

Yin und Yang

Die Traditionelle Chinesische Medizin unterteilt die gesamte Energie und alle Organe des Körpers in Yin und Yang.

Yin und Yang sind sowohl entgegengesetzte als auch sich ergänzende Prinzipien, respektive Kräfte. Diese Kräfte beschreiben Zustände, die nicht starr oder absolut sind, sondern sich immer wandeln können. In jedem Yin ist ein Anteil von Yang enthalten und umgekehrt.

Ereignisse oder Strukturen, die sich nach innen richten, die Kraft aufnehmen und sammeln, zeigen das Prinzip von Yin. Das Yang dagegen geht nach aussen und nach oben, wobei es dazu neigt, sich zu erschöpfen.

Mit Yin und Yang beschreiben die Chinesen die polaren, sich gegenseitig ergänzenden und bedingenden Kräfte, die im menschlichen Körper neue Gleichgewichte suchen. Yin steht für Ruhendes, Kühlendes, Bewahrendes, Einschliessendes, Sich Verdichtendes, Stoffliches und wird mit weiblich, Mond, Nacht, unten, kalt und Erde assoziiert. Yang repräsentiert Bewegtes, Warmes, Helles, Dynamisches, Sich-Energetisch-Entfaltendes, Gedankliches und wird mit männlich, Sonne, Tag, oben, warm und Himmel assoziiert.

