[Conference-Composition of Colours :December,2014] ISSN- 2350-0530
DOI: https://doi.org/10.29121/granthaalayah.v2.i3SE.2014.3597

INTERNATIONAL JOURNAL of RESEARCH –GRANTHAALAYAH
A knowledge Repository
Art

रंगों का मानव जीवन पर मनोवैज्ञानिक प्रभाव

डा0 (श्रीमती) बिन्दु अवस्थी
एसोसिएट प्रोफेसर
चित्रकला विभाग, बैकुण्ठी देवी कन्या महाविद्यालय, आगरा

इस संसार में जो कुछ भी अस्तित्व में है जो दृष्टव्य है सबका अपना–अपना रंग है। चाहे बात अंतरिक्ष, ग्रह, नक्षत्रों, पृथ्वी पर पाये जाने वाले पशु, पक्षियों वृक्षों, नदियों, मानवों, मानव निर्मित वस्तुओं आदि किसी की भी हो, सभी वस्तुएँ अनेकानेक रंगों की होने के कारण अपना स्वतन्त्र अस्तित्व रखती है। वे लोग भाग्यशाली है जिन्हें वर्णो का बोध है। वर्ण बोध का कारण ही हमें इस संसार के सौन्दर्य का आभास होता हैं।

वर्ण बोध हमें प्रकाश की उपस्थिति में ही होता है वर्ण प्रकाश का ही गुण हैं। ''शरीर विज्ञान के विशारदों का कथन है कि पुतलियों के द्वारा प्रकाश नेत्रों में प्रवेश करता है। सीधा नेत्र के पीछे के भाग पर रूक जाता है। रेटीना पर 'रोडस' और कोन्स नामक दो प्रकार के तन्तु होते हैं जिनका सम्बन्ध दृष्टि सम्बन्धी नसों से होता है। तंत्रिकाओं के द्वारा इसका सीधा प्रभाव हमारे मस्तिष्क पर पड़ता है। अतः दिन रात का रंग सफेद और काला दिखाई देता है। रंग की उत्पत्ति प्रकाश से ही होती है। सूर्य प्रकाश का सबसे बड़ा स्वरूप है। सूर्य के प्रभाव से जो वस्तु जिस प्रकार की है वह वैसी ही दिखाई देती है और जैसे ही प्रकाश का लोप होता है वस्तु किसी भी प्रकार की हो, काली ही दृष्टिगोचर होती हैं।[1]

प्रकाश के सम्पर्क में आने पर वस्तु से टकराकर जो परावर्तित प्रकाश आँखों तक लौटकर आता है उसमें कुछ प्रकाश वस्तु सोख लेती है तथा कुछ परावर्तित कर देती है। इसमें से 'रोडस, (दृष्टितन्तुओं) के द्वारा काले तथा सफेद तथा 'कोन्स' (दृष्टि तन्तुओं एक सैट) के द्वारा लाल तथा पीले तथा दूसरे सैट के द्वारा नीले तथा हरे रंगों का बोध होता है। यदि किसी चित्र में जिस रंग का प्रभाव ज्यादा होगा तो वे ही तन्तु अधिक क्रियाशील होते है। अतः यदि मात्र गर्म रंगों जैसे– लाल, पीले नारंगी आदि का प्रभाव अधिक हो तो 'कोन्स' का एक सैट अधिक क्रियाशील होगा यदि नीले हरे बैंगनी सम्रुदी इत्यादि रंग होगें तो दूसरा सैट थकेगा। अतः यदि चित्र में रंगों का उचित सन्तुलन न हो तो चित्र का मानसिक प्रभाव थकाऊ होगा तथा उसे देखकर अधिक समय तक आनन्दित नहीं हो सकते हैं। तात्पर्य यह है कि वर्ण बोध के द्वारा हमारे नेत्रों के साथ मन पर भी प्रभाव पड़ता हे उससे हमारा अंतःकरण प्रभावित होते हैं हमारी भावनांए प्रभावित होती हैं। रंगों में बहुत शक्ति होती हैं। कोई भी चित्र रंगों के बिना अधूरा रहता है। जीवन में विविध अवसरों पर विविध रंग विविध मनोभावनाओं की अभिव्यक्ति में सहायक होते हैं रंगों के जो मानसिक प्रभाव के पीछे इनकी तरंग गति का भी विशेष योगदान है। गर्म श्रेणी के रंगों की तरंग गति अधिक होती है जैसे लाल नारंगी, पीताभ लाला आदि तथा ठंडी श्रेणी के रंगों की तरंग गति कम होती है। जैसे हरे नीले तथा इनके मिश्रण से बनने वाले रंग। तरंग गति की तीव्रता अथवा कम तीव्रता के कारण ही ये हमें कम या अधिक प्रभावित भी करते हैं।

रंगों के प्रभाव मनुष्य के शरीर तथा विचारों को भी प्रभावित करते है हम अपनी भावनाओं की अभिव्यक्ति विभिन्न रसों के माध्यम से करते है सभी रसों के अपने स्थाई भाव है जो मन में सदैव विद्यमान रहते है। जब भी कोई चित्र बनाते है अथवा मूर्ति के माध्यम से, अथवा नाटक या मूक अभिव्यक्ति ही क्यों न करें भावों के बिना अभिव्यक्ति का संप्रेषण अधूरा है। अभिव्यक्ति की सम्पूर्णता एवं संप्रेषण के लिये भावों को अभिव्यक्त करने वाले माध्यम की आवश्यकता अपरिहार्य हैं। माध्यम के रूप में वेशभूषा, परिदृश्य मंच इत्यादि को विभिन्न रंगों से युक्त बनाकर दृश्य प्रस्तुत किये जाते है जो भावों को विषयानुसार अभिव्यक्त करने में मदद करते हैं। उदारणार्थ – विवाह जैसे शुभ अवसरों जब उल्लास, प्रसन्नता आदि भावों का प्राधान्य होता है तब लाल एवं पीले रंगों के द्वारा वातावरण प्रायः सुसज्जित किया जाता है। लाल रंग की तरंग गति सबसे अधिक है। इसका आकर्षण सबसे अधिक होता है। लाल रंग के मनोवैज्ञानिक प्रभाव हैं :– सौन्दर्य, प्रेम, प्रसन्नता, प्रजनन, श्रृगार, उष्णता, हिंसा, क्रोध, चेतावनी इत्यादि। जब इस रंग का प्रयोग होता है तो दुल्हन को सर्वाधिक आकर्षक बनाने हेतु लाल वस्त्र पहनाये जाते हैं। तो वातावरण चमक दमक उठता हैं। खिला–खिला सा लगता है। अतः शुभ अवसरों पर लाल वस्त्र पहनना, लाल रंगों का श्रृंगार–जैसे सिंदूर, बिन्दी, आलता, लाल चूड़ियों का प्रयोग मन में प्रसन्नता, श्रंगारिक भावों, उत्साह आदि को जाग्रत करने सौन्दर्यपूर्ण वातावरण की सृष्टि में मदद करते हैं। यदि कहीं पर लड़ाई झगड़ों के दृश्य दिखाने हो तो आघात, क्रोध, रक्त, हिंसा के परिणाम खून खराबें के भावों की अभिव्यक्ति के लिये भी लाल रंग का आश्रय लिया जाता हैं। चेतावनी हेतु भी लाल रंग के सिंग्नल, झंड़े कपड़े वस्तुओं का सांकेतिक रूप से प्रयोग किया जाता है। नारंगी तथा पीताभ लाल केसरिया आदि रंगों की तरुंगगति लाल रंग की अपेक्षा कम होती है किन्तु इन रंगों के भी प्रभाव गर्म हो तथा ये ऊष्मा के प्रतीकात्मक रंग है। ये ओज, तेज, ज्ञान,

INTERNATIONAL JOURNAL of RESEARCH –GRANTHAALAYAH
A knowledge Repository
Art

बुद्धि, मेघा, प्रताप, त्याग, बुद्धि, जोश, उत्साह, आशा, गर्मी, उजाले, गुलाबी, मौसम, चमक आदि के प्रतीक है। ये मात्र इनके प्रतीक ही नहीं अपितु इनका प्रभाव हमारे मन पर ऐसा पड़ता है कि मन प्रसन्नता से भर जाता है अतः हँसी खुंशी के मौको पर इन रंगों का प्रयोग करने से अनुकूल प्रभाव पड़ता है। केसरिया रंग त्याग का प्रतीक है यही कारण है जब चित्रों में त्याग के, साधुतत्व के भाव प्रदर्शित करने हों तो केसरिया, नारंगी इत्यादि रंगों का प्रयोग किया जाता है। साधु संतों की वेशभूषा भी केसरिया नारंगी वर्ण की होती है। तेजस्विता के भावों को प्रदर्शित करने के लिये देवताओं अथवा महापुरूषों के सिर के पीछे ताप रहित ऊष्मा वाला पीला सूर्य तेजचिन्ह के रूप में दिखाया जाता है। इससे वह आकृति अन्य साधारण आकृतियों से अलग हो जाती है। प्रातः कालीन आकाश को भी उजाले से भरा तथा गर्म का आभास दिखाने के लिये आसमान नारंगी पीलें रंगों आदि की तानों से बनाया जाता है। इतने सौन्दर्यपूर्ण गगन के दर्शन से मन प्रसन्नता से भर उठता है। होली जैसे त्यौहारों आदि के उत्साह प्रदर्शन में इन रंगों का विशेष योगदान हैं।

पीले तथा नीले रंग के संयोग से हरा रंग बनता है। ठंडे रंगों की ही श्रेणी में ही नीले रंग का प्रमुख स्थान है। इस रंग का प्रभाव शीतलता दायक है। किसी बड़े नीले क्षेत्र को देर तक देखा जा सकता है। जैसे नीला आकाश, नीले और श्यामल रंग के काले बादल, नीले गगन के प्रतिबिम्ब वाला जल, नदी, समुद्र इत्यादि। नदियों में पड़ने वाली हरीतिमा की परछाई तथा गगन की परछाई ये नीला हरा रंग उत्पन्न होता है जो असीमित सौन्दर्य और शीतलता का प्रतीक है नीले रंग अन्य भी बहुत से मनोवैज्ञानिक प्रभाव है, यह विशालता सम्पूर्णता एवं राजसीपन का भी प्रतीक है। जैसे कि रॉयल ब्लू रंग, नीले तथा लाल रंग के मिश्रण से जो वर्ण बनते हैं – वे हैं – बैंगनी, जामुनी, प्याजी इत्यादि। ये वे रंगते हैं तो नीले तथा काले रंगों को आसपास लगाने पर रात्रि, रहस्य, डर, भय, रोमांच, दुःख के वातावरण तथा भावों की अभिव्यक्ति होती है। बैंगनी रंग राजसी रंग भी हैं। राजा महाराजाओं की वेशभूषा में प्रयुक्त करने पर यह रंग राजसी प्रभाव उत्पन्न करता है। ऐसे रंग शक्ति, प्रतिष्ठा, निकटता तथा एकान्त का बोध कराते हैं।''काला रंग प्रकाश को विकीर्ण नहीं करता अतः सीमित क्षेत्र में प्रयुक्त होने पर वह आकर्षण का विषय हो सकता हैं किन्तु अंधकार का रंग होने के कारण यह निराशा भी उत्पन्न करता हैं।''2''प्राचीन भारतीय नाट्यशास्त्रों में रंगों का विवेचन कुछ भिन्न रूप में हुआ हैं। इसके प्रायः दो आधार ग्रंथ है – नाट्यशास्त्र एवं चित्रसूत्र।''3

पीला रंग – गर्म रंगों की श्रेणी का है। इसकी तरंग गति नारंगी की अपेक्षा कम होती है इसका सीधा प्रभाव हमारे स्नायुओं पर पड़ता है। प्रायः पुष्प भी पीले रंगों की अनेक तानों में होते हैं। सोने का रंग भी पीला होने के कारण यह रंग धन, ऐश्वर्य, लक्ष्मी, प्रकाश के साथ गौरव का प्रतीक है। इसके प्रभाव भी मन में प्रसन्नता लाने वाला तथा निराशा को दूर करने वाला होता है। अतः निराशाजनक स्थितियों में आसपास ऐसे रंगों वाले चित्र लगाना तथा वातावरण में रहना अच्छे मनोवैज्ञानिक परिणामदायक होगा। पीले रंग को कम या अधिक मात्रा में मिलाकर लाल नीले में मिलाकर अनेक मनभावन रंगतें प्राप्त होती हैं। हरा रंग ठंडे रंगों की श्रेणी में आता है देखने पर इसका प्रभाव शीतलता दायक है। नेत्रों को शीतलता देने के कारण ही जब हम प्राकृतिक स्थानों पर जाते हैं तो वहाँ ठहर जाने का मन करता हैं। ग्रीष्म ऋतु से घबराकर शीतलता पाने के लिये ही लोग बगीचों, हरे भरे पर्वतों तथा घाटी वाले क्षेत्रों की ओर गमन करते हैं। हरा रंग शीतलता के साथ–साथ, नेत्र रंजकता, प्रजनन, विकास, हरीतिमा, प्राकृतिक सुषमा का भी प्रतीक है। यह उष्ण रंग लाल एवं नारंगी तथा पीले के साथ लगाने पर और भी खिल उठता है और नेत्रों के सुखद अहसास देता है। पीले पुष्प प्रायः बसन्त ऋतु में खिलते हैं। अतः बसन्त एवं नवीनता का प्रतीक है। शहरी वातावरण से ऊबे हुए तथा रोगी लोगों को इस प्रकार के हरे–भरे पुष्पित बगीचों में जाने की सलाह भी प्रायः चिकित्सक रोगियों को दिया करते हैं। पीले रंग का हरे रंग में संयोग करने से अति सुन्दर धानी हरे रंग जन्म लेते हैं। इनसे वातावरण खिल जाता है।नाट्य शास्त्र में विभिन्न रसों के रंगों का भी उल्लेख हुआ है। श्रंगार रस को श्याम, हास्य को श्वेत, करूण को कपोत वर्ण, रौद्र को रक्त, वीर को गौर, भयानक को कृष्ण, वीभत्स को नील तथा अद्भुत को पीत वर्ण कहा गया हैं।''4भरतमुनि ने विभिन्न मनुष्यों की आयु एवं प्रकृति के विचार से भी रंगों का निर्देश किया हैं। यहाँ यह कहना अति आवश्यक है कि उम्र या परिस्थितियों के अनुसार वर्णाभिरूचि में अन्तर होता रहता हैं। चित्रसूत्र में श्वेत, पीत, रक्त, नील एवं कृष्ण आदि पाँच रंग माने गये है। इस ग्रंथ में रंगों को जो निर्देश विभिन्न रसों के प्रसंग में हुआ है, उसका सम्बन्ध उसके मनोवैज्ञानिक प्रभाव से है।

''श्रृंगार रस को श्यामवर्ण कहा गया है और विष्णु इसके अधिदेवता माने जाते है। विष्णु तथा उनके अवतारों के जिस वर्ण को 'मेघनील' कहा गया है, वह वस्तुतः गाढ़ा नीला ही है। आधुनिक मनोविज्ञान ने यह सिद्ध कर दिया है कि अधिकांश पुरूषों को नीला रंग अधिक प्रिय होता है। हास्य का वर्ण श्वेत है, सात्विक गुण भी श्वेत वर्ण को होता है। मन की निश्छलता के साथ हास्य रस के साथ श्वेत वर्ण की संगति बैठ जाती हैं। **करूण रस** को **कपोत वर्ण** कहा गया है। किसी पदार्थ के जल जाने पर जो राख शेष रहती है उसका भी यही रंग होता है। प्रिय के अनिष्ट की आशंका का भाव छिपा रहने पर करूण रस का यही वर्ण उचित है। **रौद्र रस** का **रक्त वर्ण** है इसका स्थाई भाव क्रोध है। क्रोध के आवेश में मुख लाल हो जाताहै। अतः क्रोधपूर्ण

INTERNATIONAL JOURNAL of RESEARCH –GRANTHAALAYAH
A knowledge Repository
Art

आवेश उत्पन्न होने पर लाल रंग की उपस्थिति स्वाभाविक ही है। **वीर रस** को **गौरवर्ण** कहा गया है। विश्वनाथ ने गौर के स्थान पर हेय वर्ण का उल्लेख किया है।[7] वीर रस का स्थाई भाव उत्साह और उत्साह में उज्जवलता का भाव छिपा है। **भयानक** रस का **कृष्ण वर्ण** हैं। भय के कारण बुद्धि कुंठित हो जाती है और मनुष्य को कुछ भी नहीं सूझता। सर्वत्र अहंकार निराशा ही दिखायी देते है अतः काला रंग इसके बहुत उपयुक्त हैं वीभत्स रस का नीला वर्ण माना जाता है। नीले रंग की तरंग लम्बाई सबसे कम है एवं यह किसी भी प्रकार की उत्तेजना देने में असमर्थ है। घृणा भी मन को वस्तुओं से दूर हटाती है। **अद्‌भुत** रस का रंग **पीला** है। यह अत्यन्त उज्जवल एवं प्रकाशयुक्त होता है। पीला रंग जगमगाहट का वातावरण उत्पन्न कर देता है जिससे आश्चर्य का भाव उदय होता है। **शान्त** रस **श्वेत वर्ण** हैं निलिप्तता, निर्मलता एवं ज्ञान के प्रकाश की अभिव्यक्ति में यह बहुत उपयुक्त हैं।

रंगों का ज्ञान नर की अपेक्षा नारी को अधिक होता है। कुछ सरकारी नौकरियों में रंगों का ज्ञान बहुत आवश्यक है। इसके द्वारा अभ्यर्थी की रूचि एवं मनोविज्ञान को जानने की कोशिश की जाती है रेल तथा जहाज की नौकरी में रंग के ज्ञान पर अधिक बल दिया जाता है। सिंग्नल के लाल और हरे रंग को पहचानना बहुत आवश्यक है। इस क्षेत्र में रंग की भूल से असम्भूत अनर्थ हो सकते हैं। चमकदार रंग छोटे बच्चों तथा स्त्रियों को बहुत आकर्षक होते है। वृद्ध लोग हल्के रंगों को अधिक पसन्द करते है। गर्म देशों के निवास हल्के रंग और ठंडे देशों के निवासी गहरे रंग को अधिक चाहते हैं। प्रत्येक रंग का एक विशेष गुण होता है। विख्यात दार्शनिक फ्रायड ने कहा है कि कला दमित वासनाओं की अभिव्यक्ति है। अतः जब कोई अपने अवचेतन में दबे भावों को अभिव्यक्त करता है तो बिना बोले ही रंगों के प्रतीकात्मक प्रयोग से सफल हो सकता हैं। जहाँ रंग महत्वपूर्ण होते है वहाँ रूप गौण हो जाते है। रंग तथा तूलिकाघात ही पर्याप्त होते है अभिव्यक्ति के लिये।
इस प्रकार हम देखते हैं कि चाहे आधुनिक मनोवैज्ञानिक इस बात को सिद्ध करें रंगों के मनोवैज्ञानिक प्रभाव मानव जीवन को प्रभावित करते है तथा हमारी दिन प्रतिदिन की दिनचर्या में सम्मिलित रहते है अथवा प्राचीन ग्रन्थों नाट्यशरूत्र, चित्रसूत्र इत्यादि में वर्णित रसों के प्रति स्थाई भावों के उद्दीपन में सहायक वर्णो की कल्पना को साकार करके देखे इतना तो निश्चित है कि रंग हमारी विचारधारा, भावों, मनोविकारों को अत्यन्त प्रभावित करते हैं तथा उन्हें अभिव्यक्ति करने में सहायक है रंगों के उचित तालमेल से जीवन को सकारात्मक बनाया जा सकता हैं।

सन्दर्भ सूची

1. *झा चिरंजी ला, कला के दार्शनिक तत्व, पृ. 33।*
2. *अग्रवाल गिर्राज किशोर, कला समीक्षा, पृ. 47*
3. *वही, पृ. 46*
4. *कुवंर राजेन्द्र सिंह, सरस्वती मासिक, अप्रैल 1940, पृ. 388–390*
5. *भरतमुनि, नाट्यशास्त्र 23 (74–79)*
6. *चौहान, प्रो. नरेन्द्र सिंह – सौन्दर्यशास्त्र तथा प्रयोगात्मक मनोविज्ञान, समालोचक, मासिक – सौन्दर्यशास्त्र पृ. 111*
7. *साहित्य दर्पण, 3 (232)*
8. *अग्रवाल गिर्राज किशोर, कला समीक्षा, पृ. 48*
9. *झा चिरंजी लाल, कला के दार्शनिक तत्व, पृ. 34*