

Newsletter - JUNI 2010

Sonne und das blaue Meer

Über die Bedeutung der Farbe Blau

Das Wort „Blau“ stammt vom althochdeutschen "blao" und steht für „schimmernd, glänzend“. Blau war eine der kostbarsten Farben, denn um früher Blau herzustellen, waren kostbare Edelsteine nötig, die aufwendig zerrieben werden mussten. Man nannte diesen Edelstein „blauen Stein“ („Lapis Lazuli“). Da es diesen Stein damals nur im Norden von Afghanistan in einer guten Qualität gab, waren die Menschen gezwungen, diesen Stein über das Meer nach Europa zu transportieren. Später nannte man die Farbe, die sich daraus herstellen ließ, „Ultramarin“ („übers Meer“).

Ein anderer Farbstoff zum Färben in Blau war das aus Indien stammende „Indigo“. Mit dem Import des indischen Indigos wurde der leuchtend blaue Farbstoff auch zum Blaufärben von Arbeitskleidung („blauer Anton oder auch Blaumann“) benutzt. Noch heute werden die Blue Jeans, die ursprünglich als Arbeitshose für die Goldgräber in Kalifornien erfunden wurden, mit Indigo gefärbt.

Im mitteleuropäischen Raum wurde der etwas weniger intensiv färbende einheimische „Färberwaid“ verwendet. Zur Herstellung des Farbstoffes wurden die Blätter des Färberwaides in Kübeln mit menschlichem Urin vergärt. Durch die Zugabe von Alkohol wurde der Gärungsprozess verstärkt. Da Alkohol aber teuer war, trank man viel, um den Alkohol im Urin anzureichern. Zum Färben der Stoffe wurden diese meist sonntags für mindestens zwölf Stunden in das Färbebad eingetaucht. Die blaue Farbe auf den Textilstücken ergab sich jedoch erst, wenn diese längere Zeit an die Luft gehängt wurden. Immer wenn die Färbergesellen am Montag betrunken daneben lagen, um auf das Ergebnis zu warten, wusste jeder, dass blau gefärbt wurde, die Färber waren „blau“ und machten „blau“. Der Begriff „blauer Montag“ findet hier seinen Ursprung.

Wissenschaftliche Definition: Blau ist der Farbreiz, der wahrgenommen wird, wenn Licht mit einer spektralen Verteilung ins Auge fällt, bei dem das Maximum im Wellenlängenintervall zwischen 460 und 480 nm liegt. Licht mit dieser Eigenschaft kann auch als Körperfarbe remittiert sein. Es gibt zwei blaue Grundfarben: Violettblau (B) und Cyanblau (C). Die Farbpfindung Violettblau entsteht durch ein Spektrum mit kurzwelligerem Anteil. Der Farbreiz des Cyanblau enthält einen mehr mittelwelligen Anteil.

Weitere Redensarten und Sprichwörter

- das Blaue vom Himmel herunter erzählen
- sich grün und blau ärgern
- blaues Blut in den Adern haben
- mit einem blauen Auge davonkommen
- ins Blaue raten
- ein blaues Wunder erleben
- blauäugig sein
- eine Fahrt ins Blaue machen

Symbolische und psychologische Bedeutungen: zuverlässig; ruhig; ordentlich; vertrauens- und glaubwürdig; strahlt Autorität aus; erweckt den Eindruck, dass man alles unter Kontrolle hat. Noch heute gilt die Farbe Blau als Farbe der Treue. Blaue Blumen wie Vergissmeinnicht, Veilchen oder Männertreu symbolisieren die Treue. Nach einem alten englischen Brauch trägt die Braut blaue Schleifen in ihrem Hochzeitskleid und einen blauen Saphir am Verlobungsring. Der Brautstrauß enthält winzige Blüten von blauem Ehrenpreis.

Natürlich hat Blau auch eine zweite Seite. Wolfgang Goethe schrieb: „Wie Gelb die nächste Farbe am Licht, so ist Blau ein Schleier des Schwarzen. Man kann sagen, dass Blau immer etwas Dunkles mit sich führe.“ Als facettenreichste Farbe steht Blau für einige weniger positive Dinge: Kälte, Einsamkeit, Sehnsucht, Lügen, Trauer, Schwermut und Undurchschaubarkeit. Mittelblaue Töne rufen hingegen

wieder die richtige Wirkung bei potentiellen Schwiegermüttern hervor, da Sie den Eindruck vermitteln, dass Sie auf deren kleinen Jungen aufpassen werden. Blau soll auch die Konzentration fördern und wach halten, weshalb es auch als der Kreativität förderlich gilt!

In orientalischen Ländern werden seit jeher die Türen und Fenster blau gestrichen, um auf diese Weise die guten Geister und Götter, die sich in den meisten Religionen im Himmel oder auf hohen Bergen jenseits der Wolken befinden, auf sich zu lenken. Im alten Ägypten war Dunkelblau die Farbe des Wassers und damit auch der Leben spendenden Nilgottheiten. Aufgrund ihrer Vorstellung, dass Blau eine wundersame Heilwirkung innewohnt, trugen die Ägypter blauen Schmuck. Bei besonderen festlichen Gelegenheiten trug der Pharao einen blauen Helm, um seine direkte Abstammung von den Göttern des Himmels zu dokumentieren. Auch in China symbolisiert Blau die Mächte des Himmels und der Unsterblichkeit. In Indien werden verschiedene Gottheiten mit blauem Kopf oder mit blauer Hautfarbe dargestellt. Ein in Blau gemalter Elefant gilt dort als das Zeichen für höchste Vergeistigung und göttliche Erleuchtung.

Die Farbe Blau soll Menschen in einen Zustand des Träumens versetzen können. Die Farbe stimmt sehnsüchtig, sie wirkt beruhigend und führt zu einer ernsthaften Sicht der Dinge nach innen – halten Sie kurz inne: Denken Sie an Sonne und das blaue Meer! Die Farbe Blau gilt als Farbe des Gemüts und stimmt positiv. Aus diesem Grunde sind unangenehme Dinge wie Strafzettel, Einzelfahrscheine oder „blaue Briefe“, welche die notwendige Wiederholung der Klassenstufe eines Schülers ankündigen, blau gefärbt. Das Blau bewirkt, dass die Botschaften leichter angenommen werden.

Aufgrund dieser positiven Wirkung ergibt sich die häufige Verwendung der Farbe Blau in der Werbung. Waschmittelfirmen suggerieren mit dem Blau Sauberkeit und Frische für weiße Wäsche, Getränkefirmen setzen die „blaue Wirkung“ der erquickenden Flüssigkeiten ein, um Kühle und Leichtigkeit zu vermitteln. Das Blau eines Weichspülers oder der Verpackung von Papiertaschentüchern soll die „Softwirkung“ der Produkte hervorheben.

Die Farbe Blau wird aufgrund seiner positiv beruhigenden und entspannenden Wirkung auch in der Therapie eingesetzt. Die Farbe eignet sich optimal, um inneren und äußeren Frieden zu finden, um Stress und Hektik abzubauen. Blau löst nervös bedingte Verkrampfungen, die Muskeln lockern sich und das Herz kann sich wieder beruhigen. Blau vermittelt die ausgleichende Energie, die unser Organismus benötigt, um den zunehmend hektischen Alltag ruhig und gelassen zu bewältigen. Blau wird in der *Farbtherapie* unter anderem zur Behandlung von Migräne, Halsbeschwerden, fieberhaften Erkrankungen und Rückenschmerzen eingesetzt. Als meditative Farbe lässt sich Blau zur Abkühlung vom Tagesstress, zur Regeneration und Erholung einsetzen.

Machen Sie heute schon Urlaub: Denken Sie täglich einige Minuten an Sonne und das blaue Meer! Dabei können Sie herrlich entspannen und sind wieder energiegeladener für den Rest Ihres Arbeitstages.

Ausblick/Veranstaltungen Juli/August

- **Newsletter – Juli/August: Jetzt geht's endlich in den Urlaub!!**
- **Privatärztliche Schmerzambulanz – Leitung Prim. Dr. Olaf Rossiwall**
- **Neu!!! Ambulantes und stationäres Angebot von Psychodiagnostik sowie Gedächtnistraining mittels RehaCom.**
- **Jeden Donnerstag 18:00 bis 19:30 Uhr Trainingsprogramm „Schmerz lass nach“ - mentale Schmerztherapie, Inst. Psychosomatik EMCO-Privatklinik – Anmeldung erforderlich**

Kontakt: Institut für Psychosomatik, EMCO-Privatklinik;
Martin-Hell-Straße 7-11; 5422 Bad Dürrenberg; www.emco-klinik.at
Leitung: Prim. Dr. Olaf Rossiwall
MMag^a. Annemarie Pleininger; Tel: 0676/6396902
e-mail: office@diepsychologin.info