

## La percezione visiva

La percezione visiva è quel complesso fenomeno che ci consente di entrare in contatto con la realtà circostante e di comunicare con essa attraverso l'esperienza dei cinque sensi.

Questi dipendono dai cosiddetti “**ricettori di distanza**”, delegati alla conoscenza di oggetti distanti, ovvero occhi (apparato visivo), orecchi (apparato uditivo) e naso (apparato olfattivo), e “**ricettori di vicinanza**” come pelle e gusto, che permettono la conoscenza di oggetti vicini.

In questo complesso sistema di comunicazione tra uomo e realtà circostante, oltre ai cinque sensi intervengono altri fattori come organi di senso ulteriori che riguardano ad esempio lo studio del comportamento come gestualità.

L'occhio non è innocente e passivo come la macchina fotografica che registra ogni particolare con eguale fedeltà. La visione dice Rudolf Arnheim è “...un'esplorazione attiva”, è inoltre altamente selettiva in quanto l'occhio e il cervello eseguono delle campionature selezionate dell'ambiente. Per percepire i singoli particolari, è necessario mettere a fuoco con entrambi gli occhi. L'ambiente, gli oggetti e i fenomeni che lo compongono, non sono percepiti pezzo per pezzo ma globalmente come un tutt'uno. E questo “tutt'uno” è irriducibile alla sola somma dei suoi elementi costitutivi.

La messa a fuoco fisica corrisponde ad una messa a fuoco mentale, **l'attenzione**. Per fortuna, grazie all'esperienza già acquisita, possiamo in ogni momento dare già per letta una gran parte del mondo.

La visione non inizia mai dai particolari, il primo sguardo che rivolgiamo ad un ambiente è sempre di carattere globale a cui segue una rapida ricognizione di tipo analitico ed un successivo sguardo globale.

**La globalità è l'attributo primario della percezione.**

“**Vedere**” equivale dunque a **pensare** e a **conoscere**: si vede quello che si sa, ovvero il bagaglio di esperienze, il sapere di un individuo condiziona fortemente la sua visione del mondo.

Al di là delle caratteristiche psico-fisiche delle singole persone, sono determinanti nella percezione visiva le specifiche situazioni spazio-temporali, le diverse epoche storiche e i luoghi geografici di appartenenza.

La percezione visiva è un'attività soggettiva non solo perché condizionata dall'esperienza ma anche dalla personale realtà interiore di colui che guarda e dalla sua immaginazione che contribuiscono al suo modo di vedere.

La percezione visiva è dunque un'attività creativa da cui ha origine la produzione artistica.

## Il linguaggio come sistema di segni

La **comunicazione** tra organismi è uno scambio d'informazioni, di sensazioni che avviene mediamente il linguaggio.

Definiamo il **linguaggio** un codice, un sistema che serve appunto a trasmettere, conservare, elaborare l'informazione.

Tale sistema è costituito da un insieme di simboli, o segni, che nel caso del linguaggio verbale sono i suoni, o fonemi, cui per convenzione corrispondono le lettere dell'alfabeto, mentre nel **linguaggio visivo** (il **linguaggio per immagini**) sono i punti e le linee raggruppati a formare, anziché le frasi, superfici e figure.

Per combinare tra loro i segni di un codice ci avvaliamo di specifiche regole grammaticali o sintattiche che devono essere conosciute sia dall'emittente sia dal destinatario, o la comunicazione non può aver luogo.

Il messaggio è la sequenza di segni o di simboli (parole, scritte, immagini, segnali luminosi...) scelti appositamente dall'alfabeto di un codice e ordinati secondo le regole di quel codice, al fine di ottenere il significato voluto.



*Due esempi di messaggio visivo*

Per “**comunicazione visiva**” si intende il tipo di comunicazione che avviene tramite le immagini: esse non corrispondono alle sole forme della realtà oggettiva, ma anche quelle di una realtà da noi creata.

Distinguiamo una comunicazione di tipo casuale da una intenzionale.

Il segnale di pioggia imminente dato da un gruppo di nuvole scure, le impronte sul terreno che indicano il passaggio di un animale sono comunicazioni casuali; i “famosi segnali di fumo” degli indiani costituiscono invece un codice, in quanto sono segni prodotti con un fine preciso (trasmettere un certo messaggio) e dunque intenzionali.

“Il modo in cui una persona gira lo sguardo sul mondo dipende sia dalla sua conoscenza del mondo sia dai suoi scopi, cioè dall’informazione che ricerca”  
(J. H. Hochberg).

### Il colore e i nostri stati d’animo

*Secondo la cromoterapia, i **colori** influenzano sentimenti ed emozioni e possono mutare i nostri stati d’animo.  
I **colori** parlano di noi.*

Nella vita quotidiana, ognuno di noi ha delle preferenze verso alcune tonalità, che possono cambiare a seconda del temperamento o dello stato d’animo.

Studiosi ed esperti ritengono che prediligere un **colore** piuttosto che un altro denota specifiche caratteristiche psichiche e comportamentali.

Secondo la cromoterapia il **colore** è fonte straordinaria di energia, e può essere utilizzato sotto la prospettiva di un benessere globale.

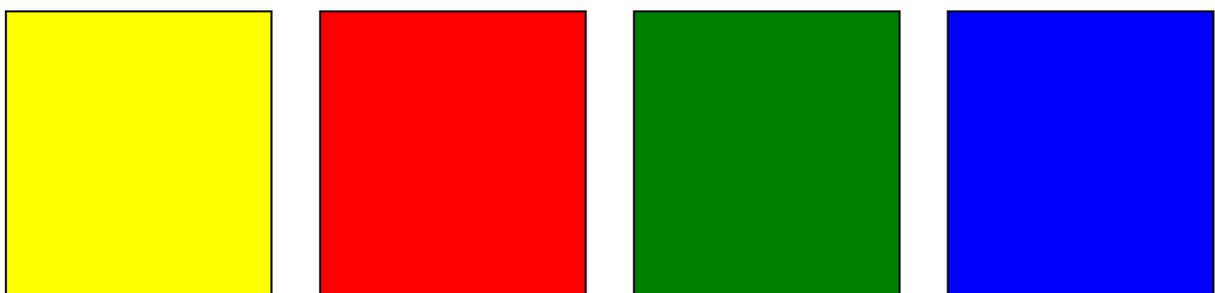
Il principio è che i nostri organi e tutto il nostro corpo vibrano con intensità e frequenze corrispondenti a determinati **colori**.

In concreto si può dire che la malattia corrisponda ad un turbamento di armonia dell’organismo e dia luogo a vibrazioni “anomale”.

Il **colore**, che dai cromoterapeuti viene somministrato sotto forma di un raggio di luce e quindi come un’onda elettromagnetica, può influenzare positivamente le nostre vibrazioni, ripristinando gli equilibri originari.

La medicina alternativa ha messo a punto varie tecniche per indagare attraverso i **colori** alcuni aspetti del carattere.

Un test molto conosciuto è il *test di Luscher* basato sull’osservazione di quattro **colori** base, **giallo**, **rosso**, **verde** e **blu**. Bisogna osservare i quattro colori senza lasciarsi influenzare da oggetti preferiti. La scelta va fatta d’impulso, senza riflettere, sulla base del “*mi piace, non mi piace*”.



Chi sceglie il **giallo**:

è un individuo che tiene alla propria libertà interiore, che conserva gelosamente la propria indipendenza e tende a evolversi continuamente. Dotato di spiccata creatività e fantasioso, ama circondarsi di belle cose.

Difetti possibili:

irresponsabilità o perfezionismo.

Chi sceglie il **rosso**:

non ha cedimenti, va dritto per la sua strada sicuro e determinato, con una buona fiducia nelle proprie capacità.

Non sta mai fermo, è dinamico e vulcanico, reattivo di fronte alle difficoltà.

Difetti possibili:

megalomania o autocommiserazione.

Chi sceglie il **blu**:

è una persona misurata, che sa controllarsi anche nelle situazioni più imprevedibili. Si adatta con facilità, è serio, modesto e possiede un forte senso di giustizia.

Difetti possibili:

abnegazione eccessiva o insoddisfazione di sé.

Chi sceglie il **verde**:

è una persona con una buona autostima, che ha chiaro il senso della propria identità. Il carattere deciso, senza incertezze, favorisce la costanza e la saldezza delle convinzioni.

Difetti possibili:

presunzione o insicurezza.

## *VERDE*

Il colore della natura, della salute...

Kandinsky afferma “Il **verde** assoluto è il **colore** più calmo che ci sia. Non si muove, non esprime gioia, tristezza, passione, non desidera nulla, non chiede nulla...”

Di **verdi** ce ne sono tuttavia milioni. Tanto per cominciare, è un **colore** bivalente: esprime tranquillità, ma anche gelosia e freschezza.

E' il più visibile ma anche il più mimetico.

## MODI DI DIRE NELLA LINGUA ITALIANA

*L'erba del vicino è sempre più verde...*(certo, il meglio tocca sempre agli altri)

*Mia moglie ha il pollice verde...*(brava in giardino ma si spera anche in cucina)

*Sua sorella è verde dall'invidia...*(la rabbia produce bile che tinge di un **colorino** non troppo sano)

*Essere al verde...*(la cicala ha sperperato tutti i suoi quattrini)

*Abbiamo più "verdoni"...*(dal **colore** dei dollari)

*Verde è speranza...*(abbondiamo con questo **colore**, non si sa mai)

Il **verde** è un **colore** secondario, dovuto all'unione di due **colori** primari il giallo e il blu. Ondeggia dunque fra due poli: energia e calma, positività e pragmatismo, rinascita e decadimento.

E'quello che si suole dire un **colore** neutro, perfetto in ogni situazione...come il prezzemolo.

Il **verde** è il **colore** della rinascita, della serenità, della perseveranza e della stabilità.

Secondo la psicologia del **colore**, le persone che amano il **verde** godono di un ottimo rapporto con se stesse e, per questo, sono dotate di un invidiabile autostima.

## LA STORIA E IL COLORE

Gli antichi egizi, i greci e romani, maestri nell'impiego della cromoterapia (la medicina integrativa che utilizza i **colori** per aiutare corpo e mente a ritrovare l'equilibrio naturale), praticavano l'elioterapia (esposizione alla luce del sole) per curare molti disturbi.

Il nostro corpo è in grado di assorbire i **colori** in diversi modi: attraverso la luce solare, che li contiene tutti, attraverso gli abiti, ma anche attraverso la visualizzazione del **colore** o le radiazioni luminose.

Chi soffre di cuore, per esempio, potrebbe ricorrere a un "bagno di luce **verde**" per riequilibrare l'organo vitale per eccellenza.

## COLORE E SALUTE

Gli effetti del **verde** sull'organismo sono sorprendenti.

Colore terapeutico per antonomasia, dotato di ottime proprietà riequilibranti, si rivela utile per la cura dello stress, dell'ansia, dell'iperattività, della cefalea e di alcune forme di insonnia.

Chi lo utilizza in casa porta sicuramente beneficio.

Il **verde** rinfresca la mente e genera equilibrio psichico.

## IL VERDE NEL CIBO

Per assicurarsi una buona dose quotidiana di **verde**, sulla nostra tavola non dovrebbero mai mancare tutti quei cibi ricchi di clorofilla, carotenoidi e acido folico: preziosi alleati con azione antiossidanti sul nostro organismo.

Il carotenoide, oltre a difendere le cellule dall'invecchiamento, aiuta anche a prevenire alcuni tipi di tumore.

Sì, dunque, a piatti a base di broccoli, spinaci, asparagi, carciofi e zucchine.

A colazione, per fare un pieno di energia e di potassio, si dovrebbe iniziare la giornata con kiwi e uva bianca.

Anche il tè verde è ottimo per le sue proprietà e per l'alta concentrazione di polifenoli, vitamina C e magnesio, che regola la pressione dei vasi sanguigni stimolando l'assorbimento di calcio, fosforo e potassio.

## BIBLIOGRAFIA

C. Drosera. A. Zanin "Disegno" Ed. Principato