

УДК: 159.913

*Дзегеленок*

*Н.П.*

*студентка*

*2 курс Финансовый университет при Правительстве РФ*

*Россия, г. Москва*

*Лёвина М.Д.*

*студентка*

*2 курс Финансовый университет при Правительстве РФ*

*Россия, г. Москва*

## **ВЛИЯНИЕ ЦВЕТОВ И АРОМАТОВ НА ЧЕЛОВЕКА НА ПРИМЕРЕ ИММЕРСИВНОГО СПЕКТАКЛЯ RESET 2.0**

*Аннотация. В статье мы проанализируем влияние цветов и ароматов на человека до данного спектакля и после, во время которой он духовно и ментально обогащается. Рассказывается информация про каждый залы этого спектакля. Цепочка прохождения и изменение состояния от первобытного к совершенному.*

*Ключевые слова. Цвета, ароматы, влияние, человек, духовность, чакры, медитация.*

*Dzegelenok N.P*

*2st year student Financial University under Government of Russian*

*Federation*

*Russia, Moscow*

*Levina M.D.*

*2st year student Financial University under Government of Russian*

*Federation*

*Russia, Moscow*

## **THE INFLUENCE OF COLORS AND AROMAS ON A PERSON ON THE EXAMPLE OF THE IMMERSIVE PERFORMANCE RESET 2.0**

*Annotation. In this article, we will analyze the influence of colors and scents on a person before this performance and after, during which he is spiritually and mentally enriched. Information about each hall of this performance is given. The chain of passing and changing the state from primitive to perfect.*

*Keywords. Colors, aromas, influence, man, spirituality, chakras, meditation.*

Проект RESET исследует, как цвета, звуки и запахи влияют на наше эмоциональное состояние и могут изменять его в лучшую сторону. Также, вы можете взаимодействовать со всеми объектами в каждом из пространств на площадке, что дает проекту статус иммерсивного. Таким образом, в каждом из пространств у вас будет возможность вынести для себя новый эмпирический опыт, пережить определенное состояние и осознать себя по-новому.

Данный спектакль включает в себя прохождение 7 пространств, которые соответствуют 7 цветам - от красного до фиолетового (по чакральной системе). Соответственно, в каждом пространстве сделан акцент на определенную часть тела, на определенное состояние, на определенную энергию.

Цель проекта RESET - дать вам возможность буквально собрать себя воедино. Здесь начинается свой путь: в красном пространстве - первобытное состояние, дикое, здесь испытываются чистые эмоции, так называемые животные инстинкты. И заканчивается путь в фиолетовом пространстве; фиолетовая чakra связана с головой, это уже совершенное состояние. И таким образом, собрав себя воедино, в последнем

пространстве у вас будет как возможность и некий внутренний ресурс, так, самое главное, желание посмотреть на себя более внимательно и попытаться понять себя и свои эмоции лучше и глубже, чем ранее.

В современном динамичном мире люди постоянно ощущают давление со стороны. Приспосабливаясь под окружающую среду, мы становимся механизированными в плане эмоций, чувств и восприятия собственного «я». Однако каждая машина имеет кнопку «включить» и «выключить». Она же, как правило, при определенных условиях имеет важную функцию «перезапуска системы». Человеку же такой простой механизм перезагрузки недоступен. Из-за этого истощаются эмоциональные и физические ресурсы, что приводит к бесконечным стрессам и психологическим проблемам.

Красный цвет по теории цветотерапии соотносится с ногами, поэтому в красном пространстве главная задача посетителей состоит в том, чтобы сконцентрироваться на ногах. Специально для этого мы создали систему лабиринтов и подиумов, чтобы вам пришлось обратить внимание на то как и куда вы наступаете. Подиумы подскажут, как правильно дышать, когда подиум расширяется – нужно делать вдох, когда сужается – выдох.

Оранжевая чакра у нас находится в паховой области - низ живота, бедра, а сам цвет отвечает за удовольствие - сексуальное удовольствие, удовольствие от жизни в целом. Соответственно, все объекты в оранжевом пространстве призваны вызвать у вас положительные эмоции и приятные ощущения.

Большую часть оранжевого пространства занимает золотой нитевой лабиринт - вы можете гулять по нему даже с закрытыми глазами, если пожелаете. Также представлены тактильные ящики, подтверждающие статус иммерсивности залов. На аромабаре представлены шесть уникальных ароматов, созданных специально для проекта RESET ольфакторной художницей Анной Сивачевой. В отличие от обычных

парфюмеров, чья цель - создать коммерчески успешный аромат, ольфакторные художники работают с различными запахами как с инструментом воздействия на наше эмоциональное состояние. Все ароматы сладкие и призваны воскресить воспоминания детских праздников, летних беззаботных каникул, проведенных под палящим солнцем в кругу родных. Взаимодействие с ароматами формирует положительный облик прошлого, мысль о том, что несмотря на множество трудных моментов, в жизни любого человека была масса приятных, счастливых и светлых дней. Именно на таких воспоминаниях и нужно сконцентрироваться посетителю.

Помимо более привычных для нас ассоциаций - с чем-то легким, солнечным, радостным и летним, желтый цвет также связан с нашими аналитическими способностями, а именно как мы воспринимаем реальность и себя в этой реальности. И в этом зале присутствуют две работы, которые помогут вам посмотреть на себя новыми глазами и, возможно, узнать себя с новой стороны.

Первая - медиаинсталляция Анастасии Скабелкиной. Проходя перед кинескопом в центре зала, мы попадаем в цифровую матрицу, где можем рассмотреть себя буквально со всех сторон. Здесь мы выступаем в роли случайного прохожего, который, не имея возможности с нами пообщаться напрямую, судит о нас только по нашим внешним признакам: одежде, движениям, мимике. Вторая работа - это инсталляция Анастасии Картузовой. Данная работа посвящена саморефлексии. Reflection в переводе с английского - «отражение». Взаимодействие с зеркалом играет существенную роль в жизни человека. Признание собственного отражения – индикатор самосознания, признания и согласия с собой. Внутри кубов помимо зеркал есть надписи, которые могло бы адресовать нам отражение, будь у него подобное право. Впервые при взаимодействии с отражением человек становится не субъектом, а объектом обращения. Отражение,

осознавая свою позицию подчиненного, огромную дистанцию и испытывая глубокое уважение, теперь может сказать посетителю самые важные, по его мнению, слова. Данная работа призвана навести на мысли об отношении к самому себе, об обсуждаемых с самим собой темах и возможности переосмысления устоявшейся модели общения с самим собой.

Зелёный цвет природы, свободы и плодородия. Зеленому отдают предпочтение, когда ищут внутренней размерности, уединения и сосредоточенности. Зелёный эффективен при бессоннице и хронической усталости, помогает сосредоточиться и освободиться от внутреннего напряжения. Созерцание красок природы способствует понижению давления.

В этом зале стоят 6 массажных кресел, чтобы дать возможность посетителям отключиться от «матрицы» обратить внимание на потребности своего тела и наконец-то дать ему расслабиться. В креслах мы можем почувствовать, что мы состоим из плоти и крови и нуждаемся в отдыхе. В виар-очках показывается бесфабульный фильм- абстракция, за которой весьма интересно наблюдать. Целью показа фильма является приостановка мыслительного процесса человека, таким образом посетители смогут лучше сконцентрироваться на физике своего тела. Следующее пространство, оно отдано сразу двум цветам - синему и голубому. Оба цвета отвечают за творчество: за то, как мы реализуем свой творческий потенциал, как мы идем к реализации себя в творческой или любой другой интересующей нас области и воплощению своих идей и мечт в реальность.

В синем пространстве мы предлагаем вам буквально заняться творчеством и снять короткое видео себе на память. По формату оно похоже на бумеранг-сториз в инстаграм - зациклено и несколько ускорено, длится 5 секунд. Но если, выкладывая в тот же инстаграм, мы так или иначе имеем

определенные ограничения/рамки (те же фильтры и маски, например), к тому же мы контролируем свой внешний вид и движения в зеркало или фронтальную камеру, здесь вы предоставлены только себе и своему воображению. Вы можете делать все, что угодно, раскрыться и отдаться творческому порыву. Цель в этом пространстве – увидеть себя со стороны, оценить и осознать степень требовательности к себе, объективность самовосприятия.

Голубое же пространство направлено на саморефлексию. На столе вы видите вопрос “Что вы должны себе?”, и он, конечно же, прежде всего о внутренних изменениях - в характере, в мировоззрении. Кому-то необходимо чему-то научиться (что-то добрать), кому-то - от чего-то, наоборот, избавиться (отпустить какие-то моральные грузы), чтобы не мешать себе раскрываться не только в рамках, например, съемки видео, но и в жизненных ситуациях. К сожалению, очень многие выбирают жить “плывя по течению” и в какой-то момент обнаруживают себя в болоте из пустых сожалений - “Ах, я хотел кем-то стать, но не стал”, “Ах, я хотел бы жить вот такой жизнью, но не живу” - как раз-таки потому, что где-то поленились, где-то испугались и сами себя затормозили в поворотный момент, не открылись новому. Но жизнь у нас одна, мы у себя одни, и крайне печально не дать себе прийти к лучшей версии себя и лучшей версии своей жизни, ведь мы этого определенно заслуживаем. Поэтому мы (в рамках проекта RESET) стараемся вас в творческой и легкой форме подтолкнуть к этому не всегда приятному, но очень важному разговору с собой (об изменениях в себе, о работе над собой).

В заключительном зале вам расскажут про фиолетовый цвет. Он сочетает в себе энергии двух абсолютно противоположных цветов – красного и синего. Красный является цветом силы, человеческой воли, агрессии, страсти, а синий наводит нас на мысли о свободе, чистоте, пустоте и творчестве. Фиолетовая чakra находится на самой высшей точке головы и

связывает человека с вселенной. Если оранжевый - цвет сексуальности, то фиолетовый - цвет возвышенных чувств.

Фиолетовое пространство - конечная точка терапии. Здесь в специальных капсулах человек может побыть наедине с собой, увидеть физическое очертание между миром суеты, забот и своим личным пространством. Это комната прощения и прощания, здесь мы можем принять свой жизненный опыт и с новыми силами двинуться вперед, к осуществлению своих планов, мечт и глобальных идей. Посетители могут побыть наедине с собой, даже если пришли в компании (для этого стоят шатры), понять, с чем они пришли на выставку и с чем уходят, осознать себя заново и тд и тп.

#### Источники:

1. Центр современного искусства. Иммерсивный спектакль RESET 2.0. [сайт] URL: <https://centermars.ru>
2. «Психология ароматов. Какой аромат выбрать и на что он влияет!». 2020. [сайт] URL: <https://zen.yandex.ru/media/id/5cb393bc56b8c500b7ad0de6/psihologiia-aromatov-kakoi-aromat-vybrat-i-na-chto-on-vliiaet-5e9d614edd625f3a39c00410>
3. Влияние ароматических веществ на психофизическое состояние человека [сайт] URL: <https://moluch.ru/young/archive/25/1498/>