



Irene Sibgatullina-Denis

Anthroposophische Untersuchung verschiedener Farbwerte in pädagogische und psychologische Praxis

„Sehr lange konnte ich mir das deutsche Wort „gelb“ nicht einprägen. Eine österreichische Freundin von mir hat mir geholfen, die Welt des Gelben zu entdecken. Sie machte das ebenso sorgfältig, wie auch mein Vater es einst gemacht hatte...“

Autorin



Irina Nurgatina

„...nimm die weiße Farbe, denn das ist der Anfang, dann nimm die Gelbe, denn alles reift, und dann die Graue, damit der Herbst Blei in den Himmel spritzt, und nimm die schwarze Farbe, denn der Anfang hat ja ein Ende. Sei großzügiger mit Lila, lach und weine, und nimm dann die blaue Farbe, damit der Abend einem Vogel gleich auf der Handfläche landet, nimm die rote Farbe, damit die Flamme auflodert, und nimm dann die grüne Farbe, um Zweige in das rote Feuer hinzu zuwerfen.“

Bulat Okudzhawa

Mir fallen die Worte meines Vaters ein, der sagte: „Farbe ist kein Licht, von dem es möglichst viel geben sollte. Die Farbe ist eine Meinung, eine Funktion, eine Menge von Variablen«. Mein Vater hat die gelbe Farbe gemocht. Gelb? Wie lang ist seine Welle? Gelb maskiert den Schmutz, es ödet nicht an, es ist weder kalt noch heiß. Die Farbe gelb verfeinert die Wahrnehmung von Farbtönen, macht diese tiefer und raffinierter. Sie lässt uns dem Spiel der Farbtöne eine selbständige Bedeutung zuschreiben. Sie entwickelt unsere Beobachtungsgabe und Einbildungskraft. Sie hat eine kulturelle, historische und geistige Bedeutung. Sie beeinflusst das Physische und das Psychische.

Johann Wolfgang von Goethe hat einst geschrieben, dass die Farbe gelb auf die Seele wirkt, dass sie Gefühle hervorrufen und Emotionen und Gedanken aufwachen lassen kann...

Die eintönige Komposition des Gelben kennt kein chromatisches Intervall. Psychologisch ist diese Farbe auch in der Seele: gleichmäßig, prachtvoll, romantisch, ressourcenhaltig, entschlüsselt, aber eifersüchtig und verhängnisvoll.

Historisch wurde die gelbe Farbe zuerst als ein einfaches Mittel zum Verbinden von Objekten und erst später als ein Zeichen, ein Symbol, als ein System eines sprachlichen, eines psychologischen Charakters, als Begleitmittel der Psychotherapie verwendet.

Die symbolische Bedeutung des Gelben kann man kaum begreifen, ohne die Geschichte der Kultur und der Wissenschaft zu analysieren. Gehen wir darauf näher ein.

In der Kultur löst die Ausdruckskraft des Gelben eine Vorstellung aus, und die nachhängende Vorstellung von der Farbe lenkt die Gefühle in eine bestimmte (logische oder nicht logische) Richtung. Aber psychologisch ist die Farbe gelb uns immer nah.

Gelb ist eine natürliche Farbe. Ihre Charakteristiken bekommen mit der Zeit eine feste Bedeutung von Assoziationen. Und wieder bringt uns die Farbe gelb näher zu sich - vor dem Hintergrund des schweren Schwarzen, des fernen Blauen, des kalten hellblauen oder des warmen Roten.

Aber wollen wir die Realität des Lebens nicht mit der Realität der Kunst, und die Realität historischer Befunde und der Kultursymbolik nicht mit der Farbbegleitung der Psychotherapie verwechseln. Die Unterschiede kommen dort zum Vorschein, wo die verborgenen logischen Kodeinterpretationen und die psychologische Informativität dominieren.

In der „Resonanten Cokreation“ sind zwei Faktoren von entscheidender Bedeutung:

Erstens: die Fähigkeit des Gelben, keine Kombinationen mit anderen Farben zu bilden, also seine Selbstgenügsamkeit;

Zweitens: Kommunikationen des Gelben, seine Fähigkeit zu Beziehungen auf der Ebene von Zeichen. Starker oder schwacher Kontrast des Gelben zu anderen Farben – das ist die Psychologie der Gegenüberstellung und/oder die Psychologie der Harmonie.

Symbolische Bedeutung der Farbe gelb

Das Symbol ist ein vereinbartes Zeichen, welches etwas anderes bedeutet, als es ist. Die Farbe ist immer mit bestimmten festen Eigenschaften des Menschen und der Natur verbunden und eignet sich somit bestens zur Schaffung von allgemein anerkannten Symbolen.

Die symbolische Bedeutung der Farben drückt sich also in jenen Erkenntnisfunktionen aus, die direkt auf das Objekt hinweisen und zusätzliche Informationen zu seinem psychologischen Wesen liefern. Schon in den früheren Stadien der Menschheitsentwicklung hat die gelbe Farbe eine symbolische Bedeutung bekommen:

- ie symbolisierte Licht (für österreichische Stämme);
- in der Knotenschrift der Inkten „Kipu“ symbolisierte die gelbe Farbe der Schnüre Gold;
- in der Zeichensprache der Indianer symbolisierte die gelbe Farbe Freude;
- im alten Ägypten symbolisierte Gelb den Gott Rah und die Wüste.

Eine besondere Bedeutung hatte diese Farbe im Orient: im alten China symbolisierte sie die Erde, das Zentrum des Weltalls, den Staat, die Jahreszeiten, den Planeten Saturn, die Musiknote Tschzhi, das Fruchte-tragende und Süße;

Im Tibet pflegte man mit Farben „die Gebiete der Erde“ auszuzeichnen, man orientierte die Farben nach Himmelsrichtungen und bezeichnete die Tiere. Der gelbe Affe war im Mittelpunkt des Kreises, und der gelbe Ochse im „Süden“. Die Farbe gelb symbolisierte auch die Hauptgöttin, die Hüterin der Erde, und auch die Herbstgöttin wurde in gelben Farben auf einem grünen Elefanten sitzend dargestellt.

Die japanische Kultur wurde stark von der althinesischen Philosophie beeinflusst. Die Farbsymbolik spielt im japanischen Theater eine besondere Rolle, aber die Farbe gelb wurde oft vollkommen ausgeschlossen.

In der Symbolik der indischen Brahmanas wurde Gelb durch zitronen- und safrangelbe Farben sowie den Goldglanz ersetzt. In den Farbsymbolen der indischen Völker gehörte die Farbe gelb nicht zu den vorherrschenden, aber mystisch wurde sie mit dem Hauptgott personifiziert: der „der einzig ist und selbst Farben schafft“, wurde mit Blendengelb symbolisiert. Unter den vielen Farben, die andere, zweitrangige Götter symbolisierten, wie etwa den Gott Pudra oder die Göttin Kali, war Gelb nicht anzutreffen. Der Bart und das Haar des Gottes Purush dagegen wurden immer in strahlenden goldenen Farben dargestellt.

Als sehr interessant erwies sich auch die Analyse der islamischen Farbsymbolik. Es sei erwähnt, dass in den islamischen Dogmen das Licht nicht mehr mit dem Bild des Schöpfers verbunden wurde. Die Farbe gelb war nicht absoluter Heiligenschein des Gottes, sondern ein optisches Naturphänomen. Deshalb wird das Licht im Islam mit der Sonne, mit dem Stern, mit dem Morgen und dem Mondsichel verbunden. An dieser Stelle wäre auch extra zu betonen, dass die Finsternis im Islam nicht dem Licht gegenübergestellt, sondern in einen ursächlichen Zusammenhang mit ihm gebracht wird. Die Finsternis ist die Bekleidung der Nacht, und der Schatten ist eine Schöpfung der Sonne. Im Rahmen unserer psychotherapeutischer Praxis in einem Subjekt der Russischen Föderation, dessen Kulturpolitik die Verschmelzung von Ost und West ist, begegneten wir einer ausschließlich auf den ethnokulturellen Traditionen und dem darstellenden Symbolismus aufbauenden Wahrnehmung der Farben. Hauptsächlich ist das mit den für den Orient üblichen Deutungen der Unvergänglichkeit, der Freude, der Goldfarbigkeit der Seele verbunden. Wir haben begriffen, dass im Islam die Farbe Gelb nicht nur eine begriffliche, sondern auch eine metaphorische Bedeutung hat.

Viele von unseren Patienten, die Islam bekennen, reagierten besonders expressiv auf die Farbe gelb. Ihre psychologischen Assoziationen bauten auf der Harmonie des Gelben mit dem Grünen (der Farbe des muslimischen Paradieses), dem Türkisblauen und anderen Farben auf, der Harmonie der musikalischen Akkorde ähnlich. Das Gleiche war zu beobachten, als diese Patienten im psychotherapeutischen Prozess nach neuen Interpretationen der Bilder von Stefanie Grüssl, der österreichischen Malerin, suchten. Einer von den Katalogen dieser Malerin ist gelb (während die anderen blau, rot und hellblau sind), und gerade deshalb erregte er besondere Aufmerksamkeit der Patienten. Die Muslime blätterten lange im Katalog, um ein künstlerisches Bild der eige-

nen „psychologischen Geschichte“ zu finden und es mit dem Licht der Hoffnung auf einen endgültigen, positiven „Ausgang“ aus der eigenen Situation zu verbinden.

In dieser Auswahl der Werke von Grüssl dominierte die Farbe gelb. Und gerade in diesen Farbtonalitäten schlugen die Patienten eine neue, eine Dur- oder Moldeutung und Kommentar dessen vor, was sie zum Psychotherapeuten kommen ließ. Unsere Dialoge waren oft gelb „gefärbt“, aber von unterschiedlicher Spannung und Intensität, manchmal waren sie auch wortkarg oder halbtönig. Die «Besonntheit» dieser psychologischen Geschichten war derart vielfältig, dass nur der Patient selbst ihre Halbtöne, Halbblaute und Halbstöhne identifizieren konnte. Seinen seelischen Zustand brachte der Patient durch die Auswahl der Bilder und deren Deutung zum Ausdruck.

Bemerkenswert ist auch die Erfahrung meiner Assistentin Gulmira Muratova. Auch sie beherrscht die Methode „Resonante Cokreation“ und verwendet in der Arbeit mit Patienten ihre eigene Bilder. Sie malt von Kindheit an und hat eine künstlerische Ausbildung bekommen und auch einen Hochschulabschluss im Fach „Psychologie“. Die Eigenart ihrer psychotherapeutischen Beratungen bilden die „Farbenmusikalität“ und die Antwort der Patienten auf die emotionale Wirkung der Farben in Elmiras Bildern. Orientalische Motive sind auch hier zu spüren. Die Farbe gelb ist in ihren Bildern nicht die Hauptfarbe, trotzdem erregt gerade sie die Aufmerksamkeit. Die Reaktion auf die Farbe bringt den Patienten in Schwung und lässt ihn seine psychologische Geschichte erzählen. Viele von ihren Patienten suchen nach dem „Licht des Gelben“ in Dialogen mit ihrer Psychotherapeutin und schließen sich einer anderen Quelle des Wesens der Psychologie an, welche sich von Traditionen des Orients stark unterscheidet.

Symbolische Bedeutung der Farbe gelb in der Kultur Jamaikas

2005 habe ich meinem Sohn bei der Suche nach dem Stoff für seine Hausarbeit geholfen. Er studierte damals an der Theaterfachschule in Kasan, heute ist er Student der Universität für Technologie und Design in Sankt-Petersburg. Wir befassten uns mit den Besonderheiten der symbolischen Bedeutung der Farbe gelb in der Kultur Jamaikas und machten eine Analyse vom Standpunkt der religiösen Bewegung Rastafari aus.

„Land der Quellen“ - so nannten ihre karibische Insel die Indianer Arawak, die Urbewohner Jamaikas. Aber prinzipiell wichtig für die Ana-

lyse der Kulturgeschichte dieser Insel ist die Tatsache, dass die Kultur nicht auf dieser Insel selbst entstanden, sondern von Außen hin gebracht worden ist. Die Quellen sind also in den Gemeinden der flüchtigen Sklaven (Marunen) sowie in den Wiederauflebensideen Afrikas zu suchen. Diese Kultur bildet einen Teil der großen afrikanischen Kultur, die ihre Wurzeln in der jamaikanischen Abart der in Äthiopien entstandenen Kultur und in der Religion der Rastafari hat. In dieser Kultur symbolisierte die Farbe gelb vier Elemente: das Holz, das Feuer, die Erde und das Metall. In der Kultur Jamaikas hat das System der Kultursymbole keinen vollwertigen „Klang“ bekommen, aber die Symbolik des Gelben bildet eine Ausnahme. Die Farbe gelb wird vom Volk Jamaikas geachtet, sie versinnbildlicht die Sonne, die „zitronenfarbenen“ Sterne, die gelben Gitarrensaiten, den Strahl des Pfeils, den goldgelben Glanz der Frauenaugen und das gelb-orange Essen.

Vor einer gewissen Zeit wurde in Europa viel über den berühmten Film von Perry Hanzell „The Harder They Come“ gesprochen. Dieser Film stellt eine tief begriffene und schöpferisch gelungene Interpretation der Ereignisse aus der Gegenwartsgeschichte Jamaikas dar. Im Mittelpunkt steht das tragische Schicksal des heute legendär gewordenen Reggae, des ersten Gunman im Ghetto von Kingston. Der Film inspirierte Michael Thelwell zum Schreiben des Buches „Jamaika-Kid: The Harder They Come“. Einige von meinen Patienten (extraordinäre Intellektuelle!) kannten dieses Buch und in psychologischen Sessionen, in denen ich meine Methode „Resonante Cokreation“ praktizierte, erzählten mir über die Klänge der Note „E“ und der Reggae-Rhythmen in ihren psychologischen Geschichten. In ihre emotionalen Reaktionen auf ihre eigenen Geschichten und Probleme sollen neue exotische „Illustrationen“ gekommen sein. Die Hinwendung zu sich selbst – zum Neuen – wurde bei meinen Patienten von einer Hinwendung zum „exotischen Geschmack“ des Lebens begleitet: sie bekamen Lust auf Ziegenfleisch (es sollte unbedingt auf einem schwarz-gelben Teller serviert sein!), auf den Saft der gelborangen Frucht Ackee, auf den Duft des Kaffees „Blue Mountain“ oder auf einen Tee mit Rum, auf gelbe Gewürze und auf den Fisch mit gelben Augen... Ihre bildlichen Assoziationen bewegten sie zum neuen Nachdenken über die Lebensphilosophie, über das Gleichgewicht der psychischen Zustände und über den Selbstausdruck.

Hier ein kleines Beispiel: „...ein schwarzer Mensch nimmt eine große Ackee in die Hand. Vor dem Hintergrund der aufgehenden Sonne schnitzelt ein schwarzer Mann eine Holzfigur«. Oder: „ein Tier mit gold-

gelbem Fell geht in der gelben Wüste. Der schwarze Mensch kämpft mit dem Feuer. Das Ganze wird vom gelben Licht überstahlt. Der schwarze Mensch strahlt gelbe Energie aus“.

Also, in der Kultur Jamaikas gilt die Farbe gelb als Ursprung des Lebens. Gelb klingt wie ein eigenartiger Rhythmus, es verdrängt schlechte Gedanken und Depressionen. Es reizt zum Schaffen an und hilft bei körperlichem Unbehagen. Auch meine Patienten merkten, dass die Farbe Gelb zu positiven Emotionen verhilft und die Geistestätigkeit normalisiert. Viele von ihnen zeigten Fähigkeiten zur schöpferischen Arbeit – in ihrer Begeisterung für die jamaikanische Abart der Kultur, die einen äthiopischen Ursprung hat und zur Religion der Rastafari gehört, als einer nichteuropäisierten Fassung der christlichen Kultur.

Symbolik der Farbe gelb in Ost- und Westeuropa

In der Heiligen Schrift wird behauptet, dass das Licht und die Farbe deshalb so schön sind, weil sie von Gott geschaffen wurden, der die Bedeutung heiliger Worte und heiliger Farben festgelegt hat.

Als Hauptfarben galten im Christentum die Farben weiß, gelb (golden), purpurn und rot.

Die Farbe gelb hat ein eigenartiges Los im Christentum. Im frühen Christentum hatte sie eine positive Bedeutung als Symbol der Sonne und der „Goldähnlichkeit des Herrn im Himmel“, im 12. und 13. Jahrhundert aber wurde sie zum Symbol der Lüge, des Verrats und der Schamlosigkeit des Christus-Verräters Judas.

Einzelne Traditionen in der Deutung der Farbe gelb durch osteuropäische Christen konnten bis zu unseren Zeiten erhalten bleiben. Im orthodoxen Christentum ist es nicht üblich, dass Männer den Frauen gelbe Blumen schenken, denn gelbe Blumen können als eine Information über die Untreue, als ein schlechtes Zeichen der nahenden Trennung der Liebenden verstanden werden. Im Alltag wurde Gelb mit der Leichtfertigkeit, der Leichtsinnigkeit und der Oberflächlichkeit verbunden. Im Mittelalter mussten die Huren gelbe Kopftücher tragen. Entwürdigende Behandlung des Gelben klingt heute noch in manchen Ausdrücken: „gelbe Presse“, „gelber Schein“ usw.

Im Unterschied zur mystisch-religiösen Symbolik des Christentums wurde die Farbsymbolik des öffentlichen Lebens Westeuropas von hervorragenden Kulturschaffenden, Philosophen und Gelehrten bestimmt. Für Aristoteles bedeutete Gelb die Sonne und das Feuer, für Leonardo da Vinci - die Erde; Hegel schuf seine eigene Symbolik, die auf der Über-

einstimmung von Farben und Emotionen aufbaute. Das Gelbe und das Helle verband er mit dem Schöpferischen, Aktiven, Munteren. Für die Symbolik Newtons waren emotionale Farbassoziationen zwischen Musiknoten und den Spektralfarben von Bedeutung: C ist rot, D ist orange, E ist gelb, F ist grün, G ist hellblau, A ist blau, H ist lila.

Die Symbolik des Gelben nahm auch in der Heraldik vieler Länder einen festen Platz ein und hatte auch die Kraft eines Gesetzes. Bis jetzt wird in den Wappen und Flaggen vieler Gegenwartsstaaten die Symbolik der Farbheraldik ohne religiöse Symbole streng eingehalten.

Es sei auch betont, dass die gegenwärtige Symbolik des Gelben auch in poetische Metapher aufgenommen wird und die Merkmale der psychischen emotionalen Bedeutung enthält. Man kann heute von einem erweiterten System der Symbolik des Gelbes sprechen. Einen Pol dieses Systems bildet die Farbe gelb – das Helle, Leichte, Leuchtende, Anheiternde, Junge, Strahlende. Am anderen Pol steht das Gelb als Symbol des Neids.

In meiner psychotherapeutischer Praxis verwende ich oft die Psychodiagnostik von Patienten nach der Methodik von Lüscher, die mit Farbvorzuzugungen (die Entscheidung „für“) oder mit der Gleichgültigkeit (Ablehnung, negativer Einschätzung) bestimmten Farben gegenüber verbunden ist. Bekanntlich kann die Einwirkung der Farbe sowohl eine physiologische, als auch eine psychologische Wirkung verursachen. Diese Tatsache wird nicht nur in der Psychologie, sondern auch in der Kunst, Ästhetik, Betriebshygiene sowie in anderen Sphären berücksichtigt. Die Bevorzugung des Gelben in Kombination mit anderen Farben wird nach der Methodik von Lüscher folgenderweise psychologisch interpretiert:

gelb und blau: ein Zeichen der insgesamt positiven Stimmung und des Strebens zu einem positiven emotionalen Zustand, zur Duldsamkeit;

gelb und grün: insgesamt positive Stimmung, das Streben zur Suche nach richtigen Wegen zur Lösung von aktuellen Aufgaben und zur Selbstbestätigung;

gelb und rot: etwas erhöhte geschäftliche Aufregung, das Streben zur größeren Aktivität;

gelb und lila: leichte Euphorie, das Streben zu prägnanten Erlebnissen, zur Wirkung nach Außen;

gelb und braun: negative Stimmung, Verdruss und Bedarf an einer emotionalen Entspannung und Erholung;

gelb und schwarz: sehr negative Stimmung, das Streben, allen Problemen auszuweichen, die Neigung zu wenig adäquaten, aber notwendigen Lösungen;

gelb und grau: ein negativer Zustand, Niedergeschlagenheit, die Suche nach einem Ausgang aus einer unangenehmen Situation. Unklare Vorstellungen über die Möglichkeiten einer Lösung.

Langjährige Beobachtungen der Reaktion meiner Patienten auf die Farbe gelb im psychotherapeutischen Prozess bestätigen den Schluss, zu dem viele Forscher gekommen sind: die Farbsymbolik ist fest in die Mythen eingegangen und auf zwei Wegen von Generationen zu Generationen weiter geleitet worden – auf dem genetischen und durch die Folklore. Es war aber schon immer mein Wunsch, dass die Menschen, die meine psychotherapeutische Hilfe brauchten, auch einen dritten Weg für sich entdeckten: den psychologisch-allegorischen Weg, in dem die Farbe gelb (ebenso wie die anderen Farben) als eine bedingte Bezeichnung unserer Vorstellungen vom Leben, unsrer Lebensempfindungen erscheint. Diese Bezeichnungen wären nur für uns allein da, und wir bräuchten ihre Bedeutung nicht mit den Anderen zu vereinbaren.

Psychologisch-allegorische Beispiele der Wahrnehmung und der Verwendung der Farbe Gelb

Die Allegorie wählt aus einer Vielzahl von symbolischen Bedeutungen nur eine aus. Als Forscherin darf ich mir eine Bemerkung zulassen: die Allegorie ist immer enger als das Symbol. Als praktizierende Psychologin aber bin ich überzeugt, dass Allegorien besonders zu Zeiten der seelischen Spaltungen und Konfrontationen notwendig sind. Es ist übrigens erstaunlich, dass in unserem öffentlichen Leben (nicht im intimen Persönlichkeitsleben!) viele Farben öfter erwähnt werden als die Farbe gelb: „weißer Rabe“, „schwarzer Humor“, „rosiges Licht“, „der Krieg der Roten und der weißen Rose“, „Weiße Garde“, „Rote Armee“, „Partei der Grünen“ u. a.

Die Empfindlichkeit der Öffentlichkeit der Farbe gelb gegenüber scheint „verduftet“ zu sein, aber unser individuelles Bewusstsein bestimmt die Farbe sehr eng und nur für ein bestimmtes poetisches Bild. Nehmen wir als Beispiel den russischen Dichter Sergej Jessenin: in seinen Gedichten spricht er von der „gelben Verwesung“, vom „goldenen Laub“, vom „Gelb des Laubs“

Das Schaffen Jessenins gehört zur russischen Literatur des „silbernen Zeitalters“ und war eine Widerspiegelung seiner leidenschaftlichen

Natur. Das war ein Künstler mit einer russischen «herausfordernden» Begabung. In der Literaturwissenschaft werden die Jahre 1919-1925 als „gelbe“ oder „herbstliche“ Periode seines Schaffens bezeichnet. Seine psychologische Geschichte war nicht leicht, sondern verwickelt und „rissenhaft“. Aber in diesen 6 Jahren hat er das Leben „gelb“ empfunden und darüber in seinen Gedichten geschrieben.

In unseren psychotherapeutischen Interviews und Kommentaren zu diesen sprachen wir mit unseren Patienten oft über die Farbenpracht oder die Farbenverarmung der Seele. Die strahlende Energie des Gelben wird von manchen als eine Bedrohung, als eine Invasion empfunden. Der Mensch gewöhnt sich so stark an Stereotypen seiner historisch-kulturellen Denkweise, dass er oft überrascht ist, wenn wir gemeinsam einen neuen, individuellen Stil der Farbenempfindung „entdecken“. Im psychotherapeutischen Prozess analysieren wir psychologische Geschichten der Menschen, die unsere Hilfe brauchen, und lernen die Vielfarbigkeit der Regenbogenfarben wahrnehmen, in der die Farbe gelb für jeden Menschen ihren besonderen Platz einnimmt, ihre Aussagekraft besitzt und seine Einstellung zum Leben bestimmt.