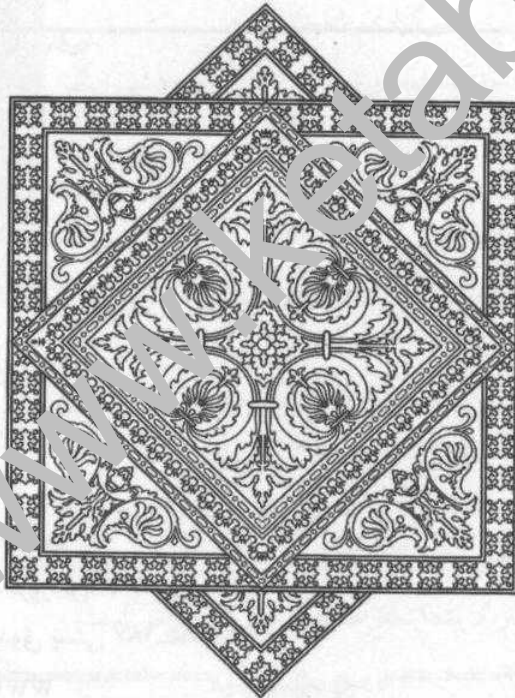


خواب‌های طلایی

تجربه رنگ آمیزی خلاق و آرامش بخش
با عاشقانه‌های علیرضا بهرامی



گردآوری: فاطمه فرقانی



عنوان و نام پدیدآور	خواب‌های طلایی: تجربه رنگ آمیزی خلاق و آرامش‌بخش با عاشقانه‌های علیرضا بهرامی / گردآوری فاطمه فرقانی.
مشخصات نشر	تهران: آرادمان، ۱۳۹۵.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۸۰۹۹-۳۴-۵
مشخصات ظاهری	۶۰:ص.
موضوع	شعر فارسی — قرن ۱۴
موضوع	۲۰th century — Persian poetry:
موضوع	شعر سپید — قرن ۱۴
موضوع	۲۰th century — Blank verse:
موضوع	کتاب‌های رنگ‌آمیزی
موضوع	Coloring books:
رده بندی دیویی	۸۱۱/۶۲:
بندی کنگره	۱۳۹۶: ۹خ۴/PIR۸۳۳۵
سرشناسه	بهرامی، علیرضا، ۱۳۵۶ -
شماره افز	فرقانی حقیقی، فاطمه، ۱۳۵۸ - گردآورنده
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
شماره کتابشناسی ملی	۴۶۱۶۶۳۰:



انتشارات آرادمان

خواب‌های طلایی

تجربه رنگ آمیزی خلاق و آرامش‌بخش با عاشقانه‌های علیرضا بهرامی

- ◆ ناشر: آرادمان
- ◆ گردآوری: فاطمه فرقانی
- ◆ نوبت چاپ: اول - فروردین ۱۳۹۶
- ◆ نشانی: تهران صندوق پستی ۱۳۳۵۵-۱۸۷

www.aradman.ir

- ◆ تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه
- ◆ قیمت: ۱۲,۰۰۰ تومان
- ◆ چاپ و صحافی: کارنگ

Instagram & telegram:
@aradmanpub

ISBN: 978-600-8099-34-5

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۰۹۹-۳۴-۵

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 در این هنر تردی کشف شود.

این طرح‌ها طوری طراحی شده‌اند که انگار عشق را، هم در داخل و هم در خارج خطوط جست‌وجو و در نهایت 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 به‌وجود می‌آورد؛ فرصتی تا سرکشی روح را با خیال‌انگیزی چنان درآمیزیم که انگار آهوی خوش نقش و نگار و چابکی را 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 تنش، 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 زیباترین و هنرمندانه‌ترین شکل، ترسیم شده است.

این الگوهای دلربا به زندگی ما رنگ دیگری می‌دهند و جریان دیگری می‌بخشند. دنیا را شگفت‌انگیزی می‌سازند که انگار عینیت یافتن خیال‌های ماست. آهسته آهسته ما را به جایی می‌رساند که تا به حال خود را در این قدر به رؤیاهایمان 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.

