

Das Yin & Yang Prinzip

Das Yin & Yang Prinzip:

Die Theorie von Yin und Yang ist Basis des chinesischen Denkmodells und lässt sich auf alle Bereiche des Universums transferieren. Die Theorie von Yin und Yang ist auf die Natur und Naturphänomene anwendbar, ebenso wie auf den Menschen und auf die Physiologischen und pathologischen Vorgänge in ihm. Leben im Einklang mit der Natur bedeutet Leben nach den Prinzipien von Yin und Yang. Die Theorie von Yin und Yang lebt von polaren Gegensätzen und den Beziehungen zwischen diesen Gegensätzen. Dabei ist der Standpunkt des Betrachters ausschlaggebend. D.h. in Abhängigkeit des Standpunktes kann etwas sowohl Yin- als auch Yang-Qualitäten besitzen. Nichts ist absolut Yin oder absolut Yang, denn in jedem Yin existiert natürlich auch Yang und in jedem Yang existiert Yin. Das Wissen über Yin und Yang ist grundlegend für das Verständnis der physiologischen und pathologischen Vorgänge im Menschen.

Die Bedeutung des Symbols (siehe Abbildung) zeigt, dass das Dunkle und das Helle untrennbar miteinander verbunden sind. Wenn das Dunkle weicht, kommt das Helle, um dann wieder dem Dunklen Platz zu machen.



Die Monade

Yin und Yang sind nicht festgelegt, sondern definieren sich gegenseitig und sind abhängig vom Standpunkt des Betrachters. Eine Zweiheit, deren Verständnis die Welt mit großer Gelassenheit sehen lässt, denn auf das Dunkle folgt das Helle, und ohne Dunkelheit gäbe es kein Licht. Ohne Leere gibt es keine Fülle, ohne Tod kein Leben, ohne Schwäche keine Stärke. Keines ist besser als das andere! Dies ist der Schlüssel zum Denken der alten Chinesen. Wer ihn in der Hand hält, versteht auch das Wesen der chinesischen Medizin.

Alle Funktionen unseres Körpers haben auch einen Yin- und einen Yang-Anteil, wobei das Yang stets Aktivität, Bewegung und Wärme bedeutet, das Yin hingegen Ruhe, Substanz und Kühlung. Diese halten sich beim gesunden Menschen im Gleichgewicht, abhängig von Tages- und Jahreszeit, aber auch von der angeborenen Konstitution. Bei Überanspruchung des einen Aspekts gerät das System durcheinander, die Harmonie wird gestört. Es kommt zu sogenannten Disharmoniemustern und folglich zu Yang- oder Yin-Schwäche-Zuständen.

Gesundheit wird demnach als Ausgeglichenheit von Yin und Yang definiert, ein Resultat von Mangel oder Übermaß, einem Ungleichgewicht von Yin und Yang.

Aus physiologischer Sicht ist der wechselseitige Verbrauch von Yin und Yang ein normaler Prozess, der die physiologischen Funktionen im Gleichgewicht hält, z.B. bei der Regulation des Schwitzens, der Harnausscheidung, der Körpertemperatur, der Atmung usw. So ist im Sommer das Wetter heiß (Yang), so dass wir mehr schwitzen (Yin). Wenn die Außentemperatur sehr niedrig ist (Yin), beginnt der Körper in dem Versuch, etwas mehr Wärme zu produzieren, zu zittern (Yang). Aus pathologischer Sicht können Yin oder Yang über ihren normalen Pegel hinaus ansteigen und zum Verbrauch der gegensätzlichen Qualität führen. So kann die Temperatur während einer Infektionskrankheit ansteigen (Yang-Exzess), was zu Trockenheit und Erschöpfung der Körperflüssigkeiten führen kann (Yin-Verbrauch). Obwohl man dies als einen Versuch des Körpers betrachten könnte, das Gleichgewicht zwischen Yin und Yang aufrechtzuerhalten (Körperflüssigkeiten und Temperatur), handelt es sich dabei doch nicht um ein normales, sondern um ein pathologisches Gleichgewicht, das auf einem Yang-Exzess beruht. Man könnte noch weiter gehen und behaupten, dass die erhöhte Körpertemperatur ja ein Versuch des Körpers sei, einen pathogenen Faktor zu bekämpfen. Dies ändert aber nichts an der Tatsache, dass der Temperaturanstieg einen Yang-Exzess darstellt, der zu einem Yin-Verbrauch führt.