

StadtZeit

KASSEL
MAGAZIN

Informations- und
Kommunikationsforum für
Kassels innovative Seiten
No. 66 • Jahrgang 12
Feb/März 2015

HAUS UND GARTEN

WIE GEWOHNT
WIR BRAUCHEN ALLE FARBEN



GESUND LEBEN
Vom Trampelpfad zur „Daten-Autobahn“

ESSEN & GENIESSEN
„Politisch bleiben wir neutral!“

StadtZeit-Serie
BAUKULTUR KASSEL
2. Beitrag von G. Greiner und A. Reichel

„Wir brauchen alle Farben!“

Auf jeden wirken sie anders und sie sind so etwas wie ein Lebenselixier: die Farben um uns herum. Sie sind Teil der Natur, wie wir Menschen. Eine ausgewogene Versorgung mit den natürlichen Grundfarben fördert die Gesundheit.

Von Gabriela Wolf

Farbe ist nicht nur der Eimer Wandfarbe für die Renovierung oder das gelbe Auto vor der Tür. Farbe ist Material und gleichzeitig Wirkung, physikalisch und psychisch, untrennbar mit Licht verbunden. Denn vor allem sind Farben elektromagnetische Schwingungen, die wir sehen können. Jede Farbe hat eine eigene Frequenz und eine damit verbundene ganz spezifische Wirkung. Licht ist ein Grundbedürfnis aller Lebewesen. Alle Energie, die wir über die Nahrung in unseren Körper aufnehmen, kommt von der Sonne. Da im Sonnenlicht alle Farben enthalten sind, gehören auch die Farben zu unseren elementaren Bedürfnissen. Wir kennen das aus der Erscheinung des Regenbogens. Dass unser Körper z.B. Vitamin C braucht, um sein Immunsystem zu stärken, ist heutzutage für fast jeden eine Selbstverständlichkeit. Das heißt, für dieses Thema es gibt mittlerweile eine gewisse Sensibilität. Doch wer sensibilisiert uns für Farben, die uns von Geburt an ungefragt unser gesamtes Leben begleiten? Vor dem Hintergrund individueller Erfahrungen und Sozialisationen wirken Farben natürlich auf jeden anders.

Wir sind als Menschen Teil der Natur, auch wenn wir uns immer mehr davon abzukoppeln scheinen. Also sind wir per se mit den Farben verbunden.

Hier sehr verkürzt als Beispiel die vier in der Natur vorkommenden Grundfarbtöne:

ROT ist die Urfarbe. Sie erzeugt eine hohe Aufmerksamkeit, weil Blut rot ist und instinktiv als Warnung vor Gefahr eingeordnet wird. Sie ist die Farbe starker Emotionen. Die Liebe wird mit Rot assoziiert, aber auch der Zorn.

GRÜN wiederum, als Hauptfarbe der Vegetation und Symbol für Werden und Vergehen ist ein Synonym für Hoffnung. Die Bäume erzeugen den Sauerstoff, der unsere Atmung nährt. Dadurch wirkt Grün beruhigend und ausgleichend.

BLAU ist der Himmel. Der spiegelt sich im Wasser, im Meer, und wirkt so beruhigend durch die Assoziation mit Unendlichkeit. Der tiefblaue Himmel ist der Zugang zu einem dahinter liegenden Kosmos, dessen Teil wir als Lebewesen sind. Blau führt nach innen, man kann sie auch als Farbe der Seele bezeichnen.

GELB steht für die Sonne und das Licht, das wir zum Leben brauchen. Nur durch Licht können wir, wie gesagt, überhaupt Farben wahrnehmen und z.B. notwendige Hormone produzieren. Warmes Gelb erzeugt Freude.

Sehnsucht nach Schönheit, Harmonie, Liebe, Sicherheit

Man könnte diese Grundgedanken weiterführen und gewissermaßen als einen gemeinsamen Nenner beschreiben, den wir als Menschen haben. Erstmal mögen wir alle einen blauen Himmel; bis auf diejenigen unter uns, die aufgrund von Erfahrungen genau damit etwas Unangenehmes in Verbindung bringen. Zu alledem kommen noch die Farb-Komponenten warm/kalt, hell/dunkel. Und schon ist man ganz schnell bei unzähligen Farbnuancen.

Unsere Sinneserfahrungen und Erinnerungen sind meist unbewusst in Kombination mit Farben verknüpft. Auch unser individuelles Temperament reagiert entsprechend. Das heißt, bestimmte Farben können uns anregen, beflügeln - andere hemmen oder ängstigen, ohne dass wir dies bewusst einordnen können.

Es sei denn, wir entwickeln nach und nach dafür ein Bewusstsein. Studien belegen, dass wir nur fünf bis zehn Prozent von dem wahrnehmen, was um uns herum passiert. Und von diesen fünf bis zehn Prozent nehmen wir ca. 80 Prozent über unsere Augen wahr - wir Sehenden sind sehr auf unsere optische Wahrnehmung fixiert. Das heißt, 95 Prozent Wahrnehmung spielen sich unbewusst ab.

Ganz instinktiv wollen wir es schön und heil haben. Wobei, wie gesagt, vor allem unser Unterbewusstsein alles um uns herum wahrnimmt und entsprechend einordnet. Also was nehmen wir wie wahr?

Geht es z. B. bei meiner Arbeit darum, ein heilungsförderndes Umfeld zu ermöglichen, begleitet mich dieses tiefe Verständnis während meiner Gestaltungs-kompositionen. Mein Medium dafür ist die Farbe. Was nicht automatisch „Bunt“ im üblichen Sinn bedeutet und daher eine hohe Sensibilität erfordert.

Ich entwickle einen stimmungsvollen Farbklang, der Vertrauen, Sicherheit und Wohlfühl im Raum fördert. Er bietet Orientierung und ermöglicht damit Eigenständigkeit und Regeneration. Besonders in Gesundheits- und Sozialeinrichtungen brauchen wir ein Gefühl des Wohlbefindens. Die Versorgung des natürlichen Bedürfnisses nach Schönheit und Harmonie stärkt die mentale Befindlichkeit und die positive Energie, welche wiederum die Selbstheilungskräfte aktiviert.

So wie der Mensch unter anderem Vitamine für sein Immunsystem braucht, sollte er auch mit den Grundfarben versorgt sein. Eine Farbe allein reicht nicht. Wir brauchen alle Grundfarben!

Die entscheidende Frage ist, wie viel und in welcher Kombination. So wie wir als Menschen verschieden sind, ist sie immer individuell.

Bei Farbgestaltungen gilt es, die Farbtöne zu harmonischen Kompositionen zusammenzustellen. Das heißt, alle Grundtöne, die wir zum Leben brauchen, sollten erfahrbar sein. Je nach Raum und Charakter einer Einrichtung und der sich dort aufhaltenden Menschen werden sie unterschiedlich gewichtet.

Natur mit changierenden Tönen

Schauen wir uns die Farben der Natur an, stellen wir fest: Sie verändern sich permanent!

Das Grün sich ständig im Wind bewegender Blätter changiert im Zusammenspiel mit Licht und Oberflächenbeschaffenheit in den verschiedensten Tönen.

Das Blau des Himmels besteht je nach Tageszeit, und Sonnenintensität aus vielen unterschiedlichen Aspekten, die ganz anders, aber trotzdem immer Himmelblau sind. Ebenso verhält es sich z. B. mit Blumen und allen in der Natur vorkommenden Dingen. Die Farben, die wir daher kennen, haben diesen lebendigen Charakter. Eine monochrome Farbschicht nährt unsere Sinne von Natur aus nicht ausreichend!

Einfach nur eine Wand farbig zu streichen, wie viele Menschen das in ihren Wohnungen machen, kann also nicht die Lösung sein. Vielmehr gilt es, eine dynamische Farbgebung zu schaffen, die sich an den oben beschriebenen Prozessen in der Natur anlehnt. Menschen, die sich viel in der Natur bewegen, sind oft ausgeglichener als andere...

Z. B. Farblasuren, die in mehreren Schichten oder in einer Mischtechnik auf die Wand gebracht werden, kommen da eher in Frage. Der Markt bietet inzwischen diesbezüglich viele Möglichkeiten für diejenigen, die sich damit einmal ausprobieren möchten. Tapeten spielen ebenso mit Farben, Formen und Struktur. Klar ist auch: In einer dunklen Wohnung lässt sich mit Farbe nicht so viel machen.

Die Farbe braucht das Licht, so wie die Natur und wir Menschen das Licht zum Leben brauchen. Künstliches Licht kann hierbei helfen, aber auch hier gibt es einige Dinge zu berücksichtigen, um der natürlichen Wirkung nahezukommen. Setzen wir uns so bewusst mit Farbe auseinander, stellen wir fest, dass wir darüber manipuliert werden können oder sollen. Werbeagenturen, Medien und Verkaufsstrategen verwenden Farbe für ihre Zwecke vollkommen anders. Es ist also sehr wichtig, sich auch für solche Aspekte zu sensibilisieren und sich mit der Wahrnehmung und der Bedeutung der Wirkung von Farben auseinandersetzen.

Also Achtung: der Frühling naht, die Renovierungslust steigt :)



Gabriela Wolf ist freischaffende Künstlerin und Expertin für heilungsfördernde Wand- und Raumgestaltung. Ihre Leidenschaft liegt im genauen Erspüren von Räumen, ihren besonderen Anforderungen und den Bedürfnissen der sich darin Aufhaltenden. Im Mittelpunkt steht dabei immer der Mensch mit seiner Sehnsucht nach Schönheit, Harmonie, Liebe, Sicherheit.

