

Gudula Linck

Ruhe in der Bewegung

Verlag Karl Alber 

Ruhe zu finden in der Bewegung, ist Gegenwart aus erster Hand, widersetzt sich Sprunghaftigkeit und jedem Kalkül. Darin liegt der Zauber ostasiatischer Philosophie und Bewegungskunst! Tut man sich schwer mit dem Widerspruch des Ineinander und Miteinander, Verwandlung ins Gegenteil und Uneindeutigkeit, genügt ein flüchtiger Blick in altchinesische Texte, die sich in paradoxen Denkfiguren ergehen – wie »Ruhe in der Bewegung«, »Fülle in der Leere« oder »Dauer, die keine Zeit hat«. Auch reicht ein wenig Praxis in chinesischer Bewegungskunst, um Ineinander, Miteinander, Verwandlung ins Gegenteil am eigenen Leib zu erfahren.

Im ersten Teil des Buches gilt es, hinter den philosophischen Denkbegriffen Leib- und Lebenserfahrung ausfindig zu machen, um Erfahrungsbegriffe bereitzustellen, die im zweiten Teil an den einzelnen Bewegungskünsten durchgespielt werden. Neben Atem- und Bewegungsübungen ist vor allem danach gefragt, *was* die Bewegungserfahrung jeweils mit einem macht und *warum*. Bewegungskünste in der nächstliegenden Bedeutung sind die Lebenspflege des *Qigōng*, das Spiel der Tiere, Kampfkunst und die verlangsamte Kampfkunstvariante des *Tàijíquán*, im weiteren Sinn: Dichtung, Malerei und Kalligraphie, Musik, die chinesische Garten- und Raumkunst *Fēngshuǐ* und im Exkurs handwerkliches Tun.

Im dritten Teil geht es schließlich um Meditation im still-sitzenden Sein, in der auf ganz eigene Weise »Ruhe in der Bewegung« und »Bewegung in der Ruhe« erfahren werden kann.

Die Autorin

Gudula Linck wurde 1943 in Mainz geboren. Studium in Paris, Germersheim, Salamanca, Tübingen, Taibei, Osaka, München, Freiburg, Beijing und Berkeley. Nach Promotion und Habilitation erhielt sie 1985–1990 ein Heisenberg-Stipendium und war von 1990–2008 Professorin für Sinologie in Kiel. Seit der Pensionierung 2008 lebt sie in Freiburg. Neben Lehraufträgen für chinesische Geschichte und Philosophie ist sie als Qigong- und Yoga-Lehrerin tätig. Zuletzt bei Alber: »Leib oder Körper. Mensch, Welt und Leben in der chinesischen Philosophie«.

Gudula Linck

Ruhe
in der
Bewegung

Chinesische Philosophie
und Bewegungskunst

Verlag Karl Alber Freiburg/München



3. Auflage 2018

© VERLAG KARL ALBER
in der Verlag Herder GmbH, Freiburg/München 2013
Alle Rechte vorbehalten
www.verlag-alber.de

Covermotiv: Traufziegel, Han-Zeit (206 v. Chr. – 220 n. Chr.)
Satz: SatzWeise GmbH, Trier
Herstellung: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany

ISBN 978-3-495-48603-0

Inhalt

Zur Einstimmung	9
Teil I: Denkfiguren. Der Sitz im Leben	13
1. dào 道 und die Welt	15
Wandlung und Differenzierung	15
dào als Fülle in der Leere	16
Welt aus <i>yīn</i> 陰 und <i>yáng</i> 陽	17
Fünf Wandlungsphasen <i>wǔ-xíng</i> 五行	19
2. Wind, Atem und <i>qì</i> 氣	23
Eingetauschter Weltenraum	23
Bipolares Geschehen	24
3. Körper, Leib und Körperleib	33
Differenz ja – Dualismus nein	33
Körper und Leib	34
Körperleib	35
Leibliche Regungen	38
4. Bewusstsein nah und fern den Dingen	45
<i>shén</i> 神 (Geisteskraft)	46
<i>jīng</i> 精 (Essenz) und <i>jīng-shén</i> 精神 (Feinstessenz)	47
<i>xīn</i> 心 (Herz)	48
Zwischen leiblicher und analytischer Intelligenz	51
5. Resonanz von Mensch und Welt	59
Eindruck und Ausdruck	60
Medien der Resonanz	62
Gemeinsame Situationen	69

Inhalt

6. Ökonomie und Ökologie der Mitte	72
In der Mitte des Kreises	72
Selbstschonung	73
Schonung von Umwelt und Natur	74
7. Zeit und Raum	76
Der rechte Augenblick	76
Wortzeichen für Zeit und Raum	78
Raum-Zeit-Metaphorik von <i>dào</i> 道	83
Zusammenfassung des ersten Teils	86
Teil II: Bewegungskünste. Leibhaftige Philosophie	91
1. <i>Qìgōng</i> 氣功	95
Historisches	95
Praxiseinheit: »Himmel-Erde-Mensch«	103
2. Das Spiel der Fünf Tiere (<i>wǔ-qín-xì</i> 五禽戲)	112
Historisches	112
Übungen: Affe und Bär	116
Vergleich der Tierspiele	121
3. Kampfkunst (<i>wǔ-shù</i> 武術) und <i>Tàijíquán</i> 太極拳	123
Historisches zur Kampfkunst	123
Gespürte Erfahrung	130
Historisches zum <i>Tàijíquán</i> 太極拳	136
Gespürte Erfahrung im <i>Tàijíquán-jīng</i> 太極拳經	140
4. Gedichte als Bewegungskunst	145
Das Buch der Lieder (<i>Shijing</i> 詩經)	145
Körperleiberfahrung mit chinesischen Gedichten	147
5. <i>Qìgōng</i> mit dem Pinsel	159
Historisches zur Pinselkunst	159
Körper und Leib in der Pinselkunst	160
Kalligraphische Stile und Stimmungen	165
Erfahrungsbegriffe der Tuschemalerei	173
Bildübung	179

6. Musik des Himmels, der Erde und der Menschen	181
Philosophisches	181
Historisches	183
Die chinesische Griffbrettzither	186
Gespürte Erfahrung beim Spiel der <i>Qín</i> 琴	188
7. Qigōng in Haus und Garten	196
<i>Fēngshuǐ</i> 風水	197
Berg-Wasser-Garten	202
Gespürte Erfahrung in der Gartenkunst	210
Exkurs: Ruhe im Alltag. Zwei Handwerksgeschichten	216
Der Holzschnitzer Qing	216
Die Kunst, einen Ochsen zu zerlegen	217
Zusammenfassung des zweiten Teils	220
Teil III: Synthese. Meditatives Sein	223
1. Historische Formen der Meditation	225
2. Gespürte Erfahrung	237
3. Meditationsübung	240
Zusammenfassung des dritten Teils	242
Schlusswort	245
Endnoten	246
Literaturverzeichnis	264
Anhang	273
1. Verzeichnis der Übungen	273
2. Verzeichnis der Tabellen und Diagramme	273
3. Verzeichnis der Abbildungen	274
4. Begriffe aus der Neuen Phänomenologie	275
5. Zeittafel	279
6. Zum Gebrauch des Buches	280

Zur Einstimmung

Ruhe in der Bewegung klingt paradox. Die Wissenschaft, die unser Leben prägt, zieht das Entweder-Oder vor. Entweder Ruhe oder Bewegung! Entweder A oder B! Doch wer A sagt, denkt schon B, so ist das eine im andern enthalten, und Sowohl-als-auch, Verwandlung ins Gegenteil sind plötzlich ebenso wahr. Auf diesen schwankenden Boden hatte die altchinesische Philosophie gebaut: *yīn* 陰 im *yáng* 陽, Glück im Unglück, weniger ist mehr, Rückzug ein Zeichen von Stärke, das weiche Wasser besiegt den harten Stein ...

Immer wieder einmal innehalten, um Kraft zu schöpfen und dem Alltag gewachsen zu sein, dann ist Ruhe in der Bewegung Schonung von Lebenskraft.

Immer wieder einmal vergessen, was kommen mag und was gewesen ist, um wach zu sein für den jetzt gelebten Augenblick, dann ist Ruhe in der Bewegung Lob der Gegenwart.

Sowohl-als-auch, Schonung von Lebenskraft, Lob der Gegenwart – darin liegt der Zauber chinesischer Philosophie und Bewegungskunst. Von Anfang an sind beide begrifflich und bildmächtig miteinander verknüpft. Philosophie erweist sich als körper- und leibfundiert, und Bewegungskunst setzt Denkfiguren in Tanzfiguren um.

Bewegungskunst umfasst *Qigōng* 氣功, das Spiel der Tiere, Kampfkunst und die Kampfkunstvariante des *Tàijíquán* 太極拳. Im weiteren Sinn zählen dazu: Dichtung, Malerei und Kalligraphie, Musik, Wohn- und Gartenkunst und zuletzt die Meditation, in der auf besondere Weise Ruhe in der Bewegung, Bewegung in der Ruhe erfahrbar ist.

Die Schönen Künste aufzunehmen in den Reigen der Bewegungskunst kommt aus der Erfahrung, dass auch diese Praktiken Lebenskraft schonen und mehren. Alle in diesem Buch versammelten Künste, einschließlich der Meditation, sind so gesehen *Qigōng* 氣功, da *Qigōng* 氣功 nichts anderes bedeutet als »effektiver Umgang (*gōng* 功) mit der Lebenskraft (*qì* 氣)«.

Analogie und Wechselwirkung sämtlicher Künste trägt die Sig-

natur der vormodernen chinesischen Gelehrtenkultur, die Landschaftsbilder mit Versen versieht, Gedichte in Schönschrift verfasst, die Zither zupft, mit dem Schwert tanzt, den Atem aus der Ferse holt und meditiert – oft alles in einer Person.

Manchmal blitzt ein Bewusstsein auf vom einst selbstverständlichen Zusammenspiel, wenn ein *Qigōng*-Meister heute begegnet, der kalligraphiert, ein Schwerttänzer, der philosophiert, oder ein Kalligraph behauptet, dass die Kunst, mit dem Pinsel zu schreiben, das Leben nährt und pflegt.

Das Buch bewegt sich im Zwischenraum von Theorie und Praxis, einer Wirklichkeit eigener Art. Von der Theorie her kommend, wird gefragt, was an Leib-Erleben und Lebenspraxis in die Denkbegriffe eingeflossen ist, von der Praxis kommend, was Bewegungskunst mit einem macht und warum! Dann wird ein Raum begehbar, der zwischen philosophischem Nachdenken auf der einen und sprachlosem Spüren auf der anderen Seite *Erfahrungsbegriffe* bereithält in inniger Nähe der Phänomene selbst.

*Begriffene Erfahrung*¹ *nah den Phänomenen* verdichtet sich zum »Alphabet der Leiblichkeit« des Kieler Philosophen Hermann Schmitz. Darauf wird vielfach rekuriert, um die Zusammenschau verständlich zu machen aus der Sicht von Körper und Leib.

Der erste Teil hält sich – von schweifenden Blicken abgesehen – in den Jahrhunderten vor Christus auf, der formativen Phase chinesischer Philosophie. Hier wird in chinaspezifischen Denkbegriffen nach Indizien der Lebenserfahrung gesucht. Es wird sich zeigen, dass altchinesisches Nachdenken über die Welt im leiblichen Spüren gründet, mit Fug und Recht Phänomenologie des Leibes genannt werden kann. Die so erfassten Erfahrungsbegriffe werden im zweiten Teil an den Bewegungskünsten nacheinander durchgespielt. Dabei kommen historische, aber auch schicht- und geschlechtsspezifische Differenzierungen in den Blick. Der dritte Teil behandelt, als Krönung und Synthese, die Kunst der Meditation, da konzentrierte Aufmerksamkeit jede Bewegung begleitet.

Nichts spricht dagegen, die philosophische Betrachtung zunächst zu überschlagen, um sich gleich den Bewegungskünsten zuzuwenden – obwohl die vierzehn Übungen, ebenso viele Tabellen und Diagramme, fünfundzwanzig Abbildungen, zahlreiche Gedichte östlicher und westlicher Herkunft in alle Teile des Buches eingestreut sind und Querverweise die Teile miteinander verbinden.

Danksagung. Kein Text schwebt im luftleeren Raum, und jedes Mal steht Ringelnatz Pate: »So viel Danke gibt es gar nicht, wie ich nunmehr schuldig bin«: zunächst allen »Bewegungskünstlern«, mit denen ich üben und praktizieren durfte: Yoga, *Qigōng*, Tierspiele, *Tàijíquán*, Kampfkunst und Kalligraphie, Wandern im südlichen Schwarzwald, an Nord- und Ostsee, Steigen in den Bergen ... Von Herzen dankbar bin ich meinem Sohn Florian, Gerhild Götzky, Barbara Hofmann-Huber für kritische Lektüre von Anfang an, meiner Schwester Marei und Dr. Ulla Ott für Sorgfalt beim Korrekturlesen – und nicht zuletzt Lukas Trabert vom Alber Verlag für diese und jene Anregung und freundliches Wohlwollen überhaupt.

Gudula Linck

Freiburg 2013

Erster Teil

Denkfiguren. Der Sitz im Leben

Es gibt noch eine andere Welt zu entdecken
– und mehr als die eine.
Auf die Schiffe, ihr Philosophen!

Friedrich Nietzsche

Die Revision chinaspezifischer Grundworte kreist um die Frage nach ihrem »Woher?«, nach dem »Sitz im Leben«, der sich in philosophischer Welt- und Selbstausslegung verdichtet. Manchmal liegt der Ursprung offen zutage, z. B. bei »Ruhe und Bewegung«, die mit *yīn* 陰 und *yáng* 陽 korrelieren, bei der »Mitte« zwischen den Extremen, beim »Verdichten und Zerstreuen« der Atem- und Lebenskraft *qì* 氣.

Hinter altchinesischen Denkfiguren nach Indizien des Erlebens zu fragen, heißt, in unmittelbarer Nähe der gespürten Phänomene zu suchen. Strukturen des Körpers vergleichbar, wie Muskeln, Knochen, Fleisch, Haut, präsentieren sich hier Strukturen des Spürens, die schon beim schlichten Ein- und Ausatmen erfahrbar sind: »Fülle und Leere«, »Enge und Weite«, »Rhythmus und Intensität«, »Widerstreit der Kräfte« ... Diese erweisen sich als »relativ stabile, jedenfalls nicht beliebig wandelbare leibliche Grundlagen menschlichen Wirklichkeitserlebens«¹.

Die philosophische Musterung setzt ein mit signifikanten Begriffen zur *Auslegung der Welt*, bevor das Spezifische *menschlichen Seins* in den Mittelpunkt rückt. Danach sind Brückenqualitäten gefragt, die *Resonanz* zulassen zwischen Mensch und Welt! Auf dieser Brücke ist jenseits der Extreme die *Mitte* gefragt – als Haushalten mit der eigenen Lebenskraft, aber auch als schonender Umgang mit der Natur. Zuletzt folgen Überlegungen zu *Raum und Zeit*, zwei Erfahrungsweisen, die bildmächtig in die Wortzeichen eingraviert sind.

Wo der Vergleich sich aufdrängt mit späteren chinesischen Begriffen, europäischen oder altindischen Denkfiguren, wird dem mit einem Fingerzeig nachgegeben. Jeder Kontrast, der Konturen verleiht, ist willkommen. Umgekehrt bezeugen Analogien über Orte und Zeiten hinweg, dass Erleben von Wirklichkeit nicht nur kulturspezifisch geprägt oder gar »konstruiert« sein kann.

1. dào 道 und die Welt

Wie alles entsteht, sich wandelt und vergeht, ist als Erfahrung in archaischen Erzählungen so präsent, dass *mythische Bilder* vom Entstehen der Welt vorausgeschickt sind. Danach wird in *philosophischen Texten* unterschiedlicher Herkunft Ausschau gehalten nach Leib- und Lebenserfahrung in den Konzepten dào 道, qì 氣, yīn-yáng 陰陽, wǔ-xíng 五行 und assoziierten Begriffen.

Wandlung und Differenzierung

Altchinesische Mythenfragmente lassen die Welt *von-selbst* (zì-rán 自然) entstehen aus einem kosmischen Ei, einem Hohlraum, aus der Wandlung eines Urzeitwesens. Das Ei mag den Hühnern abgeschaut, der Hohlraum in Form einer Vase, Höhle, Kalebasse dem Mutterschoß nachempfunden sein. Der Riese Pangu mag zerfallen, sein Blut die Flüsse und Meere füllen, die Stimme als Donnerrollen, sein Atem als Wind durch die Lande brausen. Ein Gott ist er kaum, der aus Nichts etwas *erschafft*. Pangu zerfällt, und daraus entsteht die Welt. Warum und wieso erfahren wir nicht.

Wie Pangu ist Hundun, der »Ungeschiedene«, ein Urzeitwesen, gesichtslos, sich selbst genug, ruhend in seiner eigenen Mitte, nichts als ein dunkler Sack. Er stirbt, sobald er Augen hat zu sehen, Ohren zu hören, sobald die Welt sich differenziert:

Der Herr des Südmeeres war der Hastige, der Herr des Nordmeeres der Unachtsame, der Herr der Mitte der Ungeschiedene (*hún-dùn* 渾沌). Der Hastige und der Unachtsame trafen sich zuweilen im Land des Ungeschiedenen, und der Ungeschiedene behandelte sie zuvorkommend. So überlegten der Hastige und der Unachtsame, wie sie des Ungeschiedenen Freundlichkeit vergelten könnten und sprachen: »Die Menschen haben alle sieben Öffnungen zum Sehen, Hören, Essen und Atmen. Er allein hat keine. Lasst uns versuchen, sie

ihm zu bohren.« Täglich bohrten sie ihm eine Öffnung. Nach sieben Tagen war der Ungeschiedene tot.²

Den Mythen gemeinsam sind die Motive Wandlung, Differenzierung, ein Geschehen *von-selbst* aus einem Urzustand der Mitte heraus, der in späteren Texten als rund-geschlossen, dunkel-geheimnisvoll, einheitlich-ungespalten, verworren-chaotisch umschrieben wird, der in Bewegung ist »wie Pferdegalopp, wie Flügelschlagen« oder auch in Ruhe im Unterschied zur bewegten Welt. Sowohl-als-auch.

Im Namen des »Ungeschiedenen« (Hundun) entspricht in beiden Schriftvarianten 渾沌/混沌 dem Undifferenziert-Chaotischen das Sinnelement »Wasser« 氵. Ersteres *hún* 渾, im zweiten Ton (ˊ) ausgesprochen, bedeutet »trübe«. Letzteres *hùn* 混, im vierten Ton (ˋ) ausgesprochen, bedeutet »ununterscheidbar vermischt«. Beides verweist auf chaotisch flutendes, strudelndes »schwarzes Wasser, worin alles werdende gärt«³.

dào als Fülle und Leere

Die mythischen Motive – Wandlung, Differenzierung, Chaos, Mitte, das Geschehen von-selbst – formen sich in den Jahrhunderten vor Christus unter der Hand der Philosophen zur folgenreichen Denkfigur des *dào* 道, Urzustand primärer Weltentstehung und fortdauernder Grund einer sich ununterbrochen vollziehenden Kosmogonie. Aus diesem »einen« (*yī* 一) *dào* kommt die Vielfalt der Welt hervor, und alles kehrt zu seiner Zeit entdifferenziert dahin zurück. Alles Seiende »wurzelt« (*gēn* 根) im *dào*, auch das »geringste« Wesen und Ding (*wù* 物): die Ameise, das Unkraut, der Ziegelstein, der Misthaufen oder Kot.⁴

Wirkkraft des *dào* ist *dé* 德, die im Titel des *Daodejing* (*Klassiker vom dào und dé*)⁵ gleichberechtigt neben *dào* genannt ist, denn nichts in der Welt ist einfach nur da! Jede Präsenz entfaltet *dè*. Als menschliche »Tugend« ist *dé* dann auch nicht bloß Charaktereigenschaft, sondern wirksame Tugendkraft.

Kommt differenzierte Welt aus dem einheitlich Undifferenzierten hervor, kann das nur heißen, dass im anfänglichen Chaos des *dào* die Vielfalt des Seienden potentiell vorhanden ist – als *Fülle in der Leere*. Leere ist dann nicht »Nichts«, sondern nur »nicht differenziert«, d. h. leer von Bestimmungen, leer von Identität und Verschiedenheit! Leere

als undifferenzierte Fülle ist demnach unbegrenzte Wirkkraft, unbegrenzte Möglichkeit.

Im elften Vers des *Daodejing* ist die Figur der »Leere in der Fülle« in eindrucksvoller Metaphorik veranschaulicht:

Dreißig Speichen hat ein Rad und die allen gemeinsame Nabe.

Wo die Leere ist (*wú* 無), liegt der Gebrauch des Wagens.

Aus Ton entsteht ein Gefäß.

Wo die *Leere* ist (*wú* 無), liegt der Gebrauch des Gefäßes.

Man bohrt Türen, Fenster und schafft Raum.

Wo die *Leere* ist (*wú* 無), liegt der Gebrauch des Raumes.⁶

Neben den Leerräumen des Rades, dem Hohlraum von Gefäß und Haus steht hier für die paradoxe Figur der *Leere in der Fülle* das Wortzeichen *wú* 無. Das alte Piktogramm, ein »tanzender Mensch mit Federn in der Hand«, zeigt den Schamanen, der in ekstatischer Bewegung Zugang sucht zum numinosen Grund der Welt. In verbaler Funktion bedeutet *wú* »nicht [differenziert] vorhanden sein« im Gegensatz zu *yǒu* 有 »[differenziert] vorhanden sein«. Damit ist der Unterschied zwischen differenzierter Welt (*yǒu*) und undifferenziertem *dào* (*wú*) begrifflich erfasst.

Hat die Welt teil am *dào*, dann ist *dào* die Ameise und auch wiederum nicht, dann ist *dào* im Ziegelstein und auch wiederum nicht. So führt Immanenz des Numinosen zu einer weiteren Paradoxie, dem, was *im Manifesten verborgen ist* und *im Verborgenen manifest*.

Neben *wú* stehen in altchinesischen Texten gleichberechtigt *xū* 虛 und *kōng* 空 für die offene, mit allen Möglichkeiten ausgestattete Leere des *dào*, aber auch für den leeren Bewusstseinszustand im Einklang mit dem *dào*. Hier erweist sich Leersein von differenzierten Gedanken als eine der leiblichen Grunderfahrungen, aus der die Figur des *dào* schöpft (siehe dritter Teil). Auch der Buddhismus kommt in den Jahrhunderten nach Christus auf *kōng* 空 zurück, um die Leerheit der Phänomene, *Substanzlosigkeit*, und Geisteszustand der Buddha-Natur in chinesischer Sprache begrifflich zu fassen.

Welt aus *yīn* 陰 und *yáng* 陽

An der Zweiteilung der Welt aus dem *dào* heraus ist *qì* 氣 beteiligt, die kosmische Lebenskraft (siehe I.2). So sind *yīn* und *yáng* auch nichts

Erster Teil: Denkfiguren. Der Sitz im Leben

anderes als primäre Manifestationen von *qì* – *yīnqì* 陰氣 und *yángqì* 陽氣:

Das *dào* bringt das Eine hervor;
das Eine die Zwei und die Zwei die Drei.
Die Dreizahl bringt die Zehntausend Wesen
und Dinge (*wàn-wù* 萬物) hervor:
Die Zehntausend Wesen und Dinge –
getragen vom *yīn*, umhüllt vom *yáng*,
geeint vom durchdringenden *qì*.⁷

Aus *yīn* und *yáng* entstehen alle weiteren »Wesen und Dinge« (*wù* 物) der Welt, die der Bipolarität innig verbunden bleiben – bis zur Rückkehr ins *dào* (siehe Tabelle 1).

Tabelle 1: *yáng* und *yīn*

<i>yáng</i> 陽	<i>yīn</i> 陰
Himmel	Erde
Sonne	Mond
Tag	Nacht
Sommer	Winter
Feuer	Wasser
Wind	Regen
Mann ...	Frau ...

Die Kosmogonie am Beginn der Welt liest sich im *Huainanzi*, nicht anders als die Genesis im Buch Mose, mit dem Unterschied, dass hier ein Gott am Wirken ist, im alten China ein sich selbst regulierendes Geschehen der Natur. Wie folgt betreten eine nach der anderen die Hauptfiguren der alchinesischen Philosophie die Bühne der Welt:

Das ursprüngliche *qì* 氣 mit seinen Manifestationen *yáng* 陽 und *yīn* 陰
yáng und *yīn* mit ihren Qualitäten leicht-fein-zerstreut-flüchtig-klar (*yáng*)
vs. schwer-grob-kompakt-fest-trüb (*yīn*);
Himmel und Erde; die Vier Jahreszeiten;
die Welt aus Zehntausend Wesen und Dingen;
Feuer und Wasser; Sonne, Mond und Sterne;
Fluten und Staub, das Viereckige und Dunkle der Erde,
das Runde und Helle des Himmels;

Atmosphärisches in Form von Wind und Sturm, Regen,
Donner, Nebel, Tau, Frost und Schnee;
die Behaarten und Gefiederten, Muschel- und Schuppentiere,
Vierfüßler, Vögel, Fische, Drache, Wal, Seidenwürmer
– und zuletzt der Mensch.⁸

Aus solchem Stoff ist die Welt gemacht – vielmehr nicht »gemacht«. Sie ist da, so wie sie ist, vollzieht sich von selbst. Heraus aus dem Chaos und wieder hinein!

Primäre Manifestation von *yáng* und *yīn* ist der zweifach in »Himmel und Erde« (*tiān-dì* 天地) differenzierte Kosmos. In deren Mitte steht aufgerichtet der Mensch (*rén* 人), der als Mikrokosmos an beiden partizipiert. Die Zusammensetzung aus »Himmel-Erde-Mensch« *tiān-dì-rén* 天地人, auch *sān-cái* 三才 (Drei Wesenheiten) genannt, ist die chinesische Variante der Dreifaltigkeit:

So entsteht der Weg des Himmels durch *yīn* und *yáng*, der Weg der Erde durch Weich [Wasser] und Hart [Berg], der Weg der Menschen durch *rén* 仁 (Zwischenmenschlichkeit) und *yì* 義 (pflichtbewusstes Handeln).⁹

Herausgehoben aus dem naturspontanen Wirken hat der Mensch durch bewusstes Tun oder auch Nicht-Tun die kosmische Harmonie zu bewahren und immer wieder neu zu realisieren.

Das Wortzeichen *tiān* 天 für sich allein ist entweder mit »Himmel« oder mit »Natur« zu übersetzen. Selbst anthropomorph als Himmelsmacht gedacht, ist sie kein transzendenter Schöpfergott, greift aber lohnend und strafend in den Lauf der Welt ein. Als »Natur« steht *tiān* für jene numinose Wirkkraft, die von selbst geschieht. Die Nähe zum *dào* ist unverkennbar. Beide sind der Welt immanent, fern jeder Metaphysik.

Fünf Wandlungsphasen *wǔ-xíng* 五行

Kosmologische Überlegungen unmittelbar vor Christus fügen den mythischen und altphilosophischen Motiven den Gedanken der Resonanz hinzu. Resonanz entfaltet sich, neben der Wirkung von *yīn* und *yáng*, entlang der »Fünf Wandlungsphasen« (*wǔ-xíng* 五行). Diese wiederum korrelieren mit *yīn* und *yáng* und sind – nicht anders als *yīn* und *yáng* – Manifestation der alles durchdringenden Lebenskraft *qì*.

In der Kosmogonie des *Huainanzi* sind *Feuer und Wasser* explizit

genannt. Zum vollständigen Zyklus der Wandlungsphasen bedarf es noch der *Erde*, des *Holzes* und des *Metalls*. Schon im *Buch der Urkunden (Shujing)*¹⁰ sind die *wǔ-xíng* nicht nur Materialien, die der Mensch vorfindet und sich zunutze macht, auch nicht »Elemente« und Grundbausteine der Welt. Wandlung als Denk- und Erfahrungsfigur vorausgesetzt – sind die Fünf Wandlungsphasen »Prozesse einer sich permanent verändernden Lebenskraft, wie sie in der Natur zu beobachten sind«¹¹. Und doch ist auch Zou Yan (305–240 v. Chr.), der die fünf Wirkkräfte mit *yīn* und *yáng* verknüpft, nicht im modernen Sinn mit Naturkunde befasst. Der Wirkzusammenhang, den er behauptet, zielt auf gesamtkosmische Gesetzmäßigkeit, so dass Bewegungen der Natur ihr ebenso unterworfen sind wie der Mensch als Verursacher und Betroffener historisch-politischer Prozesse.

Seit dem dritten Jahrhundert v. Chr. spielen die Fünf Wandlungsphasen Wasser, Holz, Feuer, Erde, Metall führend mit im Konzert der Lebenskräfte – nicht anders als *yīn* und *yáng* und mit ihnen verquickt und verbandelt! Um die Phänomeno-Logik dieser Denkfigur zu veranschaulichen, sind von den zyklischen Reihungen im Folgenden zwei konkretisiert, die in der späteren Philosophie und Medizin den Ton angeben:

Im Zyklus wechselseitiger Hervorbringung (shēng 生)
bringt Wasser [Regen] das Holz [Pflanzen, Blumen, Gebüsch und Bäume] hervor;
Holz (*mù* 木) bringt Feuer hervor;
Feuer (*huǒ* 火) bringt Erde [Asche] hervor;
Erde (*tǔ* 土) bringt Metall hervor;
Metall (*jīn* 金) [in Gestalt undurchlässiger Erdschichten] bringt Wasser [Quellen, Bäche und Flüsse] hervor;
Wasser (*shuǐ* 水) bringt Holz hervor ...

Im Zyklus wechselseitiger Überwindung (kè 克)
überwindet Wasser das Feuer;
Feuer überwindet Metall;
Metall überwindet Holz;
Holz [Grabstock] überwindet Erde;
Erde [Deiche und Dämme] überwindet Wasser;
Wasser überwindet Feuer ...