

# BU

Apfelgrün, Narzissengelb und das Cremeweiß der Schneeglöckchen sind die Nuancen, die jetzt den Ton angeben. Das Einheitsgrau des Winters hat ausgedient. Die Farben des Frühlings machen etwas mit uns. Aber was? Die Farb- und Stilberaterin Antje Lindner aus Jena in Thüringen lässt Licht ins Dunkel.

VON STEFANIE DECKERS

IM INTERVIEW

**Frau Lindner, schwarze Wollmäntel sind im März nicht mehr das Gelbe vom Ei. Warum greifen die meisten von uns jetzt instinktiv zur farbenfrohen Garderobe?**

**Antje Lindner:** Die Natur bestimmt unsere Stimmung. Alles, was wir draußen sehen, wirkt sich auf unser Gemüt aus. Wenn die Schneeglöckchen sprießen, fühlen wir uns zu den weichen Farben hingezogen: Eierschalenweiß und Lindgrün. Die ersten warmen Frühlingstage wecken in uns die Lust auf ein sanftes Sonnengelb. Endlich spüren wir wieder mehr Energie und Tatendrang.

**Antje Lindner,  
Farb- und Stilberaterin  
in Thüringen**



# Frühlingsfarben erhellen das Gemüt

## Was bewirken die Frühlingsfarben im Einzelnen in uns?

**Antje Lindner:** Narzissengelb regt die Denk- und Merkfähigkeit an. Lindgrün war immer schon die Farbe der Dichter und Denker, weil sie die Konzentration erhöht. Die frischen Frühlingsfarben vertreiben die Lethargie der grauen Wintertage. Orangerot, eine Tulpenfarbe, vermittelt die Botschaft von Lebensfreude, Herzlichkeit und Vitalität. Mit dem Frühling kommt die Wärme zurück. Die Natur verliert ihre harten Winterkontraste von Schwarz und Weiß. Wenn draußen endlich wieder die Farbe Grün dominiert, fühlen wir uns wacher als an tristen Wintertagen. Weil Grün die Farbe des neuen Lebens ist.

## Dann sollten wir uns gerade jetzt bewusst mit frischen Farben umgeben, die die Frühjahrsmüdigkeit vertreiben?

**Antje Lindner:** Farben wirken auf den gesamten Organismus und auf die Psyche. Die Farben, die wir in unserer Kleiderwahl bevorzugen, spiegeln einerseits unseren Gemütszustand wider. Andererseits können wir mit Farben viel erreichen. Rot wirkt belebend und temperamentvoll. Ein milchiges Weiß strahlt Leichtigkeit aus. Orange steht für Dynamik und eine lebensbejahende Einstellung. Typgerechte helle Farben in Gesichtsnähe lassen uns jünger wirken und Zeitzeichen wie Falten, Altersflecken oder Narben in den Hintergrund treten.

## Was raten Sie Menschen, die trotz Frühlingsfrische an ihren gedeckten Farben festhalten?

**Antje Lindner:** Wir sollten alle mutiger werden und Farbe ins Leben bringen. Besonders ältere Menschen neigen dazu, sich in dunklen Kleidungsfarben zu verstecken. Das ist kontraproduktiv. Graue Haare brauchen farbenfrohe Akzente. Ein auffallendes Halstuch kann Wunder wirken. Bunte Oberbekleidung reflektiert stets nach oben und betont unsere Vorzüge. Sie lässt Augen leuchten und Lippen voller erscheinen. Passt der gewählte Ton zum jeweiligen Hauttyp, zeigen wir Präsenz und Ausstrahlung. Es ist alles eine Frage der Farbe.

