

Interview med farve-ekspert **Lene Bjerregaard** - af Henriette Rosendahl

Du har skrevet flere spændende bøger om farvepsykologi. Men hvordan begyndte det egentlig? Har du altid interesseret dig for farver?

Lene svarer: ”Ja, farver har faktisk altid haft en meget stor betydning for mig. Kan huske at jeg som førskole-barn havde klare ideer om, hvilke farver jeg ville have i mit tøj det var andre farver, end dem min mor syntes, jeg skulle have. Jeg husker også meget tydeligt, at da jeg som 6 årig skulle have min første rigtige cykel faldt mit blik på en rødviolet, som man kaldte ”cyklamen” dengang. Det betød så meget for mig, at jeg sagde til mine forældre, at hvis jeg ikke kunne få den, så ville jeg slet ikke have nogen cykel ... og jeg mente det. Dengang sagde jeg ellers ikke mine forældre imod”

Du har udtalt flere steder, at du kun havde 1 dags farvelære på Arkitektskolen. Hvor har du så lært om farver?

”Jeg læste de 18-20 bøger, der var på dansk – faldt over flere ting, som de var uenige om og det undrede mig. Bl.a. beskrev de forskellige farver som værende komplementære og de var også meget uenige om, hvilke signaler farverne sendte. Det ansporede mig til selv at prøve, at finde de rigtige svar. Men jeg fik først tid til at undersøge det efter en kræftsygdom, mens jeg boede og arbejdede i Norge som arkitekt.

Fortæl om hvordan din kræft ledte dig til farverne. ”Jeg var kun 34 år og ret chokeret over at få kræft i så ung en alder. Jeg blev meget skadet af strålebehandlingen i form af ekstrem træthed i 7 år, så jeg mistede mit job. Så hev jeg alle udklippene om undersøgelser fra udlandet om farvers virkninger frem, og prøvede at få system i alle de resultater.

Jeg begyndte også at få enkelte kunder, som jeg rådgav i vægfarver og indretning. Hver gang fik jeg svaret: Ih, det er lige præcis den farve, jeg havde ønsket, du ville vælge!

– Da jeg havde ramt plet hver gang – ikke bare af og til, men hver eneste gang – begyndte jeg at tænke over, hvordan jeg egentlig kom frem til at finde lige ”deres favoritfarve”. Jeg gennemgik mine spørgsmål til kunderne og fandt 3 hovedspørgsmål. Jeg forstod at jeg desuden brugte min gode indlevelsesevne til at finde ”kundens favoritfarve.” Senere forstod jeg ved hjælp fra min åndelige guide, at vi rent faktisk har et ”farve-behov” på linie med behov for sund mad. Det er fordi farver egentlig er lys og de mindste lyspartikler påvirker vore celler”

Får du ligefrem hjælp af dine åndelige guider i dit arbejde?

Svar: ”Ja, jeg har haft kontakt med dem, de sidste 20 år. De hjælper mig bl.a. når jeg skriver mine bøger. Mange ting falder på plads, når jeg skriver. Jeg kommer i en speciel tilstand, og så kommer ordene bare strømmende. Bagefter skal jeg så sætte teksten sammen i den rette rækkefølge. Enkelte gange har jeg fået vejledning i drømme.”

Hvordan ved du, det er åndelige vejledning og ikke bare dine egne tanker?

”Det er overraskende svar og formuleret på en helt anden måde, end jeg selv ville formulere det”.

Hvordan fandt du på, at lave en helt ny indretnings-filosofi ?

Svar: ”Flere har i årenes forløb spurgt mig, om jeg ikke kunne lave en længere forløb, hvor man kunne fordybe sig i farvepsykologien og lære mine metoder ordentligt. Derfor udviklede jeg helhedskonceptet til Holistisk Indretning.

Her fik jeg igen råd og hjælp fra mine åndelige vejledere. Jeg mediterede på indholdet og fik straks ned, hvad hver lektion skulle indeholde. Jeg så bagefter, at rækkefølgen bare var perfekt. Når jeg var i tvivl om, hvordan jeg bedst kunne undervise i et emne, mediterede jeg og igen viste mine åndelige guides mig hvilke øvelser, jeg skulle lave, som ville give mine elever den bedste indsigt. Der er jo stor forskel i indlæringen alt efter, hvordan et stof formidles, så jeg er glad for at få eksperthjælp.”

Det lyder som om, du får det hele foræret fra ”oven”?

Svar: ”Det gør jeg bestemt ikke ... der lå et meget stort arbejde i, at udvikle materialer, der udleveres til elever + øvelser + selve det materiale jeg selv bruger til at vise, hvad jeg mener, for farver er jo et meget visuelt fænomen. Jeg har selv udviklet alt mit materiale, da der jo ikke har været andre, der har undervist i de nye begreber, jeg har opfundet.

Jeg har brugt mange år på, at finde ”hoved og hale” i alle de postulater, der var om farver. Jeg tog selv et længere kursus i Anatomi og fysiologi på Zoneterapeutskolen, for at kunne forstå hvordan farver og lys egentlig påvirker os både fysisk og psykisk. Jeg har brugt 10 år på, at trænge i dybden med at ”afkode” farvernes skjulte universelle signaler – befriet fra både mine egne og kulturelle præferencer. Det gik op for mig, at andre forfattere ubevidst har blandet deres eget ”ukendte farvebehov” ind i beskrivelsen af farvernes betydning.”

Hvordan ved du, at du ikke selv blander dine egne farvepræferencer ind?

Svar: ”Jeg har en lang træning fra min uddannelse som psykoterapeut, hvor jeg har lært, at adskille mig selv fra klienten og dennes behov. På samme måde, har jeg lært at adskille mig fra farvesignalerne ... i hvert fald ca. 97%. Jeg har faktisk lært at ”tale” med farverne. Og farvernes åndelige dimension kommer ind via kvantefysikkens energiforståelse. Det synes jeg er utrolig spændende.”

Du fortalte i starten, at du begyndte at gå ind i farvernes univers efter din kræftsygdom. Ser du nogen sammenhæng ?

Svar: ”Faktisk fik jeg mange år senere fortalt af en clairvoyant, at jeg havde fået kræften, fordi ”man fra oven” mente, at nu var det på tide, jeg gik i gang med mit egentlige arbejde; nemlig at udforske farverne. Derfor var det også kun en ufarlig kræft, jeg havde fået.! Så mange ting, der ser ud som en stor ulykke hernede på jorden, har en dybere mening – at få os ind på det spor, som vores sjæl skal følge. Jeg er i hvert fald ikke i tvivl om, at jeg har fundet min livsvej”.

Er der nogen sammenfald mellem Feng Shui og Holistisk Indretning?

Svar: ”Ja, der er nogle. Begge handler om at skabe en dybere harmonisk indretning. Det er jo interessant, at man kan komme frem til mange af de samme ting – men ud fra to meget forskellige indfaldsvinkler. Nu er der mange forskellige former for Feng Shui, men den største forskel – sådan generelt set – er, at *jeg ikke* vælger farver ud fra et Bagua-kort, men jeg vælger i stedet ud fra personernes behov for farvestimulans – eller ud fra en generel neuro-psykologisk betragtning. Her bruger jeg min videnskabelige research og min egen forskning om det ”personlige farvebehov”.

Jeg arbejder ud fra vestlig dybdepsykologi når det angår symbolik (Jung). Jeg arbejder ud fra den spændende kvantefysik, når det handler om energi. På nogle punkter har jeg en lidt anden opfattelse af energi-læren, end i Feng Shui. Men generelt så supplerer de to modeller hinanden. Jeg har da også haft mange Feng Shui konsulenter på efteruddannelse.

Her til sidst: Er der nye tiltag på vej?

Svar: ”Jeg skriver på en ny bog om ” Helsebringende Holistisk indretning.”