#### INFORMATION FÜR PRESSE

**DIE FARBEN CHINAS**

**GELB – VON KAISERN, DRACHEN UND DER PERFEKTEN BALANCE**

1 x 43 min. TV-Dokumentation

(1600 Zeichen)

**Seit Jahrtausenden kennt China die Lehre vom Kreislauf des Lebens. Danach gibt es 5 Phasen, die mit 5 Farben verbunden sind. Gelb ist die Farbe der Erde, es steht für den Ausgleich aller Dinge und Handlungen, der so wichtig ist für das chinesische Denken. Die Medizin zielt auf die Balance der inneren Organe ab, beim Kochen geht es um die Ausgewogenheit der Geschmäcker. Gelb ist die Farbe der Mitte und war über Jahrhunderte ausschließlich dem Kaiser vorbehalten.**

In der Lehre der 5 Elemente, Wu Xing, ist das Jahr statt in vier Jahreszeiten in fünf Phasen aufgeteilt. Zwischen Sommer und Herbst liegt der Spätsommer. Der Moment der perfekten Balance, bevor dem Wachstum das Verblühen folgt. Sein Element ist Erde, seine Himmelsrichtung die Mitte, seine Farbe ist Gelb. Die Farbe der Kaiser. Noch heute prägt Gelb den Blick auf Pekings historischen Kaiserpalast, die „Verbotene Stadt“. Nur wenige andere Farben finden sich hier. So ist das Dach des Prinzenpalastes Grün, für Wachstum. Das Dach der Bibliothek ist Schwarz, was für das Element Wasser steht – ein Schutz gegen Feuer.

Köchin Li Ayin sucht in ihren Gerichten nach der Balance der Geschmäcker: Süß, sauer, bitter, scharf und salzig, keiner darf überwiegen. Sie kocht nach kaiserlichen Originalrezepten ihres Urgroßvater. Auch die Farben des Essens sind wichtig. „Schwarzes Essen wirkt auf die Nieren. Rot aufs Herz. Gelb hat Einfluss auf die Milz. Und Weiß beeinflusst die Lunge.“, weiß Li Ayin. „Das richtige Verhältnis von Farben und Geschmäckern fördert die Gesundheit.“

Auch die traditionelle chinesische Medizin zielt darauf ab, den Körper gesund und in Balance zu halten. In der TCM stehen die Organe alle miteinander in Beziehung. Medikamente bestehen aus Kräutern und anderen natürlichen Produkten und werden für jeden Patienten individuell zusammengestellt. Nur in der richtigen Kombination können sie wirken.

(600 Zeichen)

Seit Jahrtausenden kennt China die Lehre der 5 Elemente, die den Kreislauf des Lebens beschreibt. Danach gibt es 5 Phasen, verbunden mit 5 Farben. Gelb ist die Farbe des Elementes Erde und steht für den Ausgleich aller Dinge und Handlungen, der so wichtig ist für das chinesische Denken. Die Medizin zielt auf die Balance der inneren Organe ab, Medikamente aus natürlichen Produkten werden für jeden Patienten individuell zusammengestellt. Nur in der richtigen Kombination können sie wirken. Beim Kochen geht es um die Ausgewogenheit der Geschmäcker. Süß, sauer, bitter, scharf und salzig, keiner darf überwiegen. Gelb ist außerdem die Farbe der Mitte und war über Jahrhunderte dem Kaiser vorbehalten.

**CREDITS**

Regie: Jan Hinrik Drevs

Redaktion: Martin Pieper (ZDF | ARTE)

Produzent: Christian Beetz