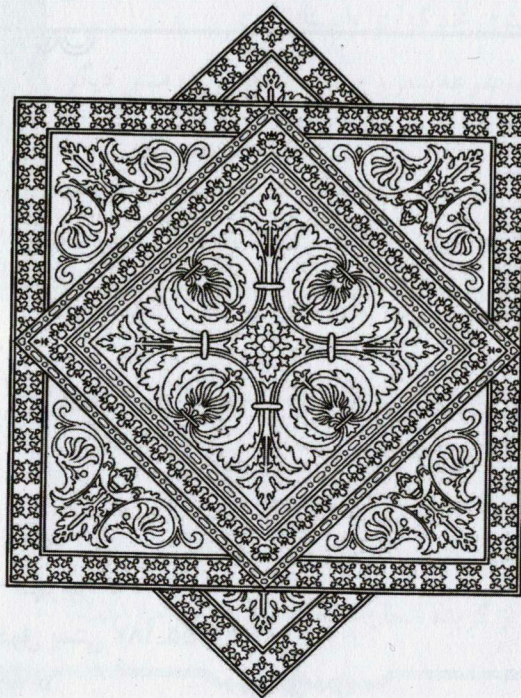


# خواب‌های طلایی

تجربه رنگ آمیزی خلاق و آرامش بخش  
با عاشقانه‌های علیرضا بهرامی



گردآوری: فاطمه فرقانی

## مقدمه

رنگ‌آمیزی نه تنها یک فعالیت مهم آرامش‌بخش و خلاقیت‌ساز برای کودکان و نوجوانان است، بلکه برای بزرگسالان هم فرصتی است برای رسیدن به آرامشی مؤثر که به زندگی جلوه بهتری می‌بخشد.

در تفکرات کهن نیز رنگ تسکین‌دهنده است و آرامش‌بخش؛ حال وقتی فرصت رنگ‌آمیزی ده‌ها صفحه طرح‌های استاندارد، هنرمندانه و علمی برای همگان فراهم می‌شود، علاوه بر افزودن رنگ بهتر به زندگی، این فرصت هم فراهم می‌شود که هنرمند درون هر فردی کشف شود.

این طرح‌ها طوری طراحی شده‌اند که انگار عشق را، هم در داخل و هم در خارج خطوط جست‌وجو و درنهایت کشفش می‌کنید.

ارتباط نوستالژیک با مدادهای رنگی و کاغذ سفید، وقتی با الگوهای زیبا و گستره‌ی انتخابی عظیم از رنگ‌ها آمیخته می‌شود، یک فرصت استثنایی به وجود می‌آورد؛ فرصتی تا سرکشی روح را با خیال‌انگیزی چنان درآمیזیم که انگار آهوی خوش نقش و نگار و چابکی در درون هر کدام از ما متولد می‌شود و به اعتلا می‌رسد.

این شیوه اکنون در جوامع توسعه‌یافته بیش از هر وسیله دیگری توصیه می‌شود؛ زیرا یک رفتار باوقار هنرمندانه را تجویز می‌کند که هدف و دستاورد آن تنها یک فرصت سرگرمی نیست، بلکه جوهری از انسان معاصر را بیدار و نمایان می‌کند که شاید در لابه‌لای لایه‌های سنگین و ضخیم زندگی پراضطراب ماشینی ما، هیچ‌گاه فرصت بروز نیافته‌اند. ضمن آن‌که با ایجاد فرصت تمرکز، شهروندان زندگی پرشتاب و پرتنش امروز را نرم و آرام به تمرکز و آرامش رهنمون می‌کند.

این الگوهای جادویی آسمانی، انسان را بویژه پس از یک روز یا هفته کاری سخت، مانند آلیس به سرزمین دیگر می‌برد؛ آن‌جا که ساحل سکون و آرامش است و هر طرف را نگاه می‌کنی، همه چیز به زیباترین و هنرمندانه‌ترین شکل، ترسیم شده است.

این الگوهای دلربا به زندگی ما رنگ دیگری می‌دهند و جریان دیگری می‌بخشند. دنیای شگفت‌انگیزی می‌سازند که انگار عینیت یافتن خیال‌های ماست. آهسته آهسته ما را به جایی می‌رساند که تا به حال خود را این قدر به رؤیایمان نزدیک حس نکرده‌ایم.

با این شیوه ذهن خود را به سمت رؤیاهای لذت‌بخشمان هدایت می‌کنیم و به زندگی مان بهبود می‌بخشیم. علاوه بر این، یک نوع حس خاطره‌انگیز بازگشت به عقب در زمان، ما را سرگرم رنگ‌های بی‌پایانی می‌سازد که انگار یک شورش خفته را به شکلی جسورانه و محترم در درون ما بیدار می‌سازد.

رسیدن به رؤیاهای واقعی است که آن را به عزیزانمان می‌توانیم هدیه کنیم.