

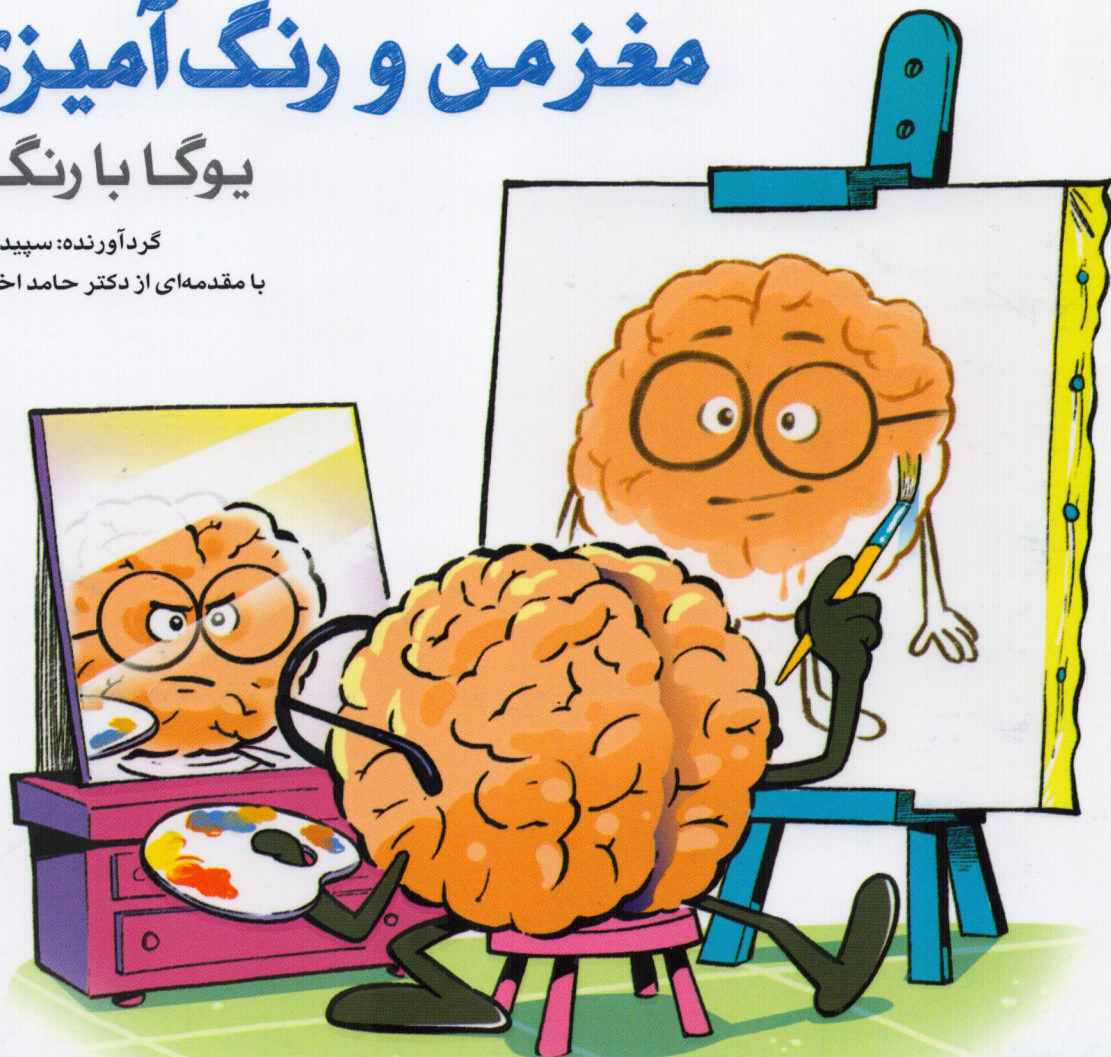


مغز من و رنگ آمیزی

یوگا با رنگها

گردآورنده: سپیده بخت

با مقدمه‌ای از دکتر حامد اختیاری



همه چیز به خلاقیت شما بستگی دارد

اگر تنها چیزی که در اختیار دارید یک خودکار است باید دست به دامن خلاقیت شوید. ببینید تنها با یک خودکار چه کارهایی می‌توانید انجام دهید تا رنگ‌آمیزی‌تان یکنواخت نباشد.

حتی بد نیست خودتان را مقید کنید تنها با یک رنگ مداد، رنگ‌آمیزی کنید. این‌گونه می‌توانید برای مثال با کم‌تر یا بیشتر فشار دادن مداد روی کاغذ، طرحی متفاوت ایجاد کنید.

در تکنیک‌هایی که معرفی شدند، خلاقیت خود را نیز دخیل کنید. به‌طور مثال در تکنیک نقطه‌گذاری، به جای نقطه دایره بگذارید یا هر شکل دیگری. چه بسا بتوانید شیوه‌ای نو خلق کنید.

سعی کنید همه‌ی ابزارهایی را که در دسترس‌تان هست روی میز بگذارید و دست‌به‌کار شوید یا حتی تلفیقی از شیوه‌های معرفی‌شده را به کار ببرید. زمینه را برای بروز خلاقیت فراهم کنید.

یادتان باشد به طبیعت پیرامون خود و رنگ‌های آن دقت کنید. حتی گاهی از رنگ‌های طبیعی نیز استفاده کنید. مانند رنگی که از گیلان به جا می‌ماند یا حتی چای، اسفناج، لبو، کلم قرمز و ...

فقط به یاد داشته باشید که رنگ‌های طبیعی ثبات کم‌تری دارند.

