

Mûcizevî Renkler

Yaşam sürdürdüğümüz şu kâinatta her şeyin bir sebep sonuç ilişkisi içinde var olduğunu biliyoruz. Muhtemeldir ki, evrendeki çoğu şey bizim bilmediğimiz bir özelliğe sahip. Ancak bizler hayatı hızlıca yaşarken bunları gözden geçiriyoruz. Bazen fark edebilmemiz için elimize bir fırsat geçiyor ancak sadece bakıyoruz. Bakmak ve görmek... Birbirleriyle ilişkileri olsa da aslında ikisi de bambaşka kelimeler. Bakmak için göz yetiyor belki ama görmek için fazlası gerek; yürek, vicdan, akıl, sezgi, bilgi. Kum saatindeki taneler çok gözükebilir lakin ters çevirdiğimizde hızlıca akarlar. Her an az az ölüyoruz ve bu güzellikleri görmek için ne kadar zamanımız var, bilmiyoruz. Bu sebeple her zaman gözümüzün önünde olan bir şeye dikkat çekmek istiyorum; renkler.

Dünyaya gözlerini açtığı ilk günlerde bebekler, renkleri fark edip birbirinden ayırt edemezler ve neredeyse sadece siyah, beyaz ve gri tonlarında bir görme yeteneğine sahiptirler. Renkleri ayırt edebilmemiz için retina konisi ile beyinden gelen sinyallerin uyuşması gerekir ancak yeni doğmuş bir bebekte bu sinyallerin uyuşması için belli bir zaman ve olgunlaşma gerekmektedir. Ancak bebekler doğumdan sonraki ikinci ayda yeşil ve kırmızı rengi, daha sonraları ise mavi ve sarı rengi ayırt etmeye başlarlar. Bu renkleri bizim gördüğümüzden daha soluk bir şekilde algırlarlar. Bebekler arasında fark etmekle beraber genelde on sekizinci aydan itibaren renkler bir anlam kazanmaya başlıyor ve yaklaşık otuz altıncı ayda tamamen renkleri kavramış oluyorlar.

Renkler hayatımızın her alanında çok güçlü bir köprü niteliğindedir. Ancak pek çok kişi renklerin psikolojik ve fiziksel etkilerinden bîhaberdir. Hepimizin sevdiği ve/veya sevmediği renkler vardır. Hangi rengi beğenip beğenmeyeceğimize nasıl karar veriyoruz? Bir rengi görsel olarak hoşumuza gittiği için mi severiz sadece yoksa renklerin anlamları karakterimizle bir ahenk içerisinde olduğu için mi? Bunun için renklerin temeline yani ışığa bakmalıyız. Işık en basit tanımıyla şekli ve rengi oluşturan bir tür elektro manyetik enerjidir. Bu enerji nesnelere yansıyor gözümüz tarafından algılandığında ışığı görmüş oluruz. Düşük frekanstaki ışıkları kırmızı, yüksek frekanstaki ışık dalgalarını ise mor renk olarak tanımlarız.

Işık ışınlarının birbiriyle karşılaşması, emilmesi ve yansımadaki farklılıklar koyu renk ve açık renk farkını oluşturur ve her rengin kendine has bir emme ve yansıtma özelliği vardır. Özetle ışık ve renk birbiri ile ilişkilidir. Örneğin sarı bir kalem, tüm ışığı emer ve yalnızca sarı rengi yansıtır bu yüzden onu sarı renk olarak görürüz. Batı dünyasında ışık, görme ve renk konusundaki ilk bilimsel çalışmaları yapan İngiliz fizikçi Isaac Newton (ö. 1727) renkleri şu şekilde tanımlamıştır: “Işık bir kristal ya da su damlalarından geçip beyaz renge dönüşür. Beyaz renk kırılır ve tayf renkleri oluşturur. Bunlar kırmızı, turuncu, sarı, yeşil, mavi, çivit mavi ve mor. Siyah ise renklerin hepsinin emilmesiyle, kaybolması ile oluşur.”

İnsanların renklere karşı olan ilgileri çok eski tarihlere kadar uzanmaktadır. Milattan önce 1550 yıllarında renklerin tedavi amaçlı kullanıldığını gösteren papirüsler olduğu bilinmektedir. Huneyn b. İshak ve İshak el-Kindî’den itibaren İslam düşünürleri, Antikçağ Yunan düşüncesinde ışık ve görmeyle ilgili bilimsel çalışmaları, Aristoteles’in De Anima (Ruh Üzerine) adlı eserindeki fikirlerini, Öklid’in teorilerini incelemiş, yorumlamış ve renklerle ilgili önemli ilerlemeler kaydetmişlerdir. İbnü’l Heysem, İbn Bâcce, İbn Rüşd, Kemaleddin el-Fârîsî gibi İslam düşünürleri kendilerinden öncekilerin görüşlerini inceleyerek optik, görme ve renkler gibi konularda önemli mesafeler katetmişlerdir.

Renkler, canlılar için bir enerji kaynağıdır. Bundan dolayı doğru zamanda ve doğru yerde doğru renkleri kullanmak gerekir. Renkolog Hatice Kunt renklerin canlılar üzerindeki etkisini şu cümlelerle anlatmaktadır: “Ben aynı zamanda bir çiftçiyim. Kırklareli’ndeki çiftliğimizde Holstein cinsi ineklerimiz var. Yazın çok iyi süt vermelerine rağmen kışın süttten aldığımız verim düşmüştü. Bunun üzerine ben de ineklerimin baharı duyumsamaları için ahırın bir duvarını yeşil renge boyadım. Böylece ineklerin kendilerini yeşil çayırlarda hissetmelerini sağlamayı amaçladım. Bir süre sonra yüzü yeşil duvara dönük olan ineklerimin günlük süt verimlerinin toplam on litre arttığını gördüm. Bunu İl Tarım Müdürlüğü’nde anlattığım zaman bana bir başka çiftçinin de ineklerine yeşil camlı gözlük takarak ineklerin adaptasyonunu kolaylaştırdığını söylemişti. İlginç ama çok faydalı bir yöntem değil mi ?”

Her renk bir takım tedavi edici ve dengeleyici unsurlar taşır. Bazı renkler beynimizin sahip olduğu yüksek frekansları daha rahat etkileyebilirken bazı renkler vücudumuzdaki düşük frekanslı bölgeleri daha iyi etkileyebilir. Renkler insanın kendi kimliğini ortaya çıkarmasına da yardımcı olur. Farkında olmadan seçtiğimiz renklerin sahip oldukları bir enerji vardır. Açık ve koyu tonlarıyla her ana renk ve ara rengi yeteri kadar kullandığımız zaman

olumlu etkilerini hissederiz. Fazla kullandığımız zaman da olumsuz etkilerini. Bu olumsuz etkiyi nötrlemek için tamamlayıcı bir renk yahut o renge zıt bir renk kullanmamız gerekir.

Renklerin tedavi edici özelliğini kullanabilmek için öncelikle onları iyi tanımamız gerekir. Renkleri üç temel grupta ele almak mümkündür. Birinci grubu oluşturan renkler sarı, kırmızı ve mavidir. Bunlar ana renklerdir ve bu üç rengi kullanarak diğer tüm renkleri elde etmek mümkündür. İkinci grup renkler ise turuncu, mor ve yeşildir. Bunlarda ara renk olarak adlandırılmaktadır. Üçüncü grup ise birinci gruptan bir renk ve ikinci gruptan bir rengin birleşmesi ile oluşur.



Temelinde kırmızı olan renkler, fiziksel bedeni etkiler ve vücut ısısını yükseltirler. Temelinde mavi olan renkler serinletici ve arındırıcı özellikler taşıdığı için daha çok ruhsal anlamda bizi etkilerler. Temelinde sarı olan renkler ise fiziksel ve ruhsal dünyalarımız arasında bir köprü görevi yaparlar. Beyaz renk kişinin enerji sistemini temizler, yaratıcılık duygularını açığa çıkarır. Birlikte kullanıldığı renklerin etkilerini artırır. Siyah renk çok duygusal tepkiler gösteren kişilerin sakinleştirilmesinde önemli bir yere sahiptir. Siyah renk başka renklerle birlikte kullanıldığında daha faydalı olmaktadır.

Kırmızı, vücut sıcaklığını arttırmak ve kan dolaşımını hızlandırmak için uygun olan bir renktir. Ayrıca duygusallığın da rengidir. Ancak aşırı dozda uygulandığı takdirde duygusal düzensizliklere ve depresyonlara yol açabilir. Turuncu, neşe ve bilgelik rengi olarak bilinmektedir. Daha çok sinir sistemi, kas sistemi üzerinde etkilidir. Sarı renk, mide, bağırsak rahatsızlıkları üzerinde etkilidir. Yeşil renk sakinleştirici bir özellik taşımaktadır. Kalp rahatsızlıkları, göğüs hastalıkları üzerinde etkilidir. Yeşil renk ile ilgili unutulmaması gereken en önemli şey, yeşil renk her türlü büyüme ve ilerlemeyi hızlandırdığı için kanser ve tümör gibi hastalıkları iyileştirmek amacıyla asla kullanılmamalıdır. Mavi, genelde boğaz

hastalıklarının (tiroid) tedavisinde kullanılmaktadır. Ayrıca sezgileri güçlendirir ve üzüntü duygusunu hafifletir.

Çivit mavi, beynin sağ lobu ile sol lobu arasındaki uyumu etkilemektedir. Bu renk yüz ile ilgili tüm hastalıkların tedavisinde kullanılmaktadır. Çivit mavisi, sezgileri ve bilinçaltındaki duyguların üzerinde büyük bir etkiye sahiptir. Hislerimizi ve mantığımızı birleştirmemizi sağlar, anlayışın rengidir. Beyni dinlendirmek için kullanılır. Mor renk ise vücudun iskelet yapısını etkiler. En önemli özelliklerinden birisi, kanser türlerinin tedavisinde kullanılmasıdır. Bunlara ek olarak mor renk, insanlardaki rüya aktivitelerini de geliştirir. Yaşlılar, Alzheimer hastaları mor renk kullanarak hafızalarını diri tutabilirler.

Renkleri ne kadar tanırsak psikolojik ve fiziksel tedavi etkisini de bir o kadar arttırmış oluruz. Vücudumuzda enerji merkezlerinin buldukları bölgelerde elektromanyetik ışınlar daha yoğun bir hal alır ve bu bilimsel olarak kanıtlanmıştır. İşte bu noktalara yapılan tedaviler özellikle ruhsal dünyamız ile bağlantılıdır. Bu enerji merkezleri için Sanskritçe kökenli bir kelime olan “chakra” kullanılmaktadır. Çakra kelimesi dilimizde “çark” veya “çember” anlamına gelmektedir. Renklerle yapılan tedavilerde çakra tedavisinin yanında renk tedavisinde hava ve suyun kullanımı, renk projeksiyonu, uzaktan renk tedavisi, dokunarak renk tedavisi, kinesiyojoloji (kas hareketlerinin incelenmesi) gibi tedavi yöntemleri de mevcuttur.

Son olarak Renkolog kimdir bundan bahsedelim. Renkologlar kişinin rengini bularak onun hangi renkler ile daha kolay yol alabileceğini söyleyen kişilerdir. Mesela bir renkolog karşısındaki kişi hangi renge sahip ise o kişiye uygun bir meslek tavsiyesinde bulunur. Kişinin isim analizi sonrası ortaya çıkan kişilik özelliklerine göre hangi rengin kullanımını artırması yahut azaltması gerektiği konusunda da kişiye tavsiyelerde bulunur. Kısaca renkologlar, hayatın her alanında bireyin renklerle ilgili tüm ihtiyaçlarına cevap vermeye çabalayan kişilerdir. Özetle dendiğinde, renkler fark edilmeyi ve anlaşılmayı bekleyen gizli hazinelerdir. Eğer onları iyi bir şekilde tanıyabilirsek bu hazinelerle hayatımızı daha huzurlu bir şekilde yaşayabiliriz.