرمشاهی، ۱۳۹۱ش: دایره المعارف تشیع، انتشارات حکمت، تهران.
۱۱. حر عاملی، محمد بن حسن، ۱۴۰۹ق: وسائل الشیعه، مؤسسه آل‌البیت لاحیاءالتراث، قم.
۱۲. حنفی، حسن، ۱۳۸۱ش، هموم فکر و الوطن، اسماعیل باغستانی، نشر محبی، تهران.
۱۳. دانایی، منیره، ۱۳۹۰، روان شناسی رنگ‌ها، ابتکار دانش، قم.
۱۴. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، ۱۳۷۴ش: المفردات فی غریب القرآن، ترجمه غلامرضا خسروی حسینی، مرتضوی، تهران.
۱۵. رضایی اصفهانی، محمد علی و جمعی از پژوهشگران، ۱۳۸۷، تفسیر قرآن مهر، پژوهش‌های تفسیر و علوم قرآن، قم.
۱۶. صبور اردوبادی، احمد، ۱۳۶۸ش: آیین بهزیستی اسلام، نشر فرهنگ اسلامی، بی‌جا.
۱۷. طباطبایی، محمدحسین، ۱۳۷۴ش: تفسیر المیزان، ترجمه محمدباقر موسوی همدانی، انتشارات اسلامی جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، قم.
۱۸. طبرسی، فضل بن الحسن، ۱۳۸۳ش: تفسیر مجمع‌البیان، تحقیق علی کرمی، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، تهران.
۱۹. \_\_\_\_\_، الاداب الدینیة للخزانة المعینیة، مترجم: احمد عابدی، زائر، قم.
۲۰. \_\_\_\_\_، ۱۳۷۰ق: مکارم الاخلاق، شریف رضی، قم.

۲۱. عاملی، ابراهیم، ۱۳۶۰ش: تفسیر عاملی، انتشارات صدوق، تهران.
۲۲. عربیان، رحیم، ۱۳۸۷ش: نظام آراستگی و زیباسازی و مدیریت رنگ، رهپویان فرد، تهران.
۲۳. عروسی حویزی، علی بن جمعه، ۱۳۸۳ش: تفسیر نورالثقلین، ترجمه سید هاشم رسولی محلاتی، مطبعه العلمیه، قم.
۲۴. عمید، حسن، ۱۳۷۹ش: فرهنگ عمید، سپهر، تهران.
۲۵. قاسم‌زاده، جواد، ۱۳۹۱ش: کودک، انتخاب رنگ، شمیم قلم، قم.
۲۶. کلینی، محمد بن یعقوب، ۱۳۶۵ش: اصول کافی، دارالکتب الاسلامیه، تهران.
۲۷. کوهستانی، کبری، ۱۳۸۸ش: رنگ‌ها و تأثیرات آن بر انسان، غیوری، تهران.
۲۸. لونر، ماکس، ۱۳۸۳ش، روان‌شناسی رنگ‌ها، ویدا ابی زاده، درس، بی‌جا.
۲۹. مجلسی، محمدباقر، ۱۳۷۸ش: حلیه المتقین، تصحیح: مرتضی جنتیان، کانون پژوهش، اصفهان.
۳۰. \_\_\_\_\_، ۱۴۰۴ق: بحار الانوار، مؤسسه الوفا، بیروت.
۳۱. مصطفوی، حسن، ۱۳۸۰ش: تفسیر روشن، نشر کتاب، تهران.
۳۲. معین، محمد، ۱۳۷۹ش: فرهنگ فارسی، انتشارات امیرکبیر، تهران.
۳۳. مکارم شیرازی، ناصر، ۱۳۷۴ش: تفسیر نمونه، دارالکتب الاسلامیه، تهران.
۳۴. مهیار، رضا، ۱۳۷۰ش: فرهنگ ابجدی، انتشارات اسلامی، تهران.