



# Was ist Yin & Yang

Von Schuetz

Erstellt am 17 Sep 2015 - 10:35

Yin und Yang ist ein philosophischer Ausdruck für Gegensätze: Es gibt nicht nur schwarz oder weiß, männlich oder weiblich, kalt oder heiß. Es soll verdeutlichen, dass nur in der Einheit der Gegensätze eine Entwicklung möglich ist - denn wer nicht weiß, was groß ist, der kann auch nicht wissen, was klein ist. Man könnte auch sagen: Yin und Yang sind die Gegenpole des chinesischen Denkens. In jedem Teil liegt der Keim des jeweils anderen.

Yin und Yang wird grafisch mit zwei Punkten dargestellt.

Das Gegensätzliche findet sich z. B.:

- Warm und Kalt
- Hell und Dunkel
- Mann und Frau
- Schwarz und Weiß
- Groß und Klein
- Unten und Oben
- Weich und Hart

Sicherlich können auch Sie diese Liste mühelos fortsetzen.

Ins Deutsche übersetzt heißen Yin „Schattenseite des Berges“ oder „schattige Uferseite des Flusses“ und Yang bedeutet: „Sonnenseite des Berges“ oder „sonnige Uferseite des Flusses“.

Das Zeichen „Yin und Yang“ hat ihre Bedeutung in der Chinesischen Medizin und in der Chinesischen Philosophie. Sie teilt die Menschen zum Beispiel in Yin- und Yang-Typen ein.

Entsprechend dieser Typisierung brauchen die unterschiedlichen Menschen auch verschiedene Ernährungsweisen.

Das System von Yin und Yang ist die Grundlage der Feng Shui! Die Zeichen Yin und Yang sind die Gegenpole chinesischen Denkens - in jedem Teil liegt der Keim des jeweils anderen, was grafisch mit zwei Punkten dargestellt wird.

Seit dem fünften Jahrhundert vor Christi Geburt wurden diese Zeichen in der chinesischen Philosophie benutzt. Der Begründer dieser Philosophie ist der Philosoph Lao-Tse, der im 6.

Jahrhundert vor Christus lebte und das Buch „Tao Te King“ niederschrieb. Dieses Buch Tao te King umfasst 81 Kapitel z. B. über Bewusstwerdung, innere Gestaltung, Führung und Organisation. Nach den Lehren der traditionellen chinesischen Medizin fließen Yin und Yang durch unseren Körper. Sie müssen in einem Gleichgewicht sein, damit sich keine Blockaden in den Energiebahnen bilden. Leider werden Yin und Yang viel mit Esoterik in Verbindung gebracht und auch missbraucht.

Man sagt:

Im Physiologischen dominieren Yin und Yang bestimmte Abschnitte im menschlichen Körper.

So kontrolliert Yin:

- die inneren
- unteren
- ventralen Teile des Körpers

und Yang die:



- äußeren
- oberen und
- dorsalen Bereiche.

Ein chinesischer Arzt diagnostiziert eine Krankheit durch Überprüfung des Pulses und die Wahrnehmung eines Ungleichgewichtes im so genannten Qi - Dieses wird als Lebensenergie übersetzt. Alle therapeutischen Maßnahmen in der chinesischen Medizin zielen darauf ab, Yin und Yang wieder auszubalancieren. Der Arzt wird versuchen, durch Abtasten, Fühlen, Sehen, Hören und Riechen herauszufinden, wodurch das Gleichgewicht von Yin und Yang gestört wurde. Er wird auch den Puls fühlen, den Urin ansehen sowie Zunge, Augen, Nase, Ohren, Mund und Zähne inspizieren.

Die Autorinnen Sabine Beuke und Jutta Schütz verstehen es, verstreutes „psychologisches Wissen“ einzusammeln, zu ordnen und in eine passende Form zu bringen. Sie erfahren, was Sie schon immer über sich selbst wissen wollten, von der Entstehung Ihrer Persönlichkeit bis hin zu Ihren Konflikten und deren Lösungen.

Viele Verzweifelte forschen nach der Ursache für ihr eigenes „Seelenleiden“ und suchen gezielt nach diesen Büchern, die höchstwahrscheinlich ins Nichts oder zum völligen Absturz führen. Auch kann ein verzweifelter Mensch nicht dauernd positiv denken. Wie der Titel einer erfolgreichen Soap im Fernsehen schon sagt: Es gibt „gute Zeiten“ und „schlechte Zeiten“. Es ist einfach unmöglich täglich gut drauf zu sein. Wenn man krampfhaft versucht es doch zu sein, hat man schon verloren.

#### Buchdaten:

PSYCHOLOGIE KURZ UND KNAPP VERPACKT - Hilfreiches Wissen für die Seele

Autoren: Sabine Beuke und Jutta Schütz

Verlag: Books On Demand

ISBN-13: 9783732234929 - ISBN-10: 3732234924

EUR 13,90

#### Firmeninformation:

Jutta Schütz schreibt Bücher, die anspornen, motivieren und spezielles Insiderwissen liefern. Weitere Informationen zur Autorin und ihren Büchern findet man auf der Webseite - sowie im Kultur-Netzwerk (Kommunikationsplattform für Kunst, Literatur, Musik, Film, Bühne, Entertainment und Medien).

#### Pressekontakt:

Jutta Schütz

D-33611 Bielefeld

[info.schuetz09@googlemail.com](mailto:info.schuetz09@googlemail.com) [1]

[www.jutta-schuetz-autorin.de/](http://www.jutta-schuetz-autorin.de/) [2]

<http://kinder-entdecken.jimdo.com/> [3]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 07:18): <http://www.medkom24.eu/node/20650>



## Was ist Yin & Yang

Veröffentlicht auf medkom24 (<http://www.medkom24.eu>)

---

### Links:

[1] <mailto:info.schuetz09@googlemail.com>

[2] <http://www.jutta-schuetz-autorin.de/>

[3] <http://kinder-entdecken.jimdo.com/>