

## Der Mensch zwischen Yin und Yang

Die Chinesen betrachten den menschlichen Körper als einen Mikrokosmos, in dem sich die grossen kosmischen Zusammenhänge widerspiegeln. Sie sind überzeugt, dass dieselben Kräfte, die das Universum beherrschen, auch die Natur beseelen, auch den Menschen selber bestimmen. Die chinesische Philosophie versteht den Menschen als Teil des Kosmos, eingebettet in die universale Rhythmik, aufgespannt zwischen Himmel und Erde, zwischen den Polen Yang und Yin.

Überall findet sich das Prinzip der Polarität: hier die Erde – dort der Himmel; hier das Unten – dort das Oben; die Erde als Endlichkeit – die Atmosphäre und das Darüber als Unendlichkeit; Erde als Sichtbares – der Himmel, die Luft als Unsichtbares. Polarität erlaubt Bewegung und Wandlung: die Erde dreht sich, so wandelt sich der Tag zur Nacht; sie verändert rhythmisch ihren Stand zur Sonne, und bewirkt so den Wandel der Jahreszeiten. Das Wasser fällt als Regen zur Erde, sammelt sich in Rinnsalen, Bächen und Flüssen zu Meeren und steigt verdunstend zum Himmel, um als Regen seinen Kreislauf zu vollenden.

Wesentliche Grundlage des daoistischen Denkens ist die Vorstellung des ewigen Fließens, der Veränderbarkeit allen Seins. Das Entsprechungssystem von Yin und Yang besagt, dass alle Naturerscheinungen und Lebensabläufe in polarer Wechselbeziehung zueinander stehen. Der ideale Zustand der Natur, daher auch der Gesundheit, ist dann gegeben, wenn sich die beiden in einem harmonischen Gleichgewicht befinden.

Yang bezeichnet etymologisch die besonnte Seite eines Berges, also die Bestrahlung, während Yin dem schattigen Hang, dem, was nach der Bestrahlung vorhanden ist, entspricht. Yang ist das Aktive, das Induzierende, Bewegende, Dynamisierende, sich

Entfaltende; das, was Bestehendes verwandelt. Yin, das Struktive, d.h. Konkretisierende, Materialisierende, Somatisierende, wird im chinesischen Denken verstanden als Vollendendes, Ruhendes, Festes.

Das wichtigste Merkmal daoistischen Denkens – seine Essenz – ist das Gewahrsein der Einheit des Universums und die gegenseitige Beziehung aller Dinge und Ereignisse. Der Kardinalpunkt dieser Weltanschauung ist die Erfahrung, dass alle Phänomene in der Welt Manifestationen einer einzigen fundamentalen Identität sind. Alle Dinge werden als voneinander abhängige und untrennbare Teile des kosmischen Ganzen gesehen, als verschiedene Manifestationen der gleichen letzten Wirklichkeit. Die letzte Realität, die den von uns beobachteten Dingen und Ereignissen zugrunde liegt, ist das Dao, der Weg oder der Prozess des Universums, die Ordnung der Natur. Das Dao ist der kosmische Prozess, an dem alle Dinge beteiligt sind. Indem der Weise dies erkennt und sein Handeln danach richtet, wird er «eins mit dem Dao» und lebt in Harmonie mit der Natur.

Im normalen Leben sehen wir diese Einheit aller Dinge nicht, sondern teilen die Welt in getrennte Objekte und Ereignisse. Diese Unterteilung ist nützlich und notwendig, um mit unserer alltäglichen Umgebung umgehen zu können, aber sie ist keine Grundeigenschaft der Wirklichkeit. Sie ist eine Illusion unseres unterscheidenden und kategorisierenden Intellekts. Das höchste Ziel des Daoisten ist, der Einheit und gegenseitigen Beziehung aller Dinge gewahr zu werden, den Begriff des isolierten individuellen Ich zu überwinden und sich mit der «letzten Realität» zu identifizieren.