

## Die FarbLichtPyramide

## Farbe ist Leben

### Geschichte, Psychologie und Bedeutung der Farben

„Die Menschen empfinden im Allgemeinen eine große Freude an der Farbe. Das Auge bedarf ihrer, wie es des Lichtes bedarf.“ Goethe

Nicht von ungefähr finden wir in unserer Sprache Redewendungen, die Gefühle und Zustände mit Farben verknüpfen:

Wir sehen ROT vor Wut, werden GRÜN oder GELB vor Neid und Eifersucht, machen manchmal BLAU oder sind BLAU nach einer durchzechten Nacht. Man verspricht uns das BLAUE vom Himmel und wir sind so BLAUäugig und glauben das – oft sind wir da noch GRÜN hinter den Ohren. Wenn wir nicht alles durch die ROSAROTE Brille sehen, haben wir die nackten Tatsachen SCHWARZ auf WEISS. BUNTE Hunde oder BUNTE Vögel halten nichts vom GRAUEN Alltag. SCHWARZE Katzen, die von links kommen, bringen Unglück, das glauben zumindest jene, die immer SCHWARZ sehen. Das GELBE vom Ei allerdings ist ein Volltreffer. So bringt uns der Volksmund die ganze BUNTE PALETTE der Bedeutung von Farben nahe. Manchmal wird es uns aber doch zu BUNT!

Die Wirkung von Licht und Farbe auf Psyche und Körper wird in der Alternativmedizin und in der klassischen Medizin genutzt: z.B. zur Stärkung des Immunsystems, in der Schmerztherapie (Infrarotlampe), bei Gelbsucht von Säuglingen oder in der Behandlung von Depressionen. Das ist deshalb möglich, weil das Auge nicht das einzige Organ ist, das auf Farbe reagiert. Unsere Haut, der gesamte Körper (vor allem unser Drüsensystem) reagieren auf Farben – wie in zahlreichen wissenschaftlichen Untersuchungen aufgezeigt wird. So hat der deutsche Arzt und Forscher Dr. Scheurle mittels eigens gebauter Farbkammern nachgewiesen, dass Menschen z.B. auf ROT zunächst mit einer Steigerung aller Lebensfunktionen reagieren (wie erhöhter Blutdruck, erhöhte Pulsfrequenz), auf BLAU mit einer Verlangsamung. Blinde Menschen, deren Tastsinn stärker ausgeprägt ist als der Sehender, empfinden Rot meist als „abstoßend“ d.h. „wegdrückend“, Blau als „anziehend“. Aber auch sehenden Menschen rückt Rot mehr auf den Leib, wohingegen Blau ein Gefühl der Weite vermittelt. Instinktiv halten wir von roten Flächen mehr Abstand als von blauen. Farben wirken auf verschiedenen Ebenen. Einerseits auf der Ebene unserer Instinkte: Rot z.B. wird von unserem Urwissen her immer auch mit Feuer und Blut assoziiert – daher versetzt es uns in „Alarmbereitschaft“ und bewirkt erhöhte Aufmerksamkeit. Eine andere Ebene ist die kulturelle – in China z.B. ist die Farbe Gelb heilig, daher kommt ihr hohe Bedeutung zu. Die dritte Ebene ist schließlich unsere ganz individuelle Einstellung zu und Erfahrung mit Farben. Blau kann z.B. deshalb abgelehnt werden, weil wir in der Schule eine blaue Schuluniform tragen mussten. Wenn wir wissen, wie Farben wirken, können wir sie daher ganz gezielt in unserer Umgebung, in unserer Wohnung, in der Kleidung einsetzen.

Stille

Ort der Entspannung

Raum im Raum

Inspiration

vollkommene Harmonie

Farbe und Form

Sitzen Liegen Entspannen

Geborgenheit

Ruhe

Sammlung

Liegen lassen

Sein