

Yin Yang

Autor/in: www.wikipedia.org



Yin und Yang sind zwei Begriffe aus der chinesischen (Natur-)Philosophie.

Bei Yang handelt es sich um das Prinzip Himmel. Bei Yin um das Prinzip Erde.

Der Übergang von Yin zu Yang ist dabei fließend. Die genauen historischen Ursprünge liegen vermutlich viele tausend Jahre in der Vergangenheit. Zuerst wurde das Prinzip im I Ging erwähnt, das aber auch nur sehr ungenau auf etwa 700 bis 1000 Jahre v. Chr. datiert werden kann. Zu dieser Zeit standen Yin und Yang vermutlich noch für recht praktische, alltägliche Dinge. Anhand der entsprechenden chin. Schriftzeichen wird vermutet, dass Yin anfangs vermutlich die Bezeichnung für die kältere, nach Norden weisende Seite eines Hügels war, mit Yang wurde die wärmere, nach Süden weisende Seite bezeichnet. Ursprünglich war es also eine rein geografische Einordnung. Nach und nach wurde Yang mit Sonnenlicht allgemein gleichgesetzt, während Yin mit Schatten verbunden wurde. Bald wurde daraus abgeleitet, dass die Sonne selbst Yang ist, Erde und Mond hingegen waren Yin.

YANG oben warm vorwärts aufwärts Expansion Aufsteigen Feuer hell fest hart

YIN unten kalt rückwärts abwärts Kontraktion Absinken Wasser dunkel flüssig weich

Mit der Zeit wurden die Begriffe immer abstrakter, allgemeiner angewendet. Die Tabelle zeigt einige typische Entsprechungen von Yin und Yang, stellvertretend für die Vielzahl von möglichen Gegensatzpaaren.

Wichtig ist, dabei immer in einem Zusammenhang zu bleiben. Es ist unsinnig zu sagen, Yang ist oben und Yin ist Wasser. Außerdem lässt sich weder Yin noch Yang in reiner Form finden, das Eine bedingt das Andere (Dualismus). Man kann auch nicht sagen, das eine sei gut und das andere schlecht, denn die daoistische Philosophie betont immer wieder, dass das Weiche (Yin) das Harte (Yang) besiegt und in einigen Schulen des Daoismus muss der Adept erst reines Yin werden, um den Funken des Yang erlangen zu können. Bsp. aus dem Tai Chi: Frage: Schau einen Stock an - sein eines Ende ist Yin, das andere Yang. Welches ist wichtiger? Antwort: Der Stock selbst ist wichtig!

Sonnenstrahlen sind ein gutes Yang-Beispiel: Sie kommen von der Sonne (vom Himmel, von oben) sind warm, hell, Licht und eine nicht anfassbare, dennoch spürbare subtile Energie. Diese Energie wird in Pflanzen mithilfe der Photosynthese in chemische Energie umgesetzt, welche als Träger und Speicher von Energie für die Pflanze dient. Dieser Prozess benötigt jedoch auch ein materielles Gegenstück, Wasser und Kohlendioxid. Das Yang der Sonnenstrahlen benötigt also Yin-Elemente, um wirksam zu werden.

Wasser kann als Yin-Beispiel dienen: Wasser fließt immer nach unten, ist als Meer kühl und dunkel. Wenn es gefriert, wird es aber zu Eis, also zum einen kälter, zum anderen ist es oberhalb des fließenden Wassers. Ohne Sonnenlicht würde es vermutlich nur Eis geben, welches kein Leben mehr ermöglicht. Sonne und Wasser müssen in ausgewogener Menge vorhanden sein, wie auch Yang und Yin.

Diese konkrete Beispiele müssen jedoch immer relativ bleiben, da Yin und Yang vor allem durch ihr Zusammenspiel gegeben sind. Harmonie und Ausgeglichenheit zwischen diesen beiden entgegengesetzten Kräften sind in der östlichen Philosophie ein zentraler Punkt. Im obigen Beispiel bedeutet die Harmonie von Yin und Yang beispielsweise Leben, beziehungsweise die Möglichkeit dazu.

Die in diesem Verzeichnis vorgestellten Therapien und Methoden werden zum Teil seit Jahrhunderten praktiziert und sind auch in heutiger Zeit in Kursen und Seminaren unterrichtet worden. Sie können bei gesundheitlichen Problemen Rat und Hilfe eines Arztes nicht ersetzen. Der Betreiber dieses Verzeichnisses übernimmt keine Haftung für Schäden, die sich aus dem Gebrauch oder etwaigem

Missbrauch der hier vorgestellten Therapien und Methoden ergeben.

Alle Inhalte dieser Website copyright ©Heilverzeichnis/Heal24.com und der jeweiligen Rechte-Inhaber. Weiterverbreitung der Inhalte ohne vorherige schriftliche Genehmigung ist nicht zulässig. Alle Rechte vorbehalten