

# Abenteuer

# FARBEN

vorher



nachher



Sängern geben sie Stimme, Bankern das Vertrauen der Kunden. Frauen finden durch sie zur Weiblichkeit, Männer bekommen Durchsetzungskraft. Die Farben der Kleidung beeinflussen nicht nur unsere Ausstrahlung, sie wirken auch tief in die Seele hinein.

nachher



vorher



Sommer

Sommertyp Hannah: »Noch fällt es mir schwer, mich mit den Sommerfarben anzufreunden. Aber ich fühle mich leichter und weicher in ihnen.«

Frühling

Frühlingstyp Michael: »Ich bin neugierig auf alles, was mit der Seele zu tun hat. Mit den richtigen Farben komme ich besser durch den Tag.«



vorher



nachher

## Winter

*Wintertyp Jutta:  
»Beim Fühlen meiner  
Farben sind bei mir  
ganz viele Bilder und  
Erinnerungen aufge-  
taucht. Ich finde diese  
neue Wahrnehmungs-  
art von Farben sehr  
spannend.«*



nachher



vorher

*Herbsttyp Louisa:  
Trägt von Geburt an  
ihre Typfarben.  
»In den Herbstfarben  
finde ich mich am  
schönsten.«*

## Herbst

**B**leichwer lastet das Tuch auf meinen Schultern. Es kratzt und beißt auf der Haut. Ich spüre einen Druck auf dem Kopf, das Atmen fällt mir schwer. Die Erfahrung ist frappierend: Mit geschlossenen Augen nehme ich die Wirkung einer Farbe wahr. Die Farbberaterin legt das nächste Stück Stoff um meine Schultern: leicht, kaum spürbar, umschmeichelt es meinen Hals. Zum Davonschweben schön, wie ein Stück Frühling. Zwei Erfahrungen, zwei Farben, und das bei gleicher Stoffqualität.

Nach dem Fühlen kommt das Sehen. Tatsächlich: Hart und kantig erscheint mein Gesicht, wenn ein

schwarzes Tuch auf den Schultern liegt; jede Falte ist sichtbar. »Schwarz zieht auf der Fühlebene Energie ab, optisch macht es Menschen unnahbar und distanziert«, erklärt die Farbfachfrau. Zartes Vanillegelb und Lachstone dagegen lassen mich frisch und warm wirken. Dazu ein passender Lippenstift, zierlicher Goldschmuck. Perfekt: Ich bin ein Frühlingstyp.

»Farben fühlen« heißt diese Methode. Sie ist eine Weiterführung der klassischen Farbberatung nach den vier Jahreszeiten-Typen, die auf die Erkenntnisse des Bauhaus-Grafikers Johannes Itten zurückgeht. Er



## Tipps und Adressen

### Wann kann eine Farbberatung sinnvoll sein?

- Wenn Sie den Wunsch nach Veränderung spüren oder Lust auf ein Stück Selbsterfahrung haben.
- Wenn Ihr Energiehaushalt nicht mehr stimmt und Sie zu aufgedreht oder zu müde sind.
- Wenn Sie sich bei Kleidungsstücken häufig »verkaufen«.
- Wenn Sie nach einem passenden Erscheinungsbild im Berufsleben suchen.

### Wer bietet Farbberatung an?

- Farb- und Stilberater mit unterschiedlichen Schwerpunkten findet man mittlerweile im Internet. Einige Anbieter verfügen bereits über ein überregionales Netzwerk. Hier einige Links:

[www.farbenfuehlen.de](http://www.farbenfuehlen.de): ganzheitliche Farbberatung nach Rita Münsterkötter (Foto oben); Farben werden erfühlt.

[www.indigo-farbberatung.de](http://www.indigo-farbberatung.de): ganzheitliche Farbberatung; Chakren-Farben werden einbezogen.

[www.typcolor.de](http://www.typcolor.de): Farb-, Stil- und Imageberatung für die Bereiche Leben, Wohnen, Business.

[www.farbberatung.ch](http://www.farbberatung.ch): Schweizer Anbieter, der mit einer Bioresonanzmethode, Bachblüten und Homöopathie arbeitet.

Für die Beratung dieser Anbieter übernehmen wir keine Gewähr.



## Schmink-Tipps

### ➔ **Dekorative Kosmetik**

ist das i-Tüpfelchen für ein harmonisches Erscheinungsbild. Sie muss jedoch richtig eingesetzt werden.

### ➔ **Make-up, Puder und Tönungscreme**

sind bei einer farbtypgerecht gekleideten Person nicht immer nötig. Denn die Hautfarbe im Gesicht wirkt dann automatisch natürlich, warm und frisch. Hilfreich sind Make-up, Puder und Tönungscreme jedoch zum Kaschieren von Hautunreinheiten, Couperose oder Hautflecken. Wer keine typgerechten Farben trägt oder tragen will, kann die Blässe im Gesicht so auffrischen.

### ➔ **Lippenstift und Nagellack**

sollten nur aus der Farbpalette des entsprechenden Typs genommen werden. Ein tief knallrot geschminkter Mund beim Sommer- oder Frühlingstyp mag zwar auffallen. Er zieht aber den Blick des Betrachters auf den Mund, nicht auf die gesamte Person.

### ➔ **Augen-Make-up**

Hier richten sich die Schminkfarben ebenfalls nach den typgerechten Tönen. Sie sind jedoch unabhängig von der Augenfarbe. So können Augen mit blauer Iris gut mit einem warmen Grünton kombiniert werden.

### ➔ **Beratung**

Einige Firmen wie z.B. Lavera führen zum Thema Schminken typgerechte Beratungen in den Geschäften durch. Fragen Sie Ihren Naturkosthändler nach Terminen.

*Frühling:*  
Warme,  
luftig-  
frische oder  
dezenate  
Farben.

*Sommer:*  
Kalte, erfrischende  
oder zurückhalten-  
de Farben.

hatte seine Studentinnen und Studenten Farbkompositionen malen lassen und dabei eine »merkwürdige Übereinstimmung des farbigen Gesichtsausdruckes mit den entsprechenden Farbakkorden« festgestellt. So wies z.B. der Farbklang einer hellblonden Schülerin mit rosafarbener Haut helle, reine Farben auf. Die dunkelhaarige Kommilitonin mit dunkler Haut und schwarzbraunen Augen dagegen griff intuitiv zu dunklen, kraftvollen Farben.

Für 3.000 Menschen, vom Säugling bis zum Rentner, von der Hausfrau bis zum Theaterdirektor, hat meine Farbberaterin bereits den Farbtyp durch Fühlen ermittelt und dabei entdeckt: Die richtigen Farben beeinflussen nicht nur die äußere Erscheinung eines Menschen, sie wirken bis tief in die Seele hinein. Kinder schla-

fen besser und sind ausgeglichener, wenn sie farbtypgemäß gekleidet, Bettwäsche und Zimmereinrichtung entsprechend abgestimmt sind. Schon Säuglinge sehen gesund und kräftig aus, wenn sie statt in weiße Windeln in typgerechte Farben gehüllt werden. Die Erklärung der Farbenspezialistin: »Die Kinder müssen dann nicht gegen eine Farbenergie ankämpfen, die ihnen widerstrebt.«

### Farben bringen Kraft

Und die Erwachsenen? 90 Prozent der Leute tragen angeblich nicht ihre Farben, kämpfen also tagtäglich unbewusst gegen die falsche Farbenergie. Bekommen sie die richtigen Töne umgelegt, kommt es zu erstaunlichen, teilweise heftigen Reaktionen: Gestresste fühlen sich entspannt,

## Gewinnen mit eve

8 große  
Hautpflege-Sets  
(Wert: je 78 €)



### »Age Protection« von LOGONA

»Schöne Haut ist keine Frage des Alters«, sagt Logona und hat eine Gesichtspflegeserie nach dem Prinzip Hauteigenkorrektur aufgelegt:

Age Protection Antifalten Fluid, Age Protection Strafungsgel, Age Protection Augen Fältchencreme, Age Protection Sanddorngel, Age Protection Feuchtigkeits-Packung und Age Protection Hydro Aktiv Ampullenkur. Beantworten Sie diese Frage: Wie hieß der Bauhaus-Grafiker, auf den die Farben-Typen-Lehre zurückgeht? Kennwort: »Farben«. Teilnahmebedingungen (Postkarte, Fax oder online) siehe Seite 48.



Herbst:  
Warme, glutvolle  
und behagliche  
Farben.

Winter:  
Kalte,  
ausdrucksstarke  
oder seriöse  
Farben.


Zurückhaltende bekommen Kraft, Beschwerte spüren Leichtigkeit, Aufgedrehte kommen zu Ruhe. »Mit den richtigen Farben können Menschen äußerlich und innerlich ihre Persönlichkeit unterstreichen. Über das Fühlen von Farben kommen sie oft an verdrängte, verschüttete Gefühle heran«, erklärt sich die Expertin dieses Phänomen.

Ein Beispiel: Hannah ist Sommertyp. Zum Leidwesen ihrer Farbberaterin erscheint sie in kraftvollen, energischen Orangerot-Tönen zum Fototermin. Doch dann folgt die Verwandlung: Im typgerechten zartblauen Leinenhemd von Deerberg kommt eine warme, sympathische Frau zum Vorschein, die sich selbst so weicher und weiblicher erlebt. Und beim Fühlen von Hellrosa tauchte in Hannah ein alter Kindheitswunsch auf: Sie wollte Balletttänzerin werden.

»Verrückt, was das für einen Unterschied macht«, findet auch Michael, Frühlingstyp und in der Altenpflege tätig. Er, der früher gerne in Schwarz herumlief, lässt sich die typgerechten Klamotten von hess natur in sanften Natur- und Brauntönen gleich einpacken. Denn er hat festgestellt: »Die alten Leute haben gleich mehr Vertrauen zu mir, wenn ich in hellen Farben komme.«

### Sänger singen besser

Das Wissen um die Innen- und Außenwirkung von Farben nutzen mittlerweile auch Unternehmen wie zum Beispiel Banken. Dort hat man festgestellt, dass die Kundenberater vertrauenswürdiger erscheinen und besser ankommen, wenn sie typgerechte Farben tragen. Schauspieler finden mit den richtigen Farben einfacher und schneller in ihre Rolle, Sänger sind besser bei Stimme.

Am schönsten jedoch, sagt die Farbberaterin, seien jene Momente in der Beratung, wenn Menschen entdecken, dass sie mit ihren Farben bei sich zu Haus angekommen sind. »Das ist für mich wie ein schönes Geschenk.«  emp



MARTINA GEBHARDT  
NATURKOSMETIK

## Sinn und Sinnlichkeit verbinden Das Wesentliche finden



Body Scrub, soft und grob  
Gesichtspeeling, soft und grob


Martina Gebhardt  
Qualitätskriterien

Mehr als 95% der Rohstoffe  
aus kbA oder Demeter-Anbau.

Wir führen das BDIH-Logo  
auf *allen* unseren Produkten.

15 Jahre Ökotest:  
Immer unter den Besten



  
Kostenlose Infos erhalten  
Sie gegen Einsendung dieses  
Coupons. Wünschen Sie  
Proben, legen Sie bitte  
1,53 € in Briefmarken bei.

Martina Gebhardt  
Naturkosmetik GmbH  
D-86935 Rott  
Tel.: +49(0)81 94-93 21 19  
Fax: +49(0)81 94-17 97

[www.martina-gebhardt-naturkosmetik.de](http://www.martina-gebhardt-naturkosmetik.de)

eve 1.04