

Alle ACHTUNG

Der Trend zur Achtsamkeit zieht in Wohnungen und Häuser ein: Natürliches Licht, ehrliche Materialien und sanfte Töne sorgen für Ruhe in einer aufgeregten Zeit. Minimalismus ist gefragt – er macht die vier Wände zur KRAFTTANKSTELLE.

TEXT: KARIN LEHNER

Einfach. Materialien und Stücke aus der Natur, zum Purismus gehört: nicht viel.



Ellenlange To-do-Listen. Von einem Termin zum nächsten, auch online. Dazwischen Deadlines. Im Hamsterrad überholen wir uns selbst: mit schnellem Kaffee statt echter Pause, erschöpfendem Multitasking, Belohnungs-Shopping, das Kleiderschränke zum Bersten bringt. „Stopp!“, fordert die deutsche Innenarchitektin Martina Velmeden im Gespräch mit „Luxury Living“: „Die Pandemie war für viele Menschen eine erzwungene Auszeit. Das lange Zuhause sein hat die meisten zu sich selbst und ihren eigentlichen Wohnbedürfnissen zurückgeführt. Entschleunigung auf Probe – erzwungene Achtsamkeit.“

Nach unserem Geist werden nun Wohnungen, Häuser und Interieur achtsam. „Mindfulness“ nennen die Engländer den Trend. Und blicken nach Asien: Die neue Achtsamkeit hat eine lange Tradition und ihre Wurzeln im Buddhismus. Es ist die Fähigkeit der bewussten Wahrnehmung äußerer Ereignisse und innerer Vorgänge: Emotionen wie Stimmungen. Velmeden interpretiert es für die Wohnebene so: „Das Zuhause sollte nicht nach universellen In- und Out-Listen, Home-Stories aus Magazinen oder Eintagsfliegen aus dem Möbelhaus eingerichtet werden, sondern nach persönlichen Bedürfnissen.“ Manche würden offene Grundrisse lieben, andere die Vorteile einer separaten Wohnküche schätzen. „Richtig ist, was sich gut anfühlt und zu den eigenen Bedürfnissen passt, für eine wohlige Atmosphäre.“

Hingucker statt Krimskrams. Hochwertige, langlebige Objekte (mit Funktion und Geschichte) ersetzen Billigmöbel. Hingucker statt Krimskrams, Qualität geht vor Quantität. Holz verdrängt den lange Zeit omnipräsenten Kunststoff: Es riecht gut, stoppt bei Berührung das Gedankenkarussell und senkt nachweislich den Blutdruck. Accessoires aus haptisch wertvollen Materialien garantieren Wow wie Wellness-Effekte: Rattankörbe, Glasgefäße, Keramikgeschirr, Baumwollkissen, Merinodecken, Wollteppiche, Leinenbettwäsche, frische Gartenblumen, getrocknete Zweige aus dem Wald.

Das Motto lautet: Zurück zur Natur und zum Grundbedürfnis nach einem einfachen, guten Leben. „Achtsames Wohnen bedingt eine gewisse Reduktion. Sperrige Schrankwände etwa werden durch unauffällige Wandnischen ersetzt“, löst die Innenarchitektin das Stauraumproblem. „Eine Hauptrolle spielen leicht wirkende Einzeilmöbel wie ein bequemes Sofa, kuscheliger Lieblingssessel, elegantes Sideboard, Designklassiker oder filigraner Beistelltisch.“ Einzeln in Szene gesetzt als „weniger ist mehr“. Die Expertin lebt seit ihrer Kindheit den „gemütlichen Minimalismus“: die bewusste Beschränkung von Sinnesreizen in den eigenen vier Wänden, denn „überfüllte Räume und grelles Licht beeinträchtigen den Wohnstil ebenso wie unser Wohlbefinden – wir kommen nicht zur Ruhe.“



Entschleunigt. Der Innenhof als Besslerpark – im Wohnprojekt von MP-Architekten.

„Richtig ist, was sich gut anfühlt, für eine wohlige Atmosphäre.“

MARTINA VELMEDEN

In herausfordernden Zeiten wollen wir die Kontrolle zurückerobern. Zumindest in der eigenen Wohnung muss Friede und Ruhe herrschen. In einer Nomadenwelt entdecken wir daher unsere Wurzeln und das Heimatgefühl wieder – inklusive schöner Dinge vom Tischler aus dem Ort. Die Achtsamkeit zieht mit ihrem Partner, dem „Slow Living“ (= sustainable, local, organic & whole, übersetzt: nachhaltig, lokal, bio & ganzheitlich), bei uns ein und inspiriert zum Tagträumen. Beispielsweise in Omas neubespanntem Ohrensessel. Er versinnbildlicht Geborgenheit in einer instabilen Welt: In individuell gestalteten Räumen kommen das Auge und der Geist zur Ruhe. Velmeden ortet „die Rückkehr zu einer Leichtigkeit des Seins in Innenräumen, eine neue Ordnung, die eine mühelose Lässigkeit garantiert“ – mit freien, leicht zu reinigenden Oberflächen, viel Tageslicht, dimmbaren Leuchten und den Farben der Natur: himmelblau, meergrün, holzbraun und steingrau.

Drinnen versus draußen. Drei Nummern größer denken die MP-Architekten: Gabriela Pohler und Thomas Musial. Die beiden Gestalter und Geschäftsführer bauen achtsam im X-Lage-Stil: bei großvolumigen Wohnbauten, beispielsweise ihrem Objekt in der Wiener Gumpendorfer Straße Nummer 73. Das Haus mit Laubengängen aus Holz entschleunigt mit einem begrünten Innenhof als moderne Interpretation des Besslerparks mit Holzbänken, Bäumen und Beeten hinter edelrostenen Stahlkanten. Der Entwurf spricht laut Pohler eine klare Sprache: „Mitten in der Stadt ging es uns bewusst um natürliche Materialien und schlichte Formen. Unser Ziel ist die Schaffung qualitativer Räume mit Bedacht auf die körperlichen und seelischen Bedürfnisse der zukünftigen Bewohner.“ Draußen Verkehrslärm, drinnen Vogelgesang. Slow Architecture im Wortsinn, zu der auch ein verantwortungsvoller Umgang mit Materialien und Ressourcen gehört: „Es gibt ein neues Bewusstsein bezüglich der Auswirkungen unseres Lebensstils auf die Umwelt“, so Musil. „Achtsames Bauen und Wohnen bedeutet die Rückbesinnung auf Wesentliches.“

Der Begriff der Achtsamkeit ist der Trend- und Zukunftsforscherin Christine Varga in diesem Zusammenhang „zu ätherisch und abgenutzt. Ich spreche lieber von sinnvollem Wohnen und Bauen. Das bezieht sich auf den ökologischen wie ökonomischen Aspekt – Ressourcen müssen bewusst eingesetzt und kalkuliert werden.“ Sie plädiert für eine „wohngesunde Umgebung“, die den komplexen Alltag von Menschen unterstützt und keinen Energieräuber darstellt. In einer überhitzten, schnelllebigen Zeit sei unaufgeregter Purismus gefragt. Die Trendexpertin wagt beim Wohnstil eine Prognose: „Alle merken: Es geht nicht mehr höher, schneller, weiter. Nach dem Bling-Bling im High-End-Bereich wird der Scandi-Style noch mehrheitsfähiger, als er jetzt schon ist.“