

Ho cercato di esprimere le terribili passioni umane attraverso il rosso e il verde.

Vincent Van Gogh

Il **colore è uno strumento** da progettare accuratamente perché è in grado di aumentare la qualità della nostra esistenza nella vita di tutti i giorni, sia al lavoro, sia a casa.

“**Vivere a colori**” può significare vivere meglio, perché i colori non sono soltanto casuali accessori, ma sono variabili in grado di condizionare, positivamente o negativamente, la nostra vita e persino il nostro umore; ecco perché per il nostro *comfort* fisico e mentale è necessario vivere accompagnati dai colori preferiti e mai da quelli che non amiamo.

Pensiamo per esempio agli Egizi: seimila anni fa praticavano già terapie curative utilizzando gli effetti del colore attraverso processi e tecniche non è molto diversi da quelli praticati oggi.

La **cromoterapia** è, infatti, una tecnica antichissima, basata sull'emissione differenziata di luce-colore; la prova che si tratta di concetti quasi connaturati alla vita dell'uomo sta nel fatto che in tutte le zone e le civiltà del mondo se ne sono messi in pratica i principi, spesso associati a principi di elioterapia (terapia del Sole) e di musicoterapica: dagli Sciamani della Nuova Guinea, dalle popolazioni dell'Africa e dell'Amazzonia, agli Aborigeni australiani.

Nei templi dell'antichità il colore faceva parte dei riti, ma era anche utilizzato in **funzione terapeutica**: nei templi egizi la luce del sole entrava scomponendosi nei sette colori dell'iride ed i fedeli, guidati dai sacerdoti, potevano immergersi in quello più adatto alle loro condizioni psico-fisiche. Tutta questa antica sapienza si è tramandata attraverso i secoli ed è stata integrata da osservazioni scientifiche: si può dire ad esempio, in termini fisiologici, che esistono colori eccitanti e colori riposanti, ed è ormai provato che questi agiscono sia in senso fisico che in senso psichico.

La correlazione tra **colore e benessere** è stata, infatti, spiegata scientificamente, evidenziando per esempio che la nostra pelle sensibile alla luce, filtra le diverse radiazioni prodotte dai colori che vengono percepite dall'organismo che reagisce, modificandosi nelle funzioni, e “trasformando” l'energia fisica della luce in energia chimica.

Colore, sensazioni ed emozioni.

Non si può negare che il colore ci trasmette effetti psicologici ed emotivi. Quando si dice “rosso di rabbia”, “bianco di paura”, “verde di rabbia”, “nero dal rancore”, “arrossire di vergogna”, “che fifa blu”, “mi sento proprio grigio”, si esprimono stati d'animo associati a manifestazioni cromatiche.

Questi modi di dire presuppongono una stretta relazione tra colore e sensazioni e tra colori e sentimento, che può essere attribuita ad una tradizione culturale, ovvero alla trasmissione di espressioni pittoresche attraverso le generazioni, oppure ad una intuizione non cosciente di un possibile significato oggettivo del colore.

Quali sono le emozioni (positive e negative) trasmesse dai colori? Come scegliere quelli giusti per i diversi ambienti della nostra casa?

Il **rosso** evoca la passione, la resistenza, l'amore, il calore, fa riferimento alla alimentazione. In senso più negativo, evoca anche il pericolo, il sangue, il fuoco e la violenza: la “forza” del rosso è sempre stata legato alla guerra. È eccitante, “iperstimolante”, aiuta a superare l'abbattimento e la tristezza. Il rosso è all'inizio dell'arcobaleno, ed è il colore maschile per eccellenza.

Del rosso si può dire che la caratteristica essenziale è quella di “riempire” lo spazio, proprio come fanno il calore fisico e il calore interiore nei loro rispettivi ambiti.

Il **rosa** richiama femminilità e giovinezza, ma anche debolezza e ingenuità.

Il **giallo** è il colore del Sole, conduce alla felicità, facilita i processi di crescita e è il colore del prezioso oro. Ma può anche simboleggiare disonestà, codardia, tradimento, gelosia, falsità, malattia e azzardo. È un colore comunque stimolante.

L'**arancio** è percepito come un colore vibrante e accogliente facilita l'attenzione, la concentrazione e lo studio. È caldo, defaticante, ma, in senso negativo può essere anche irritante e addirittura soffocante.

Il **verde** richiama la forza della natura, la natura stessa e, in senso lato, la vita, la crescita, la fortuna, la giovinezza e fertilità e, in senso più profondo, la fede. È pacificante, rassicurante, rinfrescante, viene sentito come ecologico, comunque neutro, e virile. Come tutti i colori, anche il verde è ambivalente, e in senso negativo esso rappresenta la, il veleno, i sentimenti di invidia e gelosia.

Il **porpora** simboleggia regalità, spiritualità, passione ed amore profondo. All'opposto, richiama crudeltà, arroganza e dolore.

Il **blu**, è il colore del cielo e del mare, simboleggia la calma, lo spazio, la profondità spirituale, l'armonia, la fiducia, la pulizia e la lealtà. È calmante, facilita le riflessioni su se stessi, porta sensibilità, comprensione e simpatia.

Rappresenta profondità di sentimenti. È il più rasserenante dei colori.

Il **marrone** simboleggia neutralità, terra e caldo.

Il **grigio** simboleggia, intelligenza, solidità, pulizia e modernità. Viene anche associato a maturità e tristezza.

Il **bianco** significa pulizia, ordine, innocenza, purezza, pace, e sottolinea il vuoto e lo spazio. Talvolta monotono e freddo, abbaglia e affatica l'occhio. Per le culture orientali è il colore della morte.

Il **nero**, la negazione del colore, è associato al potere, eleganza, magia, mistero e notte. Simboleggia la negazione e nelle culture occidentali il lutto, la cattiveria, la tristezza e il rimorso. Rende introversi ed è un po' deprimente.

L'architettura ha trovato nel colore un alleato importante, in grado di trasformare la percezione dello spazio, l'atmosfera e lo stile di qualsiasi ambiente; ecco perché, negli ultimi anni, sta assumendo sempre maggiore importanza, non solo per le tinteggiature degli ambienti, ma anche nell'arredo e nei rivestimenti.

Il colore in un ambiente deve però essere progettato sapientemente, riferendosi precisamente allo spazio in cui viene inserito, considerandone la distribuzione della luce, i materiali e la natura dell'attività che vi verrà svolta e la sensibilità della persona che vi soggiognerà per più tempo.

Di solito, gli ambienti sono di **forma regolare**, ma dal punto di vista del progetto del colore, ogni variazione, rientranza, sporgenza, nicchia, svasso, spigolo ha importanza ed è quindi da registrare come occasione per mutamenti cromatici o chiaroscurali: lo **spigolo** rientrante o sporgente, verticale o orizzontale, che congiunge o separa due superfici è, per esempio, luogo “naturale” per un eventuale cambiamento cromatico.

La **funzione** degli spazi d’abitazione, è determinante in due aspetti; il primo è quello relativo all’ergonomia degli spazi e alla sua organizzazione appunto “funzionale”, il secondo è quello che si può chiamare l’aspetto vissuto della funzione d’uso, ovvero il **riflesso interiore** che la destinazione d’uso di uno spazio sollecita al suo occupante.

Una cucina, un soggiorno, lo studio di un matematico, il laboratorio di un orafo, sono luoghi nei quali ci si predispone a stati d’animo diversi. Organizzazione dello spazio, ergonomia, forme e colori non devono ostacolare la funzione e gli stati d’animo, ma, anzi, devono accompagnare l’attività propria di chi vive quello spazio.

Un luogo è predisposto per un lavoro di concentrazione e di pensiero intensi, un altro luogo è predisposto per un’energica attività fisica, un altro ancora è pensato come fucina di attività creative o per un lavoro ripetitivo. Questi luoghi diversi hanno bisogno di studio e giochi di colori e **tecniche di applicazione** del colore studiate *ad hoc*.

Per esempio, un tono chiaro vicino ad uno scuro sembra più chiaro di quello che è realmente, e viceversa; i toni chiari danno una sensazione di ampiezza, gli scuri riducono gli spazi. Le gradazioni tenui trasmettono freschezza, quelle intense se distribuite su superfici eccessivamente grandi, tendono ad essere opprimenti.

Tinteggiare il soffitto di un ambiente molto alto con un colore scuro, significa ottenere un avvicinamento visivo della superficie, mentre negli spazi ridotti l’uso di un solo colore in diverse tonalità può essere un buon “trucco” per rendere lo spazio continuo e più ampio.

Per rinforzare la luminosità, il bianco è sicuramente il colore più adatto, ma per rendere un ambiente più interessante e personalizzato si può dipingere una parete, o un altro elemento dell’ambiente, con un colore contrastante.

Se un ambiente ha, invece, superfici su piani differenti, si possono raggiungere scenografici effetti di chiaroscuro utilizzando colori e gradazioni differenti.

Nel rapporto tra colore e funzione, ad esempio, l’**ingresso** che accoglie chi entra in una casa dovrebbe evitare colori troppo scuri, privilegiando quelli più caldi che regaleranno una sensazione di intimità.

In **cucina** sono adatti colori vivaci come quelli del fuoco: giallo, rosso, arancio, mentre il bianco evidenzia il colore del cibo e consente di valutarne la freschezza.

Nello **studio** non dovrebbe mancare una componente di giallo che favorisce l’attività mentale e l’operosità abbinandolo al verde.

In **camera da letto** il rosso provoca insonnia, mentre gli azzurri calmano e rasserenano.

Per la **camera dei bambini** si consigliano colori caldi che vanno dal giallo all'arancio, per stimolare la loro creatività e crescita.

Nel **soggiorno** si raccomandano colori caldi (lo stesso anche nelle stanze a Nord) per combattere la freddezza della luce e stimolare la socievolezza: ad esempio, le sfumature del giallo, dell'arancio e del verde tendente al giallo; al contrario le grandi superfici blu, in particolare se scure, "spengono" la conversazione ed intristiscono.

In **sala da pranzo** andrebbe evitato il verde che conferisce sazietà ancor prima di aver mangiato, mentre è ottimo il giallo che sostiene le funzioni epatiche o l'arancio che stimola l'appetito, il rosso induce allegria ma può produrre eccessiva accelerazione nel mangiare.