

Yin und Yang

♦ aus: **Handbuch Kognitive Revolution, Der vielsichtige Mensch, S. 96 ff**

Eine der klügsten Antworten auf die Frage nach dem Zusammenwirken gegensätzlicher Pole findet man in der chinesischen Philosophie (Taoismus, Begründer Laotse, 6. Jahrhundert v. Chr.) mit dem Beispiel der dynamischen Harmonie von Yin und Yang. Entstanden aus dem alles umfassenden Tao bringen beide Pole durch ihr Zusammenwirken die Welt der Vielfalt und Gegensätze hervor.

Yin und Yang bezeichnen zum Beispiel die beiden Seiten eines Berges im Sonnenlicht. Die besonnte Seite nannte man Yang und die schattige Seite Yin. Bereits bei diesem Bild wird ein wichtiger, zentraler Punkt – um den es im Wesentlichen geht – sehr deutlich: Ein und der gleiche Berg hat zwei verschiedene Seiten, die zusammengehören und nicht voneinander getrennt werden können, die aber über entgegengesetzte Qualitäten verfügen: über Sonne (Yang) und über Schatten (Yin). Demnach sind Yin und Yang einerseits Gegensätze, aber andererseits sich ergänzende (komplementäre) Aspekte eines Einzigigen – in diesem Beispiel eines einzigen Berges.

Der zweite zentrale Punkt im Verständnis von Yin und Yang ist deren (je nach Gegebenheit) unaufhörliches dynamisches Zusammenwirken. Im Folgenden dafür zwei Beispiele: den Wechsel der Jahreszeiten und das Miteinander von Tag und Nacht.

- Yang steht für Sonne, Licht, Tag, Wärme, Trockenheit und Sommer.

- Yin steht für Mond, Dunkelheit, Nacht, Kälte, Feuchtigkeit und Winter.

Sommer (Yang) und Winter (Yin) stehen im ständigen Wechselspiel miteinander. Frühling und Herbst sind deren Zwischenstufen. Zur Sommersonnenwende hat die Kraft des Yang (des Sommers) ihren Höhepunkt erreicht, und die Kraft des Yin (des Winters) scheint nunmehr gänzlich verschwunden zu sein. Genau das aber ist der Augenblick, in dem das Yin wieder beginnt, seinen Einfluss ganz lang-sam zu vergrößern, bis es im Herbst die Kraft des Yang (des Sommers) an Stärke überholt und dieses dann zur Wintersommerwende gänzlich verdrängt zu haben scheint. Das Yang aber beginnt jetzt seinerseits wiederum zu wachsen, bis hin zu seinem Höhepunkt, der Sommersonnenwende. Und dann beginnt der Kreislauf von vorne. Dieser Wechsel der Jahreszeiten stellt einen Prozess des permanenten Ineinandergreifens der beiden untrennbaren Kräfte Yin (Winter) und Yang (Sommer) dar, in deren Zyklus nicht nur die beiden Extreme – Scheitelpunkt des Winters (Wintersonnenwende) und Scheitelpunkt des Sommers (Sommersonnenwende) – ihren Platz haben, sondern auch unzählige Zwischenstufen, die jeweils einer etwas anderen Verteilung (Kombination) der beiden Kräfte Yin und Yang entsprechen. Das alles sind Stufen, in denen nicht entweder nur Yin oder nur Yang vorhanden sind. Die jeweils vorhandene Kombination dieser sich ergänzenden, komplementären Kräfte bestimmt den exakten Zeitpunkt (Monat, Tag) im Wechsel der Jahreszeiten.

Das trifft genauso auch für den Wechsel von Tag (Yang) und Nacht (Yin) zu. Es gibt nicht nur die Mitte der Nacht und die Mitte des Tages, sondern es existieren unzählige Zwischenstufen, die durch die jeweilige Kombination beider Kräfte genau bestimmt werden. Jeder einzelne Zeitpunkt am Tag bzw. in der Nacht entspricht einem exakten, immer etwas anderen Verhältnis von Tag (Yang) und Nacht (Yin).

Betrachtet man diese Beispiele, so wird die außergewöhnliche Bedeutung des Wechselspiels von Yin und Yang deutlich, die durch ihr entgegengesetztes Auf und Ab eine große Vielzahl von verschiedenen Zwischenstufen bzw. Kombinationen erzeugen, die jeweils ein Neues mit einer unverwechselbaren eigenen Qualität darstellen. Dieses Zusammenspiel von Yin und Yang – der einerseits gegensätzlichen und andererseits nicht voneinander loslassenden Extreme – kann auch als „dynamische Harmonie“ bezeichnet werden.

Würde man dieses dynamische Miteinander nicht verstehen, könnte man z. B. die Auffassung vertreten, dass Yin und Yang stets in einem Mischungsverhältnis von 50 % Yin und 50 % Yang vorhanden wären. Das entspräche dann z. B. einer immerwährenden Dämmerung, was glücklicherweise so nicht ist. Wären Yin und Yang lediglich Gegensätze im Sinne der aristotelischen (westlichen) Entweder-oder-

Logik, dann müssten sich die verschiedenen Aspekte gegenseitig ausschließen und wären weder zu einer Einheit noch zu einem dynamischen Miteinander fähig. Es gäbe also entweder nur Tag oder nur Nacht, ohne die vielen Zwischenstufen. Geradeso als würde jemand künstliches Licht ein- und ausschalten. Genau das entspricht vom Prinzip her der künstlich einseitigen und damit wirklichkeitsfremden Logik des Homo sapiens. In seiner armseligen Welt gäbe es keine Sonnenaufgänge und keine Sonnenuntergänge, keinen Silberstreif am Horizont und keine Abenddämmerung, keine kühlen Morgenstunden und keine lauen Abendstunden. Es wäre entweder grell hell oder stockdunkel, eine dritte Möglichkeit existierte nicht.

Im Gegensatz dazu erzeugt das verlässlich harmonische Zusammenspiel von Yin und Yang durch die entgegengesetzte Zu- und Abnahme eine große Vielzahl an Zwischentönen. Die beiden Extreme – entweder ganz oder gar nicht – sind dabei lediglich zwei mögliche Punkte (Aspekte) von unzählig vielen anderen Punkten (Aspekten) eines umfassenden Kreislaufs. Yin und Yang begründen also die Welt der Vielfalt, deren jeweilige Mischung es in einer konkreten Situation zu erkennen gilt, geradeso als würde man auf seine Uhr sehen, um die entsprechende Zeit – also um das konkrete Mischungsverhältnis zwischen Tag und Nacht – ganz exakt zu bestimmen und sich anschließend in seinem Denken und Handeln daran zu orientieren. Die dazu im Vergleich äußerst ungenaue Frage aus der Entweder-oder-Welt, „Ist es entweder Tag oder nicht Tag?“, wäre wenig zielführend und damit völlig deplatziert.

Erkenntnis 1: „Na und? Das ist doch eigentlich nichts Neues!“ – „Richtig! Es entspricht ja auch der Lebenswirklichkeit, die der gesunde Menschenverstand schon immer verspürt hat, und eben nicht der künstlichen Einseitigkeitswelt des Homo sapiens.“

Erkenntnis 2: Gegensätze „können miteinander“ und können dabei eine ungeheure Vielfalt erzeugen, die alles andere als beängstigend ist, sondern – im Gegenteil – sogar eine äußerst wertvolle Bereicherung darstellt.

Erkenntnis 3: Durch das Akzeptieren und die Beachtung beider Extreme unter sorgfältiger Konzentration auf deren konkretes Mischungsverhältnis ist das Ergebnis am Ende wesentlich genauer, als eine Antwort aus dem einfältigen Entweder-oder-Modus heraus das jemals sein könnte.

Da man in der Entweder-oder-Welt des Homo sapiens gewohnt ist, die Welt in Gut oder Schlecht, in Richtig oder Falsch einzuteilen, taucht im Zusammenhang mit dem Prinzip von Yin und Yang häufig die Frage auf, welcher der beiden Aspekte von Yin und Yang denn eigentlich der bessere sei.

- Yin-Aspekte: Frau, Dunkelheit, Nacht, Regen, Kälte, Tod ...
- Yang-Aspekte: Mann, Helligkeit, Tag, Sonne, Wärme, Leben ...

Es entstammt ausufernder, äußerst diskriminierender Männerfantasie (und mehr), die Bedeutung von Yin und Yang völlig zu missbrauchen. Demnach wäre nämlich die Sache zugunsten des Mannes vollkommen klar:

- Die „dämlichen Frauen“ sind Ausdruck von Dunkelheit und Nacht, von Regen und Kälte, also schlichtweg der Inbegriff von Tod.
- Die „herrlichen Männer“ dagegen sind Ausdruck von Helligkeit und Tag, von Sonne und Wärme, also schlichtweg der Inbegriff von Leben.

Eine derartige Sicht, wäre eine völlige Pervertierung des Yin-und-Yang-Prinzips. Denn in Wirklichkeit hat dieses Prinzip genau gar nichts damit zu tun, die Welt in Gut und Schlecht einzuteilen. Als Lebensprinzip sind beide Aspekte nicht nur gleichwertig, sondern sogar gleichermaßen unverzichtbar. Ohne ihr harmonisches Miteinander existierte keinerlei Leben. Insofern ist die Frage, welcher der Aspekte der bessere sei, absolut fehl am Platz. Zugegebenermaßen verleitet die üblicherweise hintereinanderfolgende Auflistung von Yin-und-Yang-Gegensatzpaaren in zwei gegenüberliegende Spalten zu solchen Fehlinterpretationen. Deshalb ist es sehr wichtig, bei der Beschäftigung mit Yin und Yang die Entweder-oder-Brille abzusetzen.

◆ Die verschiedenen Pole (Extreme, gegensätzlichen Aspekte etc.) vereint eine prinzipielle Gleichwer-

tigkeit. Die Nacht ist nicht besser als der Tag bzw. der Tag ist nicht besser als die Nacht! Und – für diejenigen, die das immer noch brauchen – der Mann ist nicht besser als die Frau, allerdings auch nicht umgekehrt!

Persönliche Vorlieben, die es immer wieder gibt, werden von diesem Prinzip der Gleichwertigkeit auf der einen Seite konstruktiv hinterfragt, auf der anderen Seite aber nicht verneint.

Galten nicht immer schon für viele Menschen die Kräfte der Nacht als die Kräfte des Bösen?

Gibt es aber nicht auch Menschen, die die Stille der Nacht bevorzugen

Es mag sein, dass es persönliche Vorlieben für Tag und Nacht, für Sommer und Winter und all die anderen Gegensätze gibt. Diese haben aber überhaupt nichts damit zu tun, dass ganz allgemein der Tag besser als die Nacht ist oder umgekehrt. Biologisch ist eines völlig klar: Wir brauchen auf dieser Erde zum Überleben gleichermaßen beide Elemente, wie auch viele andere Gegensätze. Keines von beiden ist besser als das andere.

Erkenntnis 4: Yin und Yang sind völlig gleichwertig und gleichermaßen unverzichtbar in ihrem ständigen Wechselspiel miteinander, genauso wie z. B. das Ein- und Ausatmen. Kein gesunder Mensch käme jemals auf die Idee, für längere Zeit nur eines von beiden tun zu wollen.

Yin und Yang werden durch die Farben Schwarz und Weiß dargestellt, was in der Erklärung des Prinzips auch Sinn ergibt. Die Wirklichkeit aber ist eine „bunte Vielfalt“, auf die es dieses Prinzip zu übertragen gilt.

Fazit: Komplementarität und Vielsichtigkeit

Folgende Erkenntnisse können aus dem bisher Gesagten gewonnen werden:

- Eine ausschließliche Fixierung auf die heute immer noch vorherrschende aristotelische Logik, also auf die Ergründung der Wirklichkeit nach dem Entweder-oder-Ausschlussverfahren führt an erster Stelle in allen nicht mathematischen, z. B. in gesellschaftlichen Zusammenhängen, zu einer sehr einfältigen und ungenauen Sicht, die weit entfernt von (möglichst) präzisen bzw. eindeutigen Aussagen über die Wirklichkeit ist.
- Eine vielsichtige, komplementäre Sicht führt zum Erkennen einer großen Vielfalt und Reichhaltigkeit.
- Grundsätzlich müssen beide Pole (Extreme, Gegensätzlichkeiten, Unterschiede etc.) als vorhanden und als wirkungsreich erkannt und anerkannt werden.
- Grundsätzlich muss das Potenzial einer großen Vielzahl von Zwischenstufen (also verschiedene Mischungsverhältnisse, „dritte Möglichkeiten“, „Graustufen“ etc.) erkannt und anerkannt werden.
- Durch eine möglichst genaue Analyse der jeweils konkreten Situation muss der exakte Einfluss beider Pole, also deren genaues Mischungsverhältnis (z. B. „Wie viel Uhr ist es exakt?“) bestimmt werden.
- Grundsätzlich darf nicht ausgeschlossen werden, dass auch einmal einseitige Extreme (wie z. B. Mittag oder Mitternacht) zutreffen können. Dies kann eine Analyse im obigen Sinn durchaus ergeben.
- Durch die Bestimmung des möglichst präzisen Mischungsverhältnisses der unterschiedlichen Einflussfaktoren bei komplexeren Zusammenhängen kann eine wesentlich größere Annäherung an die Wirklichkeit gelingen.

◆ Vielsichtigkeit bedeutet, verschiedene, auch gegensätzliche Einflussfaktoren grundsätzlich zuzulassen, diese zu erkennen und deren genaues Mischungsverhältnis in Bezug auf ihre Einflussnahme auf die konkrete Situation zu bestimmen.

◆ Globale Intelligenz bedeutet, in möglichst jedem Lebensbereich die durch eine vielsichtige kognitive Vorgehensweise gewonnenen Erkenntnisse in den jeweiligen Kontext sinnvoll einzuordnen und im Denken und Handeln zu berücksichtigen.