

BEWELL Farben

FASZINATION FARBE

WIE WIR VON IHR BEEINFLUSST WERDEN UND WAS GOETHE DAMIT ZU TUN HAT

Text sandra.spiller@wellness-magazin.at



Die Menschen empfinden im Allgemeinen eine große Freude an der Farbe“, sprach Johann Wolfgang von Goethe, dessen Farbenlehre – eine der umfangreichsten der Geschichte – heuer ihr 200 jähriges Jubiläum feiert. Grund genug, einen Blick darauf zu werfen, wie Farben auf unser Wohlbefinden wirken. Wir haben nachgeforscht, wie Goethe die Wirkung der Farben beschrieb und welche Experten sich gegenwärtig mit dem Zusammenhang zwischen Farben und Wohlfühlen beschäftigen. Denn, unabhängig davon, ob uns eine Farbe gefällt oder nicht, hat sie immer einen ganz bestimmten Einfluss auf uns. Richtig interpretiert, können wir uns die positive Kraft der Farben für unsere Wohnräume zu Nutze machen.

Wahrnehmung und Auswirkung. Etwa 83 Prozent aller Sinneseindrücke erreichen Menschen über die Augen. Haben wir einmal eine Farbe wahrgenommen und verarbeitet, passiert auf unterschiedlichen Ebenen etwas. Eine dieser Ebenen ist die physiologische. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass alleine das Betrachten bestimmter Farben – je nach Farbsättigung und Dauer – einen Effekt auf unseren Körper hat: Sie wirken auf das Nervensystem, das Temperaturempfinden und den Kreislauf, können den Puls beschleunigen oder die Wundheilung verbessern.

Farben und Psyche. Besonders auf einer anderen Ebene, nämlich der psychologischen, entfalten Farben eine besondere Wirkkraft. Nicht umsonst finden sie in vielen psychotherapeutischen Richtungen Verwendung. Schon Goethe stellte bereits 1810 diese Form von Wirkung der Farben in den Vordergrund: seine Farbenlehre enthält neben der naturwissenschaftlichen Untersuchung von Licht und

»Rot gibt einen Eindruck sowohl von Ernst und Würde als von Huld und Anmut.«
Johann Wolfgang von Goethe



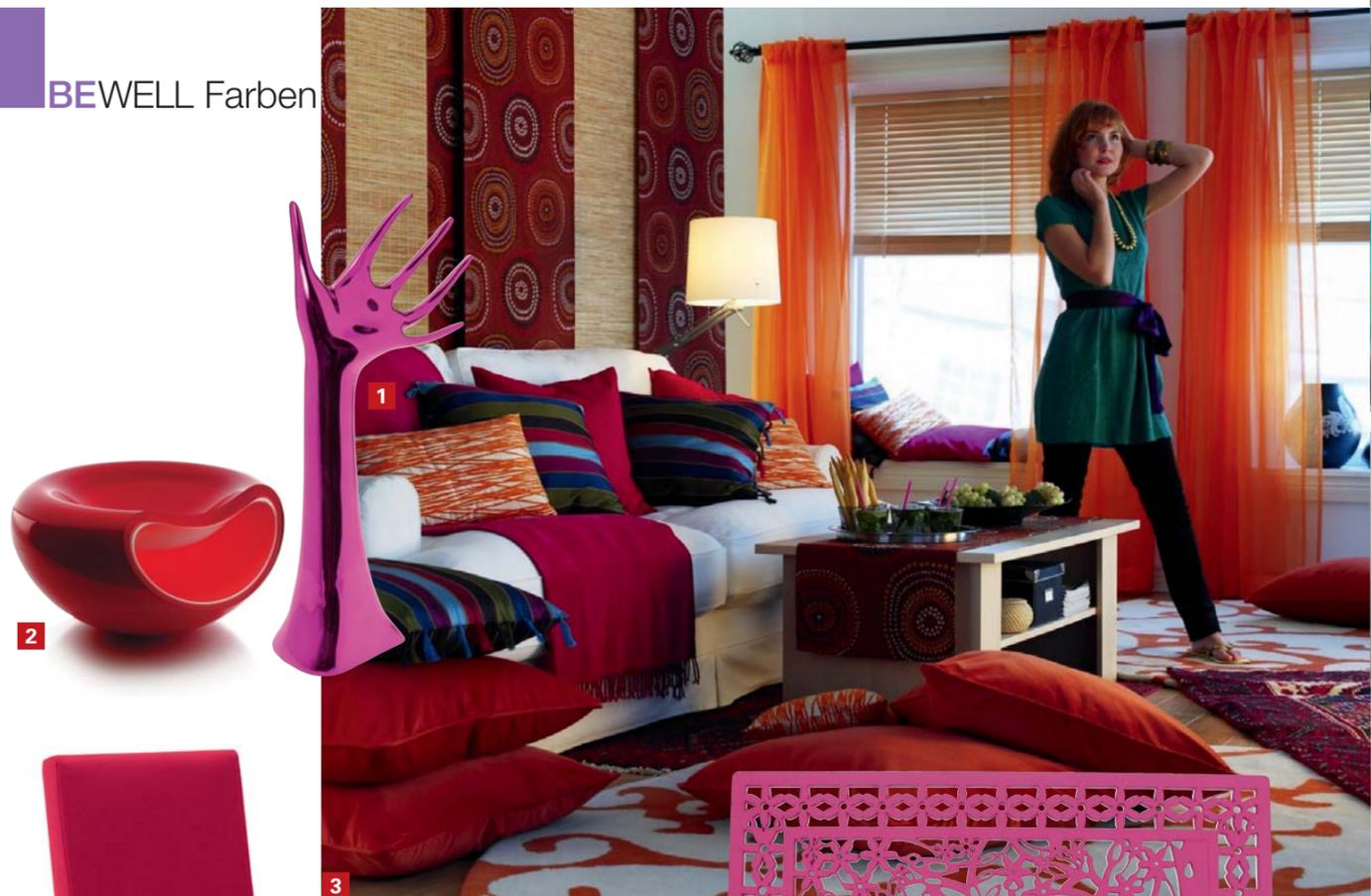
1

2

1. Farben und Nuancen gibt es zahlreiche – wer sich nicht entscheiden kann, wählt bunt, z.: von Kare 2. Kleine Farbtupfer für die Wohnung: bunte Lampenschirme

Fotos: © Gettyimages, Jan Thorbecke Verlag, Hersteller

BEWELL Farben



2



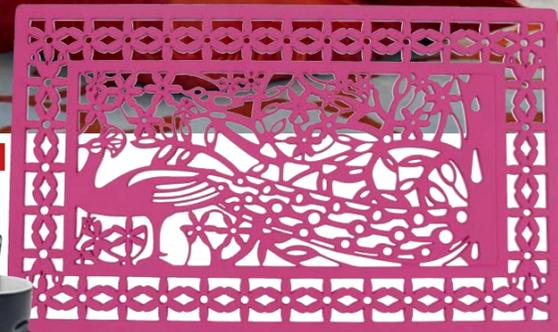
1



6



5



4



7



8

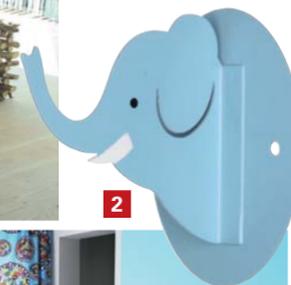
1. Deko von Kare 2. Schüssel von arshabitandi 3. Rote Elemente verleihen dem Raum Wärme, Bsp. von Ikea 4. Tassen in Rot, Kare 5. Pinkes von Lunoa 6. Sessel in Korallenrot von Cor 7 xPinkes Nachttischchen von Lunoa 8. Fauteil von Cor

den „farbigen Schatten“ auch Arbeiten zur „sinnlich-sittlichen Wirkung.“ Denn es stimmt tatsächlich: Farben können unser Wohlbefinden beträchtlich beeinflussen, bestätigt Farbberaterin Mag. Andrea Schmidt: „Farben können auf unser Stimmung einwirken, sie können ein Gefühl von Behaglichkeit oder eben das Gegenteil auslösen.“

Fernöstliche Inspirationen. Eines der bekanntesten Konzepte, das sich mit der Wirkung von Farben, Wohnen und Wohlbefinden beschäftigt, ist Feng Shui. Darin geht es – knapp zusammengefasst – darum, die Fünf Elemente (Feuer, Metall, Erde, Holz, Wasser) innerhalb der Wohnräume in Harmonie und damit das Qui (die Lebensenergie) in Fluss zu bringen. Die farbliche Gestaltung spielt eine große Rolle. Die Farbtöne werden den einzelnen Elementen zugeordnet und es wird auf ihre gleichmäßige Vertretung innerhalb der Räume geachtet. Sie können dabei je nach Himmelsrichtung günstige wie ungünstige Kombinationen einnehmen, seelische Verletzungen heilen helfen oder Glück versprechen. Energetische Farbberatung ähnelt diesem Konzept, befolgt aber nicht nur südöstliche Regeln, sondern geht von generellen Energiefeldern aus. Diese entstehen durch Lage, Bauweise und Einrichtung und können durch gezielte Raumharmonisierung in Einklang gebracht werden.



1



2



6

1. Dekoelement, erhältlich über Mädchenkram.de 2. Witzige Idee: Wandhaken in Elefantenform, von bertine.de 3.+4. Hellblaue Elemente lassen Räume leicht wirken und verleihen maritimes Flair, von Cor und Ikea 5. Kunstvoll verzierter Kerzenständer, Lunoa 6. Stehlampe von Ikea



5



4

»Blau macht für das Auge eine sonderbare und fast unaussprechliche Wirkung. Sie ist als Farbe eine Energie; allein sie steht auf der negativen Seite und ist in ihrer höchsten Reinheit gleichsam ein reizendes Nichts.«
Johann Wolfgang von Goethe

Ganzheitliche Farbberatung. In der jüngsten Vergangenheit etablieren sich unabhängig von asiatischen Einflüssen zunehmend ganzheitliche Farbberatungskonzepte. Diese beschränken sich nicht mehr auf die Kleidungs- und Stilberatung sondern nehmen Wohn- und Arbeitsräume in Angriff. Eine große Rolle spielt hier die Harmonie zwischen Farben, Formen und Materialien. Diese Komponenten werden individuell auf den Bewohner abgestimmt und seinen Bedürfnissen angepasst. Eine umfassende Beratung berücksichtigt, dass beim Wohnen alle Sinne angesprochen werden: Wir sehen, fühlen, schmecken, riechen und hören unsere Umgebung, also auch unsere Wohnung oder unseren Arbeitsplatz. Gleichzeitig fließt mit ein, dass die Woh-

Kolumne
ISS »goes« Hotel
 NEUER SERVICE FÜR DIE HOTELLERIE

ISS Facility Services, Österreichs führender **Komplettanbieter für alle Dienstleistungen rund ums Gebäude**, erweitert seinen Wirkungsbereich und bietet seine zahlreichen Services nun auch verstärkt großen Hotels an. Die Tochtergesellschaft ISS Hotel, SPA & Gastro Services GmbH übernimmt diese Aufgabe. „Einige Großprojekte, z. B. das Radisson Blu Palais Hotel Wien und das Park Inn in Wien und Linz konnten bereits als Kunden gewonnen werden“, strahlt der GF

der ISS-Tochter, Erich Steinreiber. Ziel von ISS ist es, unter der Bezeichnung „Integrierte Facility Services“ (IFS) das gesamte operative Management aller Nicht-Kernprozesse eines Unternehmens zu übernehmen.

Nähere Informationen erhalten Sie unter www.issworld.at oder unter **05 7400**

BE WELL Farben



1. Gelbe Wände für sonnige Stimmung, bilderwelten.net 2. Vorhang von Butlers 3. Bettwäsche von Ikea 4. Wandhaken von bertine.de 5. Designstuhl von Hay 6. Schüssel von arshabitandi 7. Teppich von Ikea 8. Kühlschrank in lindgrün, von Smeg 9. Teppich in senfgelb von Hay

»In Grün findet unser Auge eine reale Befriedigung. Deswegen für Zimmer, in denen man sich immer befindet, die grüne Farbe zur Tapete meist gewählt wird.«

Johann Wolfgang von Goethe

nung ein Ausdruck der eigenen Geschichte, des Stils und der Identität ist und die Individualität gewahrt werden sollte. Denn: Jeder Mensch hat andere Bedürfnisse und empfindet Farben unterschiedlich, wie Farbberaterin Schmitdt erklärt: „Ein kräftig gestrichener Raum kann sehr anregend wirken und fröhlich machen, bei jemand anderem aber eher dazu führen, dass Entspannung erschwert wird.“ Es lohnt sich also, sorgfältig und bewusst an die Farbgestaltung in Ihrem Zuhause heranzugehen, um die Kraft der Farbe effektiv zu nutzen. ■

Experteninterview

»Farben beeinflussen«

FARBBERATERIN MAG. ANDREA SCHMIDT

Wie findet man die „richtigen“ Wohlfühlfarben?

Ob wir uns mit einer Farbe wohl fühlen, hat auch viel mit unseren Erfahrungen, Erinnerungen und den damit verbundenen Empfindungen zu tun – aber natürlich auch mit der Mode und den Trends. Doch sollte man niemals einen Trend mitmachen, wenn man von der Farbe nicht vom Inneren her überzeugt ist.

Wie sieht eine Farbberatung für die Wohnung aus?

Bei einer persönlichen Wohnberatung werden vor Ort individuelle Farbkonzepte besprochen. Mit Farbkarten zeige ich Ideen und Stimmungen. Oft werden Farben geliebt, die aber optisch nicht zur Person passen und daher in der Kleidung nicht optimal sind – aber vielleicht ideal fürs Wohnen. Außerdem müssen natürlich auch die Bedürfnisse aller Mitbewohner berücksichtigt werden. www.farbebewegt.at