

<https://spontankokusz.cafeblog.hu/2017/05/01/felnott-szinezo-avagy-fest-ki-a-sajat-vilagodat/>

2017_ Felnőtt színező, avagy fessd ki a saját világot!

Spontánkókusz2017. május 1. hétfőHozzászólások (0) 2

Tudjátok, hogy mi az egyik legmenőbb dolog a mai világunkban? Hát, nem más, mint a felnőtt színező. Johanna Basford, a skót származású illusztrátor igazi történelmet írt a modern művészetben. A sikert számára a Secret Garden (Titkos kert) című könyve adta meg, amiből eddig világszerte 1,4 millió példányban adtak el. Ennek a tehetséges nőnek köszönhetjük azt, hogy napjainkban már nem számít „cikinek” felnőtt fejjel a színezés, s nem kell sunyiban gyerekszínezőket tartanod azzal az indokkal, hogy „Ó, ezt csak az unokahúgodnak vetted”, mert manapság már trendinek számít. Mindenféleképpen érdemes beszereznetek egy ilyen varázslatos könyvet, ami körülbelül 40-50 oldalnyi kifestőgyűjteményből áll. Én annak idején netről rendeltem meg a Titkos Kert-et, amit csak ajánlani tudok Mindenkinek!

Ez volt a legelső alkotásom! □ El nem tudom Nektek mondani, hogy milyen élményt élhettem át, miközben minden egyes ecsetvonással egyre színesebbé vált a fekete-fehér illusztráció. Míg az ábra színeket kapott, én pedig cserébe leírhatatlan boldogságban telő pillanatokkal lehettem gazdagabb.

Milyen jótékony hatásai vannak a színezésnek?

Gondoltátok volna, hogy rajzolás közben a bal racionális agyfélteke, ami folyamatosan pörög a sok felesleges gondolatpárbaj miatt, ez olyankor kikapcsol, s a jobb agyfélteke lesz a domináns. A színezés még ennél is jobb tud lenni, igaz ilyenkor mind a két agyfélteként „dolgozik”, viszont pozitív hatásai akár azonnal érezhetőek. Ilyenkor csökken a vérnyomás, a pulzus. Elfelejtünk stresszelni, ami gyakrabban is megeshetne velünk. Ráadásul megszabadít sok felesleges rossz energiától, mint például a szorongás, félelem

A színeknek megannyi jótékony hatásuk van a közérzetre nézve. Lássuk, hogy mik is ezek.

Sárga: Meleg szín, ami a fényt és melegséget sugároz. Nemcsak a hangulatunkat dobja fel, hanem idegrendszerünkre illetve emésztőszerveinkre is pozitívan hatnak.

Narancssárga: A szexualitás, termékenység fő színeként tartják számon. Vidámságot hoz a mindennapokba és élénkíti a közérzetet. Immunrendszer erősítésén kívül pajzsmirigy és hormonzavarok gyógyítására is egyaránt alkalmazzák.

Vörös: Ennek a színnek hallatán általában mindenkinek a rózsza, vagy a szenvedély jut eszébe. Igaz is, viszont ezeken kívül még ide kapcsolhatjuk a vérkeringés serkentését, bakteriális fertőzések ellen is hatékony, ráadásul epilepszia illetve szívproblémák kezelésére is alkalmas.

Zöld: A szintiszta természet illetve az élet színe, avagy a harmónia és az egyensúly tökéletes együttese. Nem hiába mondják azt, hogy a természet a legjobb orvos, és a benne található fűvek, különböző növények pedig a természet orvosságai. Rendkívüli gyógyító hatással bírnak.

Piros: LOVE...AMORE...LIEBE...vagyis a SZERELEM színe, ami az én személyesen kedvencem. Tűz színeként is jelen tartják. Rokonságba állnak a vörössel. A piros is jelenthet egyúttal szenvedélyt. Energikussá teszik a környezetet, étellel telibbé..viszont, ha túl sok van belőle az akár frusztráló is lehet.

Lila: A Milka tehén színe..haha. Na, jó komolyra fordítva a szót. Ez egy rendkívül sokoldalú szín, ami nemcsak a méltóságot képviseli, de a mágiában is előszeretettel használják. Talán a Milka tehén is így szerezhette limitált kiadású színét. Máskülönben segít leküzdeni a szorongást, a félelmeket. Koncentrációs képességed is nagyban fejleszti.

Kék: „Lehet zöld az ég és lehet kék a fű”- hangzik el egy csodás Varga Viktor számban. Viszont a valóságban az éghez kapcsoljuk ezt a színt illetve a tengerhez. Azzal ellentétben, hogy hideg színeként emlegetik, rendkívül pozitív szín. Belső nyugalmat jelképez. Kapcsolatteremtést nagyban elősegíti.

Barna: Nemcsak a föld, hanem a gyarapodás színe is. Gazdagságot, nyugalmat, pénzügyi-anyagi biztonságot is jelenthet.

Arany: A gazdagság, anyagiasságot szimbolizálja. Ezáltal egyúttal önbizalmat, inspirációt adhat. Azonban túlzásba is lehet vinni, az ego imádja ezt a színt, mivel hatalmat, növekedést is jelenthet számára.

Ezüst: Erről nekem valahogy mindig a kémia jut az eszembe. Vagy azaz ezüst karkötő, amit annak idején egy túrázás során sikerült elhagynom. Viszont azon kívül, hogy részemről figyelmetlenségre utal, másrészt a nőiesség, érzékiség színeként is emlegetik.

Fehér: (már csak a hitelesség kedvéért) A galamb, vagyis a béke legtisztább képviselője illetve a fényé. Vallásban, egészségügyben is gyakran előfordul. Bár az utóbbi már kezd kimenni a divatból ugyanis szakemberek szerint a túl steril, fehér köpenyes orvosok, falak, a betegben túlzott frusztrációhoz, állapot visszaeséshez is vezethetnek. Ezen kívül rendkívül sok jótékony hatása is van, mint például a

méregtelenítés, megbocsájtás elősegítése.

Fekete: Sötét, rideg, ijesztő, avagy a halál színeként tartják számon. Általában negatív dolgokhoz kapcsolják. Viszont ennek a színnek is megvan a maga jó célja, segít leküzdeni a félelmeinket, erősebbé tesz Minket.

Rózsaszín: A szeretet és felhőtlen szerelem színe. „A rózsaszín felhők között jár”-szokták mondani. Boldogságra is utalhat. Aki szereti ezt a színt, érzékenyebb a világban történő dolgokra, vidám egyéniséget képvisel.

Most akkor kanyarodjunk kicsit vissza a színezés jótékony hatásaihoz!

Növeli a képzelőerőt, kreatívabbá tesz.

Az ember ilyenkor szinte meditatív állapotba kerül. Egyesek beszámoltak arról is, hogy nekik sikerült színezés közben átélni a FLOW-élményt, amikor teljesen beleéljük magunkat az éppen végzett tevékenységbe. Az a bizonyos érzés mikor megszűnik az idő is, nem érzékeljük a körülményeket, vagyis 100%-ban a jelenben tartózkodunk.

Fejleszti a motorikus képességet.

Unaloműzésnek is kiválóan megfelel. Ráadásul bárhova Magaddal viheted, remek társ a hét minden napján.

Nosztalgiazás szempontjából is remek. Visszarepít gyermekkorunkba, régi kellemes emlékeket hozhat a felszínre.

Nemcsak Téged derít jobb kedvre, de végül szeretteid arcára is mosolyt csalhatsz a remekműveddel.

Ha sikerült meghoznom a kedveteket a színezéshez, akkor hajrá vágjatok bele akár azon nyomban!

Vidám, örömmel teli alkotást!

Klasszikus autók felnőtt színező képeslapkönyv

<https://rajzshop.hu/termek/klasszikus-autok-felnott-szinezo-kepeslapkonyv/>

<http://nol.hu/kultura/nem-talalt-ki-semmi-ujat-megis-megorjitette-a-vilagot-1627003>

Johanna Basford első felnőtteknek készített színezőkönyve, a Titkos kert 2013-ban jelent meg. Először 13 ezer példányban nyomtatták, és el is adták abban az ütemben, ahogy számítani lehetett rá. Egy évvel később aztán felpörögtek az események, 2015 őszére már 200 ezret vettek meg belőle világszerte. A rajzoló felhívta ügynökét, kérve, hogy értesítse, ha meglesz a 250 ezer, mire az közölte vele: karácsonyra eléri az egymilliót. Az első három könyvéből – Titkos kert, Bűvös erdő, Kincses óceán – 40 országban összesen tízmillió példányt adtak el. Csak Kínában hárommillió fogyott.

Munkásságáért 2016-ban a Brit Birodalmi Rend tiszti címével tüntették ki. Jellemző, hogy az eseményen a királyi pálmaház növényei nyugózték le a leginkább. A munkái alapján elvarázsolt művészléleknek tűnő Basford nagyon is reálisan gondolkodik a karrierjéről; nincsenek illúziói a színezők jövőjéről: – Ez is lecseng majd, én pedig ismét rajzolhatom a tapétáimat...
