



Sferologie

Hoe weet je dat je weet?



De meeste dingen die je weet, heb je geleerd van je ouders, van vrienden en vriendinnen, op school, uit boeken, en op straat. Van deze dingen weet je dat je ze weet. Maar er zijn ook vormen van innerlijk weten, zoals het besef dat je er bent, dat je bestaat, of het besef dat je bent wie je bent. Met dit innerlijk weten ben je geboren.

Er bestaat nog een ander soort van weten. Een die moeilijk te beschrijven is, omdat men het als vanzelfsprekend beschouwt: het menselijk lichaam. Dat weet exact hoe het moet functioneren. Je bent geen cardioloog, maar je hart weet precies hoe het bloed moet rondpompen. Je bent ook geen maag-darm-specialist, maar je spijsverteringsstelsel weet feilloos hoe het voedsel moet opnemen en verteren. En dan is er het weten dat in de vorm van een gevoel tot uitdrukking komt: je onderbuikgevoel of intuïtie. Dit weten is zeer intelligent en heeft iets magisch. Het zorgt dat je dingen weet, zonder dat je er ooit iets over gezien of gehoord hebt. Het kan zelfs je leven redden. Dit is het type weten waarvan mensen je adviseren om erop te vertrouwen. Maar waar komt het vandaan? En hoe laat het jou dingen weten?

Weten is innerlijk zien

Als landschapsontwerper heb ik geleerd om alleen te vertrouwen op wat ik kan observeren, meten, testen en reproduceren. Maar als vrouw met een hart kan ik niet de liefde meten die ik voor mijn man en anderen voel. Toch is die liefde reëler en veel belangrijker dan alle observaties die ik ooit in mijn werk heb bestudeerd. Een mens is energetisch met zijn gedachten en gevoelens verbonden met zijn omgeving. Ieder mens is in staat om prikkels te voelen, ook die buiten hemzelf plaatsvinden, alhoewel de een daar beter in slaagt dan de ander.

Daarnaast geldt dat zolang als we ons kunnen herinneren er mensen bestaan met ongewone vermogens. In mijn geval is dat het zien van kleuren om objecten, mensen, dieren en plekken en het voelen van energie. Het is de wisselwerking van energie tussen mens, dier, plant en plek. Anders gezegd:



ik zie sferen om mensen, op plekken, gewoon als een film op mijn netvlies. De kleuren bewegen en gaan in elkaar over of botsen. Zo zie ik dat we energie eten, we voeden ons ermee. Daardoor voel je je soms helemaal opgeladen als je ergens bent geweest. Of je voelt je juist heel moe, dan ben je leeggelopen.

Er is een naam voor het zien van kleuren bij mensen en objecten en in ruimtes: synesthesie. Synesthesie is het neurologische verschijnsel waarbij een zintuiglijke waarneming ongewild een of meerdere andere zintuiglijke indrukken oproept. De ene synestheet kan bijvoorbeeld kleuren proeven, een ander kan geluiden zien.

Ontwerpen op basis van sfeer

Naast mijn baan als landschapsontwerper, een vak waarin ik al 30 jaar werkzaam ben, werk ik als 'sferologe'. Het duiden van de wereld van sferen, wat ik sferologie noem, doe ik sinds 20 jaar. De afgelopen 10 jaar heb ik me verdiept in ontwerpen van gezondere en sfeervollere plekken, zowel binnen als buiten. Sferen in de buitenruimte ontstaan door het samenspel van aarde, zand, steen, asfalt, metaal, glas, plastic, bomen, planten, gras, enzovoort. De manier waarop deze materialen worden gebruikt, zijn bepalend voor de sfeer van een straat, plein, park en gebouwen, en voor het gevoel dat ze oproepen en hoe mensen zich op plekken voelen.

Harmonie en disharmonie zijn af te lezen bij sfeerovergangen. Elke kruising kent een sfeerovergang: van de ene straat via de kruising naar de andere straat, waarbij elke straat een eigen sfeer heeft. Soms ontstaan er conflicten, en kan er een ongewenste sfeer ontstaan. Sfeerovergangen



kunnen ook leiden naar het oproepen van een harmonieuze en fraaie energie. Als sferologe kan ik de spanningen en conflicten bij sfeerovergangen expliciet maken en oplossingsrichtingen aangeven om de spanning te ondervangen of weg te nemen.

Alles kan resulteren in gevoel

Alle materie is met elkaar verweven. Elk voorwerp, maar ook elke fysieke plek, draagt alles tegelijkertijd in zich. Neem bijvoorbeeld een vaas. Een vaas heeft licht (verdicht licht door de massa oftewel materie), heeft kleur, een stijl, een vorm en een uitstraling. Daardoor straalt de vaas energie uit en heeft het op energetisch niveau geur, geluid en temperatuur. Dit alles bij elkaar geeft een gevoel.

In mijn werk ga ik uit van het principe dat materie verdicht licht is en dus in verhouding staat met de lichtsnelheid en als gevolg daarvan trilling kent. Trilling in de zin van energie en uitstraling. Materie trilt op de frequentie van het materiaal waaruit het bestaat. Zo trilt steen op een andere manier dan hout. Hout is immers levend materiaal geweest. Doordat materialen onderling verschillend resoneren, wordt de trilling, oftewel de energie en uitstraling, op verschillende manieren ervaren en gevoeld. Verschillende stijlen en materialen roepen verschillende gevoelens op. Denk aan oudbouw en nieuwbouw, moderne architectuur en historische monumenten.

Tien sfeerelementen

Om de wereld om ons heen te duiden, werk ik met tien sfeer-elementen, vijf voor het zichtbare spectrum en vijf voor het onzichtbare spectrum. Zichtbaar zijn licht, kleur, vorm, stijl en uitstraling; onzichtbaar zijn geluid, klimaat, energie (gevend of nemend), geur en gevoel. Deze tien elementen bepalen de sfeer in binnen- en buitenruimtes. Door in een straat te staan, bewust van de gedefinieerde sfeerelementen, kan de sfeer worden benoemd en concreet worden gemaakt. Het is interessant om dit proces met bewoners en/of bezoekers te doorlopen. Op het moment dat er bewustwording ontstaat waar de harmonie en disharmonie zich bevinden, kunnen oplossingen worden bedacht om de sfeer ter plekke te verbeteren en de dissonantie eruit te halen.

Sfeer lezen is mogelijk door bewust aanwezig te zijn in een omgeving, door bewust te ervaren hoe de plek aanvoelt en vervolgens jezelf te laten resoneren met de sfeer van de plek. Je zult dan bewust ervaren of de plek fijn aanvoelt of juist helemaal niet. Als het fijn is, wil je misschien wat





langer genieten van het uitzicht en als het niet fijn is, ga je misschien onbewust sneller lopen want je wilt van die plek weg.

Bewustwording van sfeer

Elke sfeer heeft effect op het fysieke en mentale welbevinden van mensen, maar of alle mensen zich daar ook van bewust zijn is de vraag. Voor het proces van bewustwording, hanteer ik de volgende principes:

Je bent bewust – en bekwaam.

Je bent onbewust – maar bekwaam.

Je bent bewust – maar onbekwaam.

Je bent onbewust – en onbekwaam.

‘Ik bedoel hiermee dat iemand (on)bewust kan zijn van sferen en (on)bekwaam kan zijn om daarover te communiceren, oftewel hij/zij is al dan niet bij machte om voorstellen voor verandering aan te geven.’ Door mijn onderzoek en ervaring op het gebied van sferen ben ik vaardig geworden in het opstellen van sfeerplannen. Samen met bewoners en gebruikers maak ik een programma van wensen vanuit de vraag wat men wil ervaren en beleven. Het uitgangspunt is daarbij ‘wat is er nu’ en ‘wat kan er beter’. Het doel is

meestal om een locatie intensiever te gebruiken, want dan wordt het als minder eng ervaren en vinden mensen het fijn om er te verblijven. En dan durft men daar weer contact te maken.

Samen sferen in harmonie brengen

Met sferologie wil ik bewustzijn brengen in hoe we naar plekken en naar elkaar kijken. Hoe we ons buikgevoel tot uiting brengen in ons gedrag. We voelen de energieën van de ander en van een plek.

Doordat ik sferen en energieën kan zien, letterlijk, kan ik helpen bij vragen over onveilige plekken en disharmonie. Als je zelf een positieve open houding hebt, is de wereld veel minder eng dan als je gesloten bent en in de metro

weggedoken zit in je telefoon. Vaak is het laatste gedrag doordat vertrouwen ontbreekt.

Mijn wens is het vak sferologie in Nederland op de kaart te zetten. Hier ben ik onder meer mee bezig via de leergang sferologie. Nederland is vol eentonigheid: overal dezelfde winkelcentra en vergelijkbare planontwikkelingen. We zijn toe aan nieuwe vormen, ander licht, een zorgvuldig omgaan met kleur, nieuwe stijlen, en alles klimaat-adaptief.

Het is tijd dat er aandacht komt voor geur en geluid, zodat onze omgevingen ons voeden en niet leegzuigen, dat ons gevoel er mag zijn en niet vastgezet wordt door middel van harde, strakke en rechte vormen. Dus is mijn credo: kom en doe mee! Laten we disharmonische plekken omtoveren tot gezonde plekken waar het fijn vertoeven is! Laten we het anders gaan doen, maar wel samen.



tekst: Angelique Nossent
www.sferologie.nl – ons@sfeer.center

Angelique heeft voor Ici Paris XL beautysalons mogen ontwerpen en een ‘belevingspalet’-app ontwikkeld, zie www.beganegrond.nl/belevingspalet.