[**ಬಗೆಬಗೆ ಭಾವದ ರಂಗು**](https://vijaykarnataka43.rssing.com/chan-55889592/article4136-live.html)

ಮನಸ್ಸು ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಹುಚ್ಚೆದ್ದು ಕುಣಿಯುತ್ತದೆ. ಮಗದೊಮ್ಮೆ ತೀರ ಸೋತು ಹೋದಂತೆ ಕುಗ್ಗಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಕುಳಿತಲ್ಲಿ, ನಿಂತಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗದ ಭಾವವೊಂದು ವಿನಾ ಕಾರಣ ಹಾದು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಬಣ್ಣದ ಬದುಕು. ಅಲ್ಲಿ ಒಲವಿರುತ್ತದೆ, ಕೊರಗು ಇರುತ್ತದೆ. ಮೋಜು, ಮಸ್ತಿ ಎಲ್ಲದರ ಸಮ್ಮಿಲನವಾದ ಬಣ್ಣದಲ್ಲೇನಿದೆ? ಬಣ್ಣಗಳ ಹಬ್ಬ ಹೋಳಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣದ ಜತೆ ಬೆಸೆಯುವ ಮನಸ್ಸುಗಳು ಸಾವಿರಾರು. ನಂಬಿಕೆಗಳ ಜತೆ ಮಿಳಿತವಾಗಿರುವ ಹೋಳಿ ಭಾವದೊಕಳಿ ಆಡುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಸೀಮಿತ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ಮೀರಿದ ಬಣ್ಣ ನಿತ್ಯದ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ನಾನಾ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಮೌಖಿಕವಾಗಿ ಪದಗಳ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮ ಅನಿಸಿಕೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸದಿದ್ದರೂ ನಿಮ್ಮ ಇಷ್ಟ ಅಥವಾ ಅನಿಷ್ಟ ನಿಮ್ಮ ಅರಿವಿಗೆ ಬಾರದಂತೆ ವ್ಯಕ್ತವಾಗಿರುವುದು. ಬಣ್ಣವೂ ಅದೇ ರೀತಿ ನಿಮ್ಮ ಅರಿವಿಗೆ ಬಾರದಂತೆ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ನಿಮಗೆ ರವಾನಿಸುತ್ತದೆ. ಮೂಲತಃ ಬಣ್ಣಗಳನ್ನು ನಾಲ್ಕು ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕೆಂಪು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡಿದರೆ, ನೀಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಪರಿಣಾಮ ಉಂಟು ಮಾಡುವುದು. ಹಳದಿ ನಿಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನೂ ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು. ಹಸಿರು ಇವೆಲ್ಲವುಗಳ ನಡುವೆ ಸಮತೋಲನ ಕಾಪಾಡುವುದು.

**ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಕನ್ನಡಿ**

ನೀವು ಅತಿಯಾಗಿ ಮೆಚ್ಚುವ ಬಣ್ಣ ನಿಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಕ್ಕೊಂದು ಕನ್ನಡಿ. ನಿಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ, ಕಾರ್ಯವೈಖರಿಗಳ ಮೇಲೆ ಬೆಳಕು ಚೆಲ್ಲುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಬೇರೆಯವರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿ ಪರಿಗಣಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನೂ ತಿಳಿಸುವುದು. ನಿಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆ, ವರ್ತನೆ, ನಿಮ್ಮ ಗುಣಾವಳಿ, ಭಾವನಾತ್ಮಕತೆ, ಮನೋದೈಹಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನೂ ಅರಿಯಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಶಕ್ತಿ, ಸಾಮರ್ಥ್ಯ‌ಗಳನ್ನು, ಕುಂದು ಕೊರತೆಗಳನ್ನು, ದೌರ್ಬಲ್ಯದ ಕಿಂಡಿಗಳನ್ನೂ ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಆವಶ್ಯಕತೆಗಳನ್ನೂ ನಿಮ್ಮ ಮುಂದಿರುವ ಸವಾಲುಗಳನ್ನೂ ಗುರುತಿಸಬಹುದು. ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಕುಗ್ಗುತ್ತದೆ. ಬೇಗ ಸಿಟ್ಟಿಗೇಳುವುದು, ಭಯ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕಾಡಿ, ಓಡಿಹೋಗಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆಯನ್ನು ತೀವ್ರವಾಗಿ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ತುಂಬುವುದೇ? ಯಾರೊಡನೆಯೂ ಮಾತನಾಡದೆ ಮೌನವಾಗಿರ ಬಯಸುವಿರಾ? ನೀವು ಬಹುತೇಕ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿರುವಿರಾ? ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ, ಸೃಜನಶೀಲತೆಯಿಂದ ನೀವು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲರಾಗಿರುವಿರಾ?ಏಳುಬೀಳುಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಮತೋಲನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಕೌಶಲ್ಯ ನಿಮಗೆ ಇದೆಯೇ? ಇಂತಹ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ನಿಮಗೆ ಯಾವ ಬಣ್ಣ ಇಷ್ಟ, ಯಾವುದು ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದರಿಂದ ಉತ್ತರ ಸಿಗಬಹುದು. ಈಗ ನೀವು ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ರೀತಿ ಬದಲಾಗಬೇಕು ಎಂದರೆ ಯಾವ ಬಣ್ಣ ನಿಮಗೆ ನೆರವಾಗಬಲ್ಲದು ಎಂದೂ ನೀವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಕಾಲ ಕಳೆದಂತೆ, ನಿಮ್ಮ ಆಯ್ಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯೂ ಆಗಬಹುದು. ಈ ಮುಂಚೆ ಯಾವುದೋ ಬಣ್ಣವನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ಮೆಚ್ಚಿಕೊಂಡಿದ್ದು, ಈಗ ಅದು ನಿಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗದೇ ಇರಬಹುದು. ಈ ಮುಂಚೆ ಇಷ್ಟವಿರದ ಬಣ್ಣ ಈಗ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸಬಹುದು. ಇದು ನಿಮ್ಮ ಚಿಂತನೆಯಲ್ಲಿ, ಜೀವನದ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳಲ್ಲಿ ಆಗಿರಬಹುದಾದ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಯಾವುದೋ ಅಹಿತಕರ ಘಟನೆಯಿಂದ ನಿಮಗೆ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಬಣ್ಣ ಹೇಸಿಗೆ ತಂದಿರಬಹುದು. ಆ ಅಹಿತಕರ ಘಟನೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಭೂತದಂತೆ ಕಾಡಿ ನಿಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಬೆಳೆಯದಂತೆ ತಡೆ ಹಿಡಿದಿರಬಹುದು. ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಮೂಲಕ ಅದರಿಂದ ಹೊರಬಂದು ನಿಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಮೆರುಗು ಕೊಡುವುದೂ ಬಣ್ಣಗಳಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಬಣ್ಣಗಳು ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಎಂತಹ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವ ನಿಖರವಾದ ಸಂಶೋಧನೆ ಆಗಿಲ್ಲವೆಂದೇ ಹೇಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಅಮೆರಿಕದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಸಂಶೋಧನೆ ಪ್ರಕಾರ, ನೀವು ಪ್ರಮುಖ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ಪ್ರಧಾನವಾಗಿ ಕೆಂಪನ್ನು ಕಂಡರೆ ಅದು ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಕುಂಠಿತಗೊಳಿಸಬಹುದಂತೆ. ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಬಣ್ಣದ ಕೆಂಪು, ಕಿತ್ತಳೆ ಮತ್ತು ಹಳದಿ ಮಾತ್ರೆಗಳು ಬೇರೆ ಬಣ್ಣದ ಮಾತ್ರೆಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ವಾತಾವರಣ ಬಿಸಿಯಾಗಿದ್ದರೆ, ನೀಲಿ, ನೇರಳೆ, ಹಸಿರಿನಂಥ ತಂಪು ಬಣ್ಣಗಳು ತಂಪಿನ ಅನುಭವ ನೀಡುತ್ತವೆ. ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಬಣ್ಣಗಳೂ ಆಕರ್ಷಕವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಕೆಂಪುಬಣ್ಣ ವೇಗದ, ಶಕ್ತಿಯುತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಹೊರತರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಘಟನೆಗಳನ್ನು, ಕೆಲವು ಪ್ರಸಂಗಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಬಣ್ಣಗಳು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಬೀರಬಹುದಾದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಅಂದಾಜು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಕೆಂp್ಠ, ಕಿತ್ತಳೆ ಮತ್ತು ಹಳದಿಯನ್ನು ಆವೇಶದ ಬಣ್ಣಗಳೆಂದೂ, ನೀಲಿ, ಹಸಿರು ಮತ್ತು ನೇರಳೆಯನ್ನು ಪ್ರಶಾಂತ ಬಣ್ಣಗಳೆಂದೂ ವಿಂಗಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆವೇಶದ ಬಣ್ಣಗಳು ಬೆಚ್ಚಗಿನ, ಸುಖಭಾವದ ಭಾವನೆಗಳನ್ನೂ, ಕೋಪ ಮತ್ತು ಜಗಳವಾಡುವ ಭಾವನೆಗಳನ್ನೂ ಸೃಷ್ಟಿಸಬಹುದು. ಪ್ರಶಾಂತ ಬಣ್ಣಗಳು ಪ್ರಕ್ಷ ುಬ್ಧ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸಬಹುದು. ಖಿನ್ನತೆಯನ್ನೂ ಸೃಷ್ಟಿಸಬಹುದು.  
  
**ಅಗೋಚರ ಚೈತನ್ಯ**

ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಹಾಗೂ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮಗಳೆರಡೂ ಆಗುತ್ತವೆ. ನೀವು ಬೆಳೆದ ವಾತಾವರಣ, ಗತ ಘಟನಾವಳಿಗಳು, ಕೀಳರಿಮೆ ಇಂತಹ ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಮೇಲೆ ಆಗಿರಬಹುದಾದ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತ ಬಣ್ಣಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಂಡು ಸಾಧಕರಾಗಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮಬಹುದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಎರಡು ಬಣ್ಣಗಳ ಸಮ್ಮಿಶ್ರಣ ಉತ್ತಮ ಫಲ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಕೆಂಪು ಧೈರ್ಯ, ಚೈತನ್ಯ, ಉತ್ಸಾಹಗಳನ್ನು ತುಂಬುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿರೋಧವನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುವುದು. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಬಿಳಿಯ ಬಣ್ಣ ಸೇರಿದರೆ, ಅದರ ಪರಿಶುದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತತೆ ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿತನ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿರೋಧವನ್ನು ಕಡಿಮೆಗೊಳಿಸಿ ಯಶಸ್ಸಿಗೆ ಬೇಕಾಗುವ ಒಳನೋಟ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯ‌ವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಬಲ್ಲದು. ಅಂತಹ ಮಿಶ್ರಣ ನಸುಗೆಂಪು ಬಣ್ಣವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಈ ಬಣ್ಣ ಪ್ರೀತಿ, ಆರೈಕೆಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಸ್ತ್ರೀವರ್ಣ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಯಾವ ಯಾವ ಬಣ್ಣಗಳ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡರೆ ನಿಮ್ಮ ಮನೋದೈಹಿಕ ಚೈತನ್ಯದಲ್ಲಿ ವೃದ್ಧಿ, ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಸಮತೋಲನ ಆಗುವುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಸಾಧನೆಯ ಆನಂದವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು.