

18+

АНТОН СЕРГЕЕВ

Живопись. Инструкция по применению



Антон Сергеев

**Живопись. Инструкция
по применению**

«Издательские решения»

Сергеев А. В.

Живопись. Инструкция по применению / А. В. Сергеев —
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-905400-5

В этом эссе вы узнаете, как сделать свою жизнь более здоровой и гармоничной с помощью живописи. С точки зрения современной психологии, картина — это сложный, многоплановый инструмент, оказывающий воздействие как на биологические процессы в организме человека, так и на его психические процессы. Данное эссе посвящено раскрытию механизмов воздействия визуальных произведений на психику человека и изложению основных принципов использования живописи для коррекции своего состояния.

ISBN 978-5-44-905400-5

© Сергеев А. В.
© Издательские решения

Содержание

Живопись. Инструкция по применению.	6
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Живопись. Инструкция по применению

Антон Валерьевич Сергеев

© Антон Валерьевич Сергеев, 2022

ISBN 978-5-4490-5400-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Живопись. Инструкция по применению.

Во все времена человеку было свойственно украшать свою жизнь красивыми вещами. Если верить археологам, даже в самых древнейших пластах, где были обнаружены следы деятельности человека, обязательно присутствуют украшения, рисунки. Даже обычные бытовые вещи и оружие, как правило, имеют элементы декора.

Россия – многонациональная страна, где все без исключения народности имеют свою многовековую культуру, свой особый колорит. Во всех этих народностях, во все времена было принято украшать свой быт, одежду, жилище, оружие и т. д. Даже в самых бедных крестьянских семьях парадная одежда, рушники и скатерти имели замысловатую вышивку, не только красивую, но и обладающую особым смыслом, исходя из верований того времени и той местности. Посуда, утварь, мебель – имели свой орнамент или иные варианты украшения, порою весьма затейливые. Чего стоят одни резные наличники на окнах! А ведь на Руси они были практически в каждом доме. И всё это – несмотря на то, что все элементы декора были делом весьма трудоемким. Что уж говорить о дворянстве! Любовь к искусству и красоте прививалась с малолетства.

Чего же не хватает современному обществу для того, чтобы классическая культура, в частности живопись, стали неотъемлемой частью его жизни? На наш взгляд, – понимания, что такое картина, как она работает, какое практическое применение она может иметь в жизни.

Зачастую, восприятие картины происходит только на эмоциональном уровне. Но апеллируя такими понятиями, как «нравится» и «не нравится», невозможно дать логическое объяснение тому, как влияет та или иная картина на психику человека. Поэтому до сих пор отсутствует какая-либо комплексная система, рационально объясняющая механизмы воздействия живописи на индивидуума. Однако если детально разобраться в этом вопросе, то выяснится, что такие механизмы существуют, и о них необходимо рассказывать людям, так как в наш век компьютеризации и рационального мышления возможность преобразовать свою жизнь в лучшую сторону при помощи картин многими просто не учитывается. Происходит это из-за отсутствия системного, логически обоснованного подхода к живописи.

Все эти механизмы воздействия давно выявлены учеными и многократно доказаны клиническими испытаниями. Они давно используются в рекламе, PR-акциях, хромотерапии (цветотерапии), арт-терапии, дизайне одежды, дизайне помещений и много где еще, но широкой общественности – совершенно неизвестны. Вот эти «тайные знания» и нужно открыть человечеству. Вы удивитесь, насколько мощным и универсальным инструментом является живопись, и как многого с ее помощью можно добиться! Но начнем по порядку.

В данном эссе, я постараюсь кратко рассмотреть феномен воздействия живописи на человеческую психику, обобщить имеющиеся научные достижения в этой области, объяснить, как и почему происходит данное воздействие, и предложить варианты использования изучаемых механизмов для достижения конкретных результатов в повседневной жизни.

Начнем с самого простого и понятного – цвета. Различные цвета присутствуют в каждом произведении живописи, собственно говоря, из них-то это произведение и состоит. Что же такое цвет? Цвет – это вибрация определенной частоты, воспринимаемая человеческим глазом. Воздействие цвета на психику человека используется повсеместно:

- практически во всех правоохранительных органах и спец. службах мира, при приеме на службу соискатель проходит тест Люшера, в котором, на основании того как человек реагирует на цвета, создается его психологический портрет;
- в хромотерапии (цветотерапии), – цвета являются основным лечащим инструментом;
- в рекламе, – вот уж где буйство красок, или наоборот сдержанность элегантных тонов, в зависимости от того на какую аудиторию реклама ориентирована,

- а психиатрии,
- дизайне одежды и помещений, и много где еще.

В чем же причина подсознательной реакции человека на различные цвета? Человечество за всю свою многотысячелетнюю историю было окружено объектами и явлениями разного цвета, и в зависимости от того как этот объект или явление воздействовали на человека, в подсознании вырабатывалась определенная реакция на цвет данного объекта или явления.

Рассмотрим данный феномен на примере конкретных цветов:

– Красный – цвет крови, вулканической лавы, пожара, то есть цвет опасности, и организм на него реагирует повышением артериального давления и двигательной активности, а также общей мобилизацией сил организма. На такой реакции человеческого организма основаны запрещающие знаки дорожного движения и сигналы светофора. Из книги М. Дерибере «Цвет в деятельности человека» (М., 1964) можно узнать: «Красные и желтые лучи, дали интересные результаты при лечении апатичных и анемичных детей. Они выражались в увеличении количества красных кровяных телец, росте веса ребенка, повышении его активности и в улучшении его настроения... Было замечено, что ношение красных очков спортсменами может в некоторых случаях облегчить достижение ими высоких результатов, повышая реакцию и выносливость». Также, красные лучи «пробуждали силы больного, увеличивая его аппетит, регулируя пищеварение и улучшая общее питание организма. Мы думаем, что в этих счастливых случаях... действие света имеет в основном психический характер и находит благоприятное применение в лечении нервной астении». *Для справки: Морис Дерибере – французский инженер и ученый, специалист в области физики и химии, один из ведущих мировых специалистов в области изучения воздействия цвета на человека, являлся Председателем Комитета по психологическим последствиям воздействия цвета, возглавлял Центр по изучению воздействия цвета, и издавал журнал посвященный данной тематике. Был награжден орденом Почетного Легиона, орденом Академической Пальмы и многими другими наградами.*

– Желтый цвет – солнечный, ассоциируется с комфортом, безопасностью, дневной активностью, хорошей видимостью. Он нередко используется для лечения и профилактики депрессивных состояний. Этот цвет особенно рекомендован в холодное и пасмурное время года, когда в природе отсутствуют яркие краски, и возникает дефицит солнечного света. Желтый стимулирует зрение, нервную систему и мозг. Он может быть эффективен в случае умственной недостаточности, успокаивает некоторые нервные состояния (психоневрозы). (М. Дерибере. «Цвет в деятельности человека». – М., 1964).

– Оранжевый цвет – самый позитивный цвет, он является смещением красного и желтого и вобрал в себя в мягкой форме лучшие качества обоих цветов. При использовании оранжевого наблюдается повышение рабочей активности, улучшение настроения, а утомляемость от цвета минимальная. Часто этот цвет даже рекомендуют для декорирования детских комнат. М. Дерибере отмечает его благоприятное действие на пищеварение и кровообращение.

– Зеленый – цвет растений. Орган зрения человека формировался и развивался в среде, заполненной зеленым светом; цвет этой среды стал привычным и комфортным, то есть физиологически оптимальным. Зеленый – успокаивает и нормализует жизненный ритм, помогает от бессонницы. Он эффективен при нервной раздражительности, бессоннице и усталости, понижает кровяное давление, поднимает тонус; зеленый расширяет капилляры, успокаивает и облегчает невралгии и мигрени. Используется для лечения психических болезней (истерии, нервного переутомления). (М. Дерибере. «Цвет в деятельности человека». – М., 1964).

– Голубой – цвет чистого дневного неба и спокойной морской глади, ассоциируется с отсутствием опасности, производит успокаивающее действие: уменьшает кровяное давление, замедляет пульс и ритм дыхания. Согласно данным М. Дерибере, голубой – антисептический цвет. Он уменьшает нагноение, может быть эффективен при некоторых ревматических болях, при воспалениях и даже при лечении рака. Голубым светом лечат невралгические явления, он

имеет болеутоляющее действие. Приведем цитату из М. Дерибере: «Давно уже ...художники указывали на влияние цвета на наш организм. Небо дает нам каждый день убедительное подтверждение этому. Лазурный берег и голубые морские просторы с давних пор лечат людей цветотерапией; там рождаются люди, которые сильно отличаются от живущих под серым экраном северных туманов».

– Синий и фиолетовый – цвета вечернего неба, – тормозят активность и какие-либо энергичные действия, активизируют мозговую деятельность, успокаивают и стабилизируют. Человек как бы подготавливается ко сну. При использовании синего, снижается артериальное давление, понижается температурный режим. Синий рекомендуют применять в местах отдыха, он способствует здоровому и продолжительному сну. Синий производит более успокаивающее действие, чем голубой; его даже можно назвать угнетающим. К. С. Петров-Водкин в своей книге «Самарканди» рассказывает местную историю о синем цвете: «В Константине, в северной Африке, до сей поры сохранился Голубой город. Историю его я узнал от образованных арабов. В семнадцатом веке местный правитель заболел странной формой удрученного состояния, сделавшей кошмарной его жизнь. Чтоб развлечь себя, этот бей прибегал то к жестоким расправам над подданными (в Константине одна из скал, примыкающая к дворцу, носит название „Скалы жен“, с которой швырялись заподозренные больным беем в неверности женщины его гарема), то ипохондрик-тиран отдавался благотворительности, то бросался в корсарские авантюры, то к врачам и знахарям, но ничто не помогало осилить болезнь. Среди пленников бея случился один врач, который предпринял оригинальное лечение. Под его руководством комната правителя была окрашена в синий цвет, и мебель и все, по возможности, предметы, находившиеся в ней, приведены были к этой расцветке. В этой комнате больной начал чувствовать себя лучше; тогда было решено окрасить в синее весь дворец. Эффект оказался удивительным: бей вошел в норму, и, чтоб своим подданным доставить возможность пользоваться таким благом, он повелел, чтоб весь город был окрашен по рецепту врача-цветолечителя в синюю гамму. В городе голубого бея небо кажется тяжелым по контрасту с чистой синевой зданий. Среди его улиц испытываешь легкость в движениях, не чувствуешь удручения от жары, и четче, яснее думается в его расцветке». Прочитав Мориса Дерибере: «Фиолетовый действует на сердце, легкие и кровеносные сосуды, увеличивает выносливость ткани. Аметистовый свет имеет стимулирующее действие красного и тоническое действие голубого. ...Я поместил одного помешанного (буйного) в комнату с фиолетовыми окнами; на следующий день больной попросил отпустить его домой – он выздоровел. Он покинул психолечебницу, живет счастливо и совершенно здоров». Французский врач Эмиль Шеру замечает: «Насколько красный цвет возбуждает к деятельности, настолько фиолетовый, наоборот, задерживает ее и ослабляет».

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.