

SZÍNEK JELENTÉSE



KAPÓCS ANIKÓ
SZINTERAPEUTA,
KINEZIOLÓGUS

A Kineziológia Magazin 2. számában megismerkedhettünk a színek világával, a színterápia alkalmazási területeivel és módjaival. Most egy olyan összeállítást szeretnénk átadni az olvasónak, melyben remélhetőleg választ talál a színek jelentésével kapcsolatos kérdéseire. Bízunk benne, hogy kineziológusként és laikusként is hasznát veszi az itt olvasottaknak.

Goethe színelméletének központi színei a fekete és a fehér, mely a sötétség és a világosság tulajdonságain alapul. Goethe szerint a sötétség és a világosság között minden szín megtalálható, e kettő között lüktet az egész világ. Tiszta színek háromszöge a piros, a sárga, a kék, melyből az összes többi szín kikeverhető. Ha a színeket egyenlő arányban keverjük, létrehozuk a kevert színek első rendjét: a vörös és a kék adja a lilát, a kék és a sárga a zöldet, a sárga és a vörös a narancssárgát. Így jön létre a Goethe-féle 6 részes színekör. Az egymással szemben elhelyezkedő színek a komplementer (kiegészítő) színek, ellenkező hatásúak. Harmadlagos színeket úgy kapunk, hogy a másodlagos színek mindegyikét összekeverjük a szomszédos alapszínnel. Az arany, korall, olajzöld, türkiz, királykék, magenta egészíti ki a 12 részes színekört. Megemlítenéd még a rózsaszín, mint a vörös halványabb, tisztább változata; a fehér, más néven tiszta, a visszavert fény; a fekete, az elnyelt fény; a barna, földies; és a szürke, semleges szín.

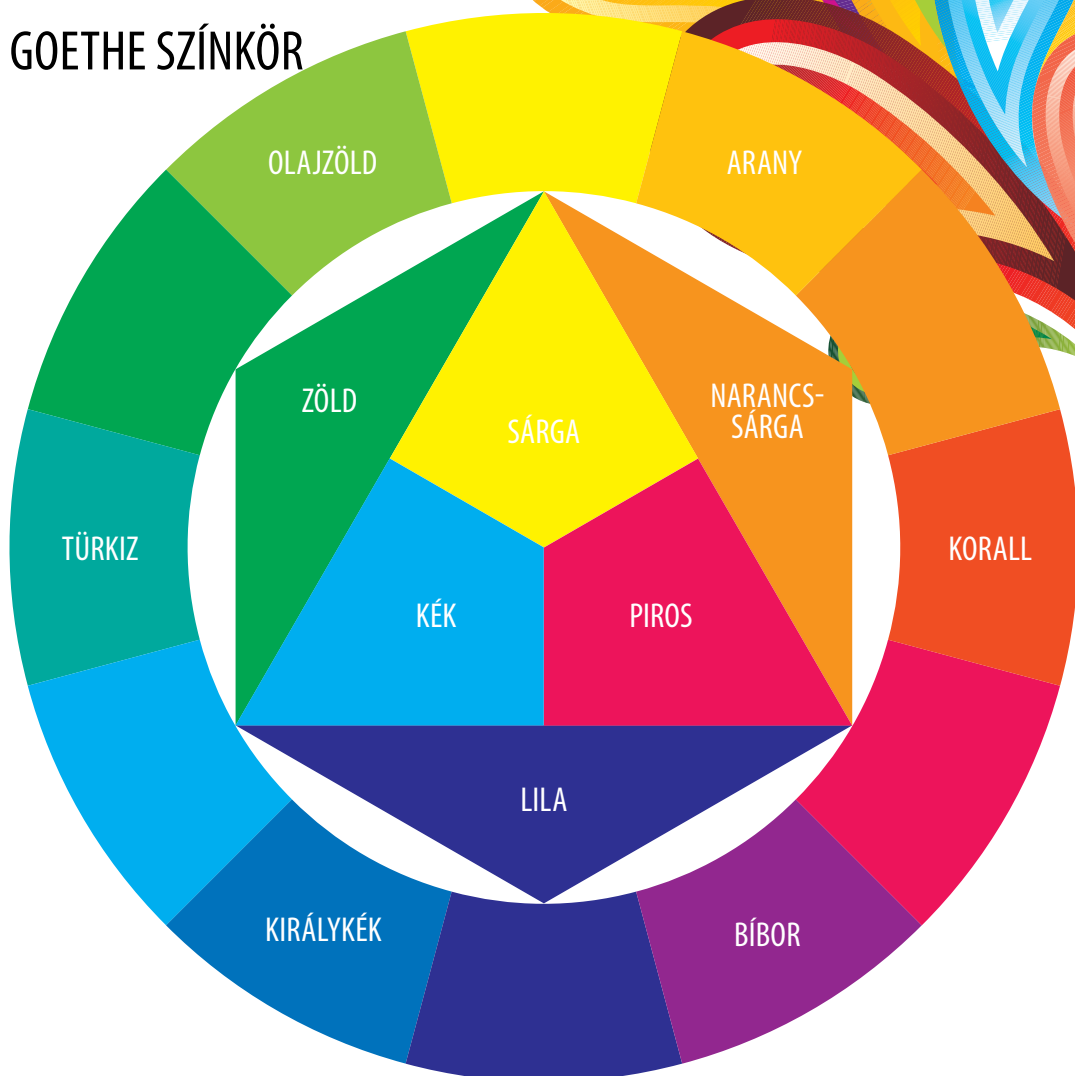
A színekör alapján vegyük sorra színeket és azok jelentését.

VÖRÖS

Szimbolikus jelentés:

Ősi bizalom és ősi életenergia, a földdel és az anyagi világgal való kapcsolat. Erő, mozgás, kezdet, születés, szerelem, szeretet, forróság, tűz. VÉR – élet, energia, családi kötelék. Vöröskereszt – túlélés. Vörös rózsza – szerelem, szenvedély.

GOETHE SZÍNKÖR



dély. Piros közlekedési lámpa – veszély és büntetés, akció – reakció. A Mars a Vörös bolygó – harc, háború, élet-halál. Vörös lámpás negyed – szexualitás, anyagi világ, agresszió. Matador vörös köpenye – harc, küzdelem, életvesztély.

Érzelmijelentés: temperamentumosság, bátorság, biztonságérzet, érzelem, szenvedély.

A vörös szín szeretete aktív, dinamikus, életigenlő kedélyt mutat, aki önmegvalósító, új utakat, lehetőségeket is felvállal. A vörös

szín hiánya vagy el nem fogadása az önbecsülés hiányát, a visszahúzódó, passzív, életunt embert jelzi.

Negatív jelentése: anyagiasság, idegesség, harag, agresszió, erőszak, sérelmek és szenvedések. Lázás, harcias, pusztító szenvedély.

dély kifejezője. A túl sok vörös hatalmat, felsőbbrendűségi érzést is szimbolizálhat.

KORALL

(vöröses narancssárga)

Korall: kemény, mésztartalmú anyag, amely apró tengeri lények csontvázaiból épül fel. Lehet vörös, rózsaszín és fehér – a mélységtől függően.

Szimbolikus jelentés: Szeretet, empátia, önmagunk szeretete. Jó függőségi viszony kialakulása, a függetlenség megmaradásával. A tenger koralljai is így élnek: együtt, de külön.

A korall személynek nagyon jó érzéke van a közösség és a kölcsönös kapcsolódás iránt, a korall ásványként tükrözi ezt úgy, hogy elveszti a színét, ha eltávolítják abból a környezetből, amelyben nőtt.

Érzelmi jelentése: segít a rossz kapcsolatok, félelmek elengedésében, a viszonzatlan szerelem, szeretet feldolgozásában, feladattaink, életterhünk szeretetteljes elfogadásában. A boldog szerelem színe.

NARANCSÁRGA

Szimbolikus jelentés: Kreativitás, ötletgazdagság, művészet. Összhang, szépség, érzékiség, nevetés, öröm, boldogság.

Érzelmi jelentés: Az érzelem, barátság és életöröm színe. A vidám, társaságot kedvelő emberek vonzódnak hozzá. A narancssárga szín szeretete aktív, magabiztos emberre jellemző, akiben megvan a belátás, befogadás és elengedés képessége. Nem kedvelik ezt a színt a határozatlan, peszsimista, depressziós emberek, akikben bizonytalanság és kételemek uralkodnak, önbecsülésük, önértékelésük hiányt szenved. Sok narancssárga szín utalhat izgatottságra, érzelmi kiegyensúlyozatlanságra, függőségi viszonyra, hisztériára, sokkra, traumára. A vörös és a sárga, a hatalom és a tudás büszke öntudatot eredményez a narancssárgában, ami túlzott büszkeségre, becsvágyra, hiúságra, feltűnési vágyra is utalhat.

ARANY

Szimbolikus jelentés:

Bölcsesség, tudás, igazság, önértékelés. Testi, lelki, érzelmi, értelmi és spirituális gazdagság. Megvilágosodás. Az arany Szent Grál olyasvalami jelképe, amit csak nagy nehézségek árán lehet megszerezni. A katolikusoknál minden arany spirituális szentséget jelképez. Az arany tojást tojó tyúk a gazdagság jelképe. Méz, búzamező, aranyalma, aranyhal a bőséget jelképezi.

Érzelmi jelentés: Elmélyült önismeret, jó ítélőképesség, bizalom. Túlzott mennyiségben jelenthet: önelégültséget, kapzsiságot, bizalmatlanságot, ítélkezést. A szín elutasítása bizonytalanságot, önmegvetést, önitéletet, kétségeket, zavarodottságot, hozhat létre. Ez a szín felhívja figyelmünket arra, hogy tanulnunk kell hibáinkból, hiszen aki nem rendelkezik elegendő tudással, bölcsességgel ahhoz, hogy felismerje tévedései következményét újra, és újra elfogja követni ugyanazt a hibát.

SÁRGA

Szimbolikus jelentés:

életerő, egészséges életmód, értelem, elért tudás, boldogság. A személyiség kibontakozása, akarat, önállóság, hatalom. Ez a szín áll legközelebb a napfényhez, nap jellegű természete révén meleget, lelkesedést, életet adó erőt sugároz. Az apa szimbóluma, a tanítók színe.

Érzelmi jelentés: vidámság, nevetés, megelégedettség, kíváncsiság; nyitottság az újra, a változásra. Művelt, értelmes, bölcs, nyílt, derűs, öntudatos, optimista emberek kedvelik ezt a színt, a pesszimista, életunt, búskomor, lehangolt emberek pedig elutasítják. Rajtuk az aggodalom, féltékenység, bizalmatlanság, félelem, gyávaság, zavarodottság, szorongás, keserűség, sírás válik úrrá.

Sok sárga az erősen fejlett intellektusra és becsvágyra utal. A személy kissé öntelt és feltartóztathatatlanul nyomul a jövőbe, miközben az újat, a modernet és a fejlődőt kutatja.

OLAJZÖLD

Szimbolikus jelentés: Élet

a földön. Olajfa ág: az új föld szimbóluma, az új kezdet ígérete. Aszszonyi bölcsesség, feminin tudás, női vezetés. Tudatosság a szíven keresztül, a szív (zöld) és az értelem (sárga) egyensúlya.

Érzelmileg segít (a napfonat és a szív összekapcsolódásával) félelmeink elengedésében, a keserűség, fájdalom feldolgozásában. Az olajzöld szeretete segít saját utunk megtalálásában, szívóssá, kitartóvá tesz, vezetői képességre utal. Az olajzöld elutasítása merevvé, hajlíthatatlanná, ironikussá, elégedetlenné, önzővé, gyávává tehet.

ZÖLD

Szimbolikus jelentés: Természet, növekedés, tavasz, megújulás, nyugalom, gyógyítás, kitartás, döntőképesség. A földön található szerves élet: fák, örökzöldek (életfolytonosság) az egész növényvilág színe. A szívárvány központja.

Mint a kék és a sárga keveréke, egyesül benne a szellem és a lélek, a tudás és a hit, a nő és a férfi. Szinkronicitás: jó időben, jó helyen lenni; mozgásban lenni.

Érzelmi jelentés: A harmóniára törekvő, érzékeny, együttérző, jószívű, önzetlen, megbízható, barátságos, természetszerető, nyílt emberek kedvelik ezt a színt, akikben felébred a gyógyító erő. Akik ezt a színt választják, gyakran segítő jellegű foglalkozást üznek. A zöld szín szeretete jó ítélőképességet, igazságérzetet, határozottságot, megegyezésre való hajlamot, nagylelkűséget tükröz.

A zöld szín elutasítása döntésképtelenné, elégedetlenné, bizonytalanná, rosszhiszeművé, iriggyé, féltékennyé tehet. Aki nem szereti ezt a színt, örökös tér- és helyhiányban szenved, mindig más helyre vágyik, mint ahol éppen van. Sok zöld kiegyensúlyozott, elégedett, egészséges emberre utal, aki megteremtette a belső békéjét.

TÜRKKIZ

Szimbolikus jelentés: Kapcsolattartás, tömegkommunikáció, művészetek és más kifejezési



mélyével kapcsolatban.

Túl sok királykék nagyon nagy érzékenységre utal, amit, ha nem megfelelően kezelünk, bezárkózottsághoz, álomvilágba forduláshoz vezethet.

LILA

Szimbolikus jelentés: Megvilágosodás, misztika, spiritualitás, átváltozás. Gyógyításra, szolgálatra, vezeklésre született emberek színe. A magasabb szellemi beállítottságúak, spirituális vonzódásúak, a felszabadult, megvilágosodott emberek szeretik.

A sárga, a tudás ellenpólusaként a lila a tudatalatti, a titkok színe. **Érzelmi jelentés:** Önállóság, lelkünk női (kék) és férfi (piros) oldalának egyensúlyba hozása, gondolati megtisztulás a jobb és bal agyfélteke kiegyenlítődése által.

A lila szín elfogadása, szeretete segíti a szellemi ébredést, spirituális fejlődést és felszabadulást, az élet értelmének felismerését.

Elutasítása a szellemi tapasztalatoktól való félelmeket jelenti, nagyképűséget, ellentmondásosságot, magányt, szenvedést takar.

MAGENTA (BÍBORVÖRÖS)

A vörös és lila szín keveréke, azaz a szívárvány, a fény spektrum 2 vége; a legrövidebb és a leghosszabb fényhullám egyesüléséből jön létre. Kapcsolat fény és sötétség között. A kereszténységben a vörösbor az Istennel való szent egyesülésünket szimbolizálja. Isteni szeretet, szolgálat és gyógyítás. Ez a szín a védelmező védője, a gyógyítók gyógyítója.

Segít összpontosítani, hogy megtaláljuk az élet értelmét.

KIRÁLYKÉK (indigókék)

Szimbolikus jelentés: intuíció, bölcsesség, életfilozófia. A VI. Csakra (harmadik szem), sors és világformáló energiák kiindulópontja. Látnoki képességek, tisztán látó, tisztán halló médium. Mély meditáció, inkarnációkkal való kapcsolat lehetősége.

Érzelmi jelentés: külvilággal való kapcsolat, gondolkodás, beleézés, határozott döntéshozatal, világos helyzetfelismerés. A királykék a kék mélyebb változata, ezért a hatósággal, hatalommal való még mélyebb konfliktust hozza fel. **A szín szeretete:** intuitív, érzékeny, befelé forduló, szellemi-lelki síkon sebezhető embert mutat.

A szín elutasítása távolságtartóvá tehet. Hiánya függőséghez vezet, érzékeken keresztül való menekülésbe, pótcselekvésekbe: kábítószer-, alkohol-, étel-, szappanopera-függőség vagy bármilyen mánia. Mélyen gyökerező konfliktust mutathat az anya sze-

A részletekre való odafigyelésre, pontosságra készítet minket; motivál a tanulmányok elkezdésére, alkotó feladatok vállalására.

Aki szereti ezt a színt, tele van életerővel, izgalommal, tettvágygal; képes az együttérző, áldozatos szerelemre. Boldogtalanság, búskomorság ellenszere.

Aki elutasítja ezt a színt, türelmetlen, egoista és túlzottan érzelmes a kötődés hiányából fakadóan.

RÓZSASZÍN

Szimbolikus jelentés: „rózsaszínben látni a világot”. Feltétel nélküli szeretet, női megérzés, gondoskodás; együttérzés, törődés önmagunkkal is. Egyensúly a szeretet nyújtásában és elfogadásában, melegséget visz az életbe. Nyugodt, tiszta lelkű, művészi beállítottságú emberek kedvelik ezt a színt.

Érzelmi jelentés: Nőiség, anyaság színe, mely kislányokra, fiatal nőkre vonatkozik, nőknél a bennünk élő gyermekre, férfiaknál a tudatalatti nőiségre utal. Olyan emberek választják, akik valamilyen betegség vagy nyomás fizikai tüneteitől szenvednek (pl: menstruáló nő, agresszív környezetben élő). Félelem ellenszere, megnyugtatót, gyengédséget ad, pótolja a szeretet- és önbizalom hiányt, csillapítja az agresszivitást.

A rózsaszín elutasításával önbizalomhiány, túlzott ragaszkodás, agresszivitás léphet fel. Sok rózsaszín sebezhetővé, kiszolgáltatottá tesz.

FEHÉR, TISZTA

(A fehér és a tiszta fény egyenlő mértékben tartalmazza a spektrum minden színét, a különbség az, hogy a fehér a visszavert ragyogás, a tiszta az átlátszó fényforrás, itt most egy minőségbe vesszük a két színt.)

Szimbolikus jelentés: Tisztaság, szüziesség, ártatlanság, könnyű, tiszta lap, új kezdet. Tiszta értelem és érthetőség. Megvilágosodás, megtisztulás.

Érzelmi jelentés: minden érzelem felerősödését; a szenvedést és a szenvedés megértését; a visszafojtott könnyeket jelenti. A szín segítségével, akár könnyek által, megtisztulhatunk.

Túl sok fehér gátat vet gondolataink szabad áramlásának, üresség érzetet és frusztrációt okozhat.

FEKETE

Szimbolikus jelentés: Sötétség, árnyék, nyugati kultúrában a halál, a gyász színe. Minden élet a sötétségben kezdődik, és ott is fejeződik be, ez a halál és az élet végtelen köre, a halál-újászületés folytonossága. A tudat elvesztése, „elsötétült előtte a világ”.

Érzelmileg fegyelmezett, független, befolyásolhatatlan, erőt, méltóságot sugárzó személy jelképe.

Negatív jelentése: szomorúság, lemondás, passzivitás, veszteség (lehet személy, társadalmi helyzet vagy eszme is), depresszió. Olyan helyzetekben kívánjuk ezt a színt, amikor csalódottak, csüggedtek, fáradtak, kimerültek vagyunk. Segítségével csökkenthetjük fájdalmainkat, állóképességre, kitartásra és szilárdságra ösztönöz bennünket.

BARNA

Szimbolikus jelentés: Föld, termékeny talaj, földhözragadtság, harmóniák. Harmóniát teremt családjunkban, otthonunkban, az anyagi létben, a test szükségleteiben, egészségi állapotunkban. Biztonságot adó, megnyugtató, a természetességet szimbolizálja. **Érzelmi jelentés:** lemondás, bánat, bűnbánat, megbízhatóság. A barna színhez való erős vonzódás gyakran azt jelzi, hogy az egyén bizonytalan, alacsony az önbecsülése, féltehetségnek teljes kibontakoztatásától, a megrekedtség érzése veszi hatalmába. Hiányzik a biztonság, szilárdság, megbízhatóság és az önuralom az életéből. A gyökerek, család és otthon vágyát jelzi. A barna érzelmi biztonságot, testi kényelmet, nyugalmat ad.

SZÜRKE

Szimbolikus jelentés: Ősregkor, ősz haj, hamu, elmúlás, tisztélet, alázat. Semleges szín, az érzések hiányát fejezi ki. Eltűnő életenergia, élettelenül válás. **Érzelmi jelentés:** Levetség, tehetetlenség, közöny, pesszimizmus. ❖