

Zeitschrift: FRAZ : Frauenzeitung
Band: - (2002-2003)
Heft: 3

Artikel: "Ich trage sonst nie Rot!"
Autor: Zbinden, Ruth
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1053612>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 27.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

«Ich trage sonst nie Rot!»

Eine sich klar bekennende Blauliebhaberin geht für die FRAZ auf Recherche — Ein Selbstexperiment

Die FRAZ fragt an, ob ich einen Artikel über die Psychologie der Farbe Rot schreiben würde. Tue ich natürlich. Erstens ist es die FRAZ, die mich anfragt, zweitens bin ich ja nun halt Psychologin und drittens fällt mir just auf, dass ich selbst nie Rot trage. Zwar besitze ich eine rote Hose und ein rotes Leibchen, aber bereits der Artikel «ein» sagt eigentlich schon alles. Wenn ich dann mal gerade nichts mehr anderes im Kasten habe oder – noch unwahrscheinlicher – mir wirklich einmal nach Rot ist, hält dieses Gefühl der Realität zirka vier Stunden stand. Spätestens dann überlege ich, ob ich nicht schnell Zeit habe, von der Arbeit weg runter in die Boutique zu gehen, um etwas Blaues zu kaufen. Die Erleichterung, die damit einhergeht, wenn ich das rote Leibchen dann in ein blaues verwandelt habe, ist etwa damit zu vergleichen, wenn frau für die Grösse 38 längst etwas zu breit geworden ist, sich noch eine Weile standhaft weigert, je ins 40 zu steigen, nach der dritten angefangenen Diät resigniert aufgibt und schliesslich die 40er-Hose überstreift und merkt: Das passt.

Aber vielleicht ist gerade jetzt der Zeitpunkt für eine Überprüfung und eine eingehendere Untersuchung dieser leichten Aversion gekommen. Und da ich die Praxis der Theorie immer schon vorgezogen habe, lenke ich meine Schritte nicht in die Psychofachbibliothek, sondern in den Schuhladen.

Ja, tatsächlich, da stehen knallrote Schuhe auf dem Gestell. «Vollgeil» würde mein Patenkind sagen, aber die sind wirklich etwas gewagt. Aber ich bin ja auf Recherche für die FRAZ, also rein in die tollen Dinger. Jesses, schon nähert sich die Verkäuferin: «Gälled Sie, die sind doch irrsinnig? Und passed wie aagosse.» Ja, schon, die Form ist wirklich super, aber diese Farbe. Schrecklich auffällig, finde ich.



Und nicht nur ich.

Zur Farbe Rot schrieb Lüscher, der Pionier der Farbpsychologie, Folgendes: «Rot erzeugt von allen Farbempfindungen die stärkste erregende Wirkung. Bei längerem Betrachten von Rot wird die Atmung rascher, Puls und Blutdruck steigen. Die Sinnesempfindung der Farbe in ihrer physiologisch-objektiven, allgemein gültigen Bedeutung ist Erregung.»

Bereits in den Anfängen der modernen Psychologie postulierten Wissenschaftler einen engen Zusammenhang zwischen den Wirkungen von Farben, die sie auf uns Menschen ausüben, und dem Wesen und Charakter des Menschen. Der 1947 entwickelte Farbtest von Lüscher geht davon aus, dass sich der seelisch-körperliche Zustand eines Menschen in den Farben und Farbabstufungen spiegelt, die der Mensch intuitiv auswählt. Lüscher legte seinen Probanden acht Farben vor (Rot, Gelb, Dunkelblau, Blaugrün, Violett, Braun, Grau und Schwarz). Die Versuchsperson wurde dann aufgefordert, diese Farben in einer Reihenfolge zu bringen, und zwar von der Lieblingsfarbe bis zur am wenigsten gemachten. Aufgrund der gewählten Reihenfolge schliesst man dann auf den Charakter der Testperson, auf ihren Antrieb, auf die bewussten und unbewussten Bedürfnisse, was für meinen Berufsstand oder für den Personalchef oder, immer noch seltener, für die Personalchefin natürlich am interessantesten ist.

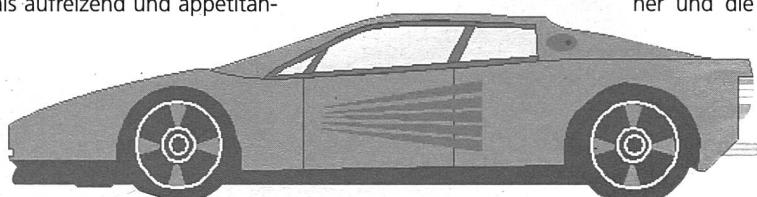
Wer Rot bejaht, empfindet es als stimulierend und aktivierend. Er oder sie erlebt es als lustvolle Stärke, als aufreizend und appetitanregend.

Also gut, jetzt aber mal genug theoretisiert, die Schuhe werden

gekauft! Die Master Card wird gezückt, denn das hat den Vorteil, dass der Betrag erst im nächsten Monat abgezogen wird (wahrscheinlich ein typisches Blauverhalten), und die dezenten schwarzen Schuhe verschwinden im Rucksack. Und dann wage ich mich auf die Strasse. Mir scheint, die Welt starrt auf meine Schuhe, aber möglicherweise liegt das auch an meinem überaus grazilen Gang (die Absätze sind für meine üblichen Gehverhältnisse schwindelerregend hoch). Ich stakse in Richtung Oberdorf. Vorbei am Kinderbuchladen. Im Schaufenster liegt eines meiner Lieblingskinderbücher: «Die rote Zora und ihre Bande». Ja, rote Haare hatte sie, diese Zora. Sinnbild für das Ungewöhnliche und Wilde, das Unbezähmbare. Ein Mädchen, das eine ungestüme Bande anführt. Nichts von sanfter Weiblichkeit und angepasstem Verhalten. Auch dafür steht die Farbe Rot, für das Vertrauen in die eigene Stärke, für das Selbstvertrauen. Kein Wunder, dass von jeher die Farbe Rot im Allgemeinen eher dem männlichen Geschlecht zugeordnet wurde. Rot war bei den Griechen und später auch im Christentum mit dem männlichen Prinzip verbunden. So war es auch die Farbe der Kriegsgötter Phoebus und Ares.

Negativ besetzt ist deshalb die Farbe Rot, assoziiert mit Blutergüssen, Hass, Rache, Aggression und Krieg. «Ein Mann sieht rot», so heisst ein harter Actionfilm mit dem sich rächenden Charles Bronson.

Mit diesen blutrünstigen Gedanken stakse ich weiter Richtung Limmatquai. Mein Gang ist unterdessen etwas selbstverständlicher und entspannter geworden. Ich betrachte die Männer und die



Frauen, die mir entgegenkommen. Rot kommt mir nicht allzu viel entgegen. Rosa und Weinrot ja, aber wenig Knallrot. Aber da, vor einer Boutique am Limmatquai steht ein leuchtend roter Ferrari. Da bin ich ja gespannt, wer da jetzt einsteigen wird. Wem gehört diese peinliche Zurschaustellung von Potenz und Macht? Mein feministisch geschultes Vorurteil besagt, es muss einfach ein mickriges Würstchen sein. Nach zwei Zigarettenlängen wird meine Neugier befriedigt. Allerdings mein Vorurteil nicht. Ein stinknomaler Mann setzt sich in das Auto und braust (immerhin!) davon.

IN S E R A T

mendelin

TEL 01 450 66 11
FAX 01 450 66 14
HÖFLIWEG 9
8055 ZÜRICH
WWW.MENDELIN.COM
INFO@MENDELIN.COM

grafik
multimedia
internet

C A R O L I N E

Um meine Füsse zu schonen, steige ich jetzt ins blaue Züri-Tram. Stellen Sie sich mal vor, die Züri-Trams wären rot! Grässlich, nicht? Mit einem blauen Tram hat man doch das Gefühl, sicher und ruhig von einem Ort zum anderen gefahren zu werden. Mit einem roten Tram hingegen denke ich gleich an die Notfallstation des Universitätsspitals.

Nicht umsonst wird Rot in der Verkehrsführung ausgiebig gebraucht. Stop! Gefahr! Denn Rot ist einfach nicht zu übersehen.

Es tut mir gar nicht gut, zu viel über dieses Rot nachzudenken. Meine Hirnwundungen sind nun beim Redlight District und dem sündigen Rot angelangt. Erinnerungen an eine Reise vor über zwanzig Jahren nach Amsterdam, an die rot erleuchteten Schaufenster mit nackten Frauen drin. Ein Mann sieht auf meine Schuhe. Jesses, was denkt der jetzt? Es fehlt jetzt nur noch, dass ich erröte. Sich mein Innerstes nach aussen kehrt und man mir ansieht, was ich auf jeden Fall vermeiden möchte. Rot steht ja auch für die Lust, das Erobern und das Begehr. Am liebsten würde ich es jetzt hinausschreien: Ich bin nur auf Recherche! Ich trage sonst nie rote Schuhe! Stattdessen hefte ich meinen Blick ungemein interessiert auf die grüne Limmat. Grün steht nach Lüscher für Ruhe und Stabilität, und das kann ich jetzt dringend gebrauchen. Dass Farben ganz offensichtlich eine Wirkung auf uns haben, hat sich auch die Farbtherapie zunutze gemacht. Anscheinend kann unser Körper über die Haut Farbschwingungen aufnehmen. So soll rotes Licht die Vitalität, den Willen und die Potenz stärken. Kontraindiziert ist es hingegen bei Bluthochdruck und Fieber, also immer dann, wenn schon zuviel Druck oder Entzündung im Körper ist.

Unterdessen ist das Tram beim Central angekommen und die Limmat aus meinem Blickfeld verschwunden. Mir genügt es für heute. Ich set-

ze mich kurz auf ein Bänkli, mache meinen Rucksack auf und, ah, welche Erleichterung für meine Füsse und meine Seele, tausche die roten Schuhe wieder gegen meine alten schwarzen. Beschwingt mache ich mich auf den Heimweg. Vorbei am Arteflor, einem der schönsten Blumenläden dieser Stadt und dummer, das heißt ins Geld gehenderweise, grade bei mir um die Ecke. Und da leuchtet es mir wieder entgegen, das Rot in allen Farben. Am besten gefallen mir die dunkelroten Rosen. Symbol der Liebe und Treue.

Das Tragen roter Tücher oder Bänder gehörte ja auch bei vielen Völkern zu den Hochzeitsbräuchen.

Wunderschön sind sie, diese Rosen; ich kaufe drei Stück für mich und kann nur sagen: Rot finde ich wunderschön, aber nicht an mir selbst. Die psychologischen Überlegungen dazu überlasse ich meinen Leserinnen.

Ruth Zbinden ist Psychotherapeutin und lebt in Zürich.

