

Horst Tiwald

VOM
TAIJI
ZU
MAO

ein WEG zu den Tat-Sachen

Wissenschaftliche Akademie für chinesische Bewegungskunst und Lebenskultur

ChinBeKu

2005

Logos

Alles ist möglich!

Nichts ist un-möglich!

Bewegen ist nicht-un-möglich.

Sein

Nichts

Seiendes

Parmenides

Parmenides

Heraklit

Logos

Vorwort

Das westliche und das östliche Denken scheinen ganz verschieden zu sein. Sie haben aber beide eine innere Vielfalt von Denk-Ansätzen. Betrachtet man diese, dann erscheinen viele Gemeinsamkeiten.

Der chinesische Philosoph FUNG YU-LAN¹ sieht einerseits einen ganz wesentlichen methodischen Unterschied zwischen östlichem und westlichem Denken. Andererseits ist er aber der Überzeugung, dass dieser Unterschied gar nicht so radikal sei. Man finde nämlich, wenn man genügend tief gräbt, im WESTEN das angeblich östliche und im OSTEN das angebliche westliche Denken.

Dieses jeweils nur *eingefaltete Andere* bzw. sich jeweils nur bei wenigen Denkern zeigende andere Denken dominiere eben nicht die Strömung des Geistes der jeweiligen Kultur.

Für FUNG YU-LAN ist es daher ein Anliegen, die einseitige Strömung des chinesischen Denkens durch ein intensives Begegnen mit dem westlichen Denken ganz zu machen und auf den Stand der heutigen praktischen Erfordernisse zu bringen.

Er will deshalb das im chinesischen Denken als Keim angelegte westliche Denken aktivieren. Das chinesische Denken soll dadurch zu einer progressiven Bewegung angetrieben und zu einer Synthese von OST und WEST hingeführt werden.

Auf diese Weise wäre für CHINA die wissenschaftliche Stärke des westlichen Denkens zu gewinnen, ohne die Geborgenheit in seiner tradierten und sich selbstständig entfaltenden chinesischen Weisheit zu verlieren.

Dies ist ein treffender Gedanke!

¹ FUNG YU-LAN (geb. 1895) studierte auch an der COLUMBIA UNIVERSITÄT in den USA und war lehrend auch an amerikanischen Universitäten tätig.

Dem Ganzen (*Dao*) kann man sich nämlich näher bringen, indem man sich selbst entwickelt. Hier kann man sich wiederum dadurch antreiben, dass man vorerst in sich selbst (*Jing*) das Andere (*Jing*) entdeckt. Dieses kann man dann durch Begegnen mit dem äußeren Anderen (*Jing*) entfalten.

Was für FUNG YU-LAN eine zeitgemäße Aufgabe für den OSTEN ist, das sollte eigentlich auch eine solche für uns im WESTEN sein. Auch wir müssen lernen, neben unserer Wissenschaft unser zweites Bein einzusetzen.

Wir dürfen uns dabei aber nicht nur der östlichen Weisheit „öffnen“ (*Yin*). Wir sollten uns vorerst und auch unserer eigenen Tradition (*Yang, Yi*) besinnen. Hier gilt es das andere Denken (*Yi*), das sich bei uns nicht dominierend durchgesetzt hat, zu entdecken. Auf diese Weise wird das östliche Denken (*Yi*) bei uns nicht oberflächlich aufgesetzt, sondern kann integral (im Bezug auf das eigene *Jing*) erarbeitet werden.

Im Bereich der Bewegungskultur findet bereits ein intensives Begegnen mit dem OSTEN statt. Diese Begegnung könnte für das Vorhaben einer geistigen Begegnung ein gutes und praktisches Fundament sein. Wir sollten daher diese aktuelle Chance nicht ungenützt vorüberziehen lassen.

Noch eine Anmerkung zum Lesen dieses Textes:

Im folgenden Text werde ich meinem Gedanken-Modell chinesische Begriffe bzw. Wörter unterlegen. Die in Klammer gesetzten chinesischen Wörter dienen aber nicht der Erläuterung des Textes! Man kann sie daher überlesen.

Mein stereotyper Gebrauch dieser chinesischen Wörter versucht vielmehr für jene Leser, die diese Wörter aus chinesischen Texten kennen, so etwas wie „semantische Gravitations-Zentren“ zu bilden.

Auf diese Weise sollen die weiten Bedeutungs-Felder dieser chinesischen Wörter sichtbar bzw. „ahn-bar“ werden.

Ich gebrauche diese chinesischen Wörter durchgängig so, wie sie insbesondere in chinesischen Texten über den Körper und das Bewegen gebraucht wurden.

Der Dimension „Wert-Sein“ des Erlebens ordne ich dementsprechend das chinesische Wort „*Xin*“ (Herz, Mut, Wille, Entschluss-Stärke) und der des „So-Sein“ das Wort „*Yi*“ (Vorstellung, Ordnung, Form) zu.

Der Dimension des widerspiegelnden „Da-Sein“ bringe ich das Wort „*Shen*“ (Achtsamkeit, Geistesklarheit) nahe.

Das Wort „*Jing*“ (Samen) steht für mich für Tat-Sache, Realität. Es steht für das, was konkret im Werden ist. Aus dem etwas wird.

Der Gebrauch dieser chinesischen Wörter ist in der Literatur aber durchaus nicht einheitlich. Die Bedeutung „schwimmt“ in verschiedenen Zusammenhängen bzw. zu verschiedenen historischen Zeiten und bei verschiedenen Autoren.

Sinntragend für das Verstehen dieses hier vorliegenden Textes ist aber ausschließlich mein deutscher Text.

INHALT

Vorwort	4
I.	
Abendländisches und chinesisches Denken	8
Grund-Gedanke	11
Kreativität und Rhythmus im Zusammenspiel von <i>Yi</i>, <i>Xin</i> und <i>Shen</i>	23
Der Baum im Hof	31
Chinesische und indische Begriffe in einer Zusammenschau	33
Dao und Wuji	43
Das Objekt und der Gegenstand	45
Die Leere und das Nichts	51
Bewegen als Tat-Sache	52
Über das Fragen	62
Entdecken in der Inneren Empirie	65
Taiji und Sammlung	72
II.	
Wie die achtsame Kraft (<i>Qi</i>) als Dasein im Wollen (<i>Xin</i>, Wertsein, Mut) und Vorstellen (<i>Yi</i>, Sosein,) fließt	83
Anmerkungen zur deutschen Übersetzung des Textes von WANG ZONGYUE über <i>Taijiquan</i>	101
Über <i>Taijiquan</i> und Skilaufen	109
Über das Schmecken von Yin und Yang	128
Über die „Mitte“ in das „In-Form-Sein“	135
III.	
Zum abendländischen und chinesischen Gottes-Begriff	176
Dialektischer-Materialismus und leibliches Bewegen	198
Das Erkenntnis-Modell von MAO TSETUNG	206

Abendländisches und chinesisches Denken

Wenn man sich als EUROPÄER mit chinesischem Denken befasst, steht man vor ähnlichen Problemen, auf die CHINESEN treffen, wenn sie in das abendländische Denken einzudringen versuchen.

Der chinesische Philosoph FUNG YU-LAN berichtet, dass die CHINESEN mit der westlichen Philosophie intensiver erst über JOHN DEWEY² und BERTRAND RUSSEL³, die 1919-20 an der UNIVERSITÄT PEKING lehrten, dort aber vor allem ihre eigene Lehre darstellten, bekanntgemacht wurden.

FUNG YU-LAN selbst ist durch seine wissenschaftliche Tätigkeit in den USA tiefer in das westliche Denken eingedrungen. Es ist sehr interessant und aufschlussreich, was ihm dabei wesentlich erscheint und was er bei PLATO, DESCARTES, BACON, KANT, HEGEL, FICHTE, SCHOPENHAUER, JAMES usw. in den Vordergrund rückt.⁴

Als Fazit kommt FUNG YU-LAN zu dem Schluss, dass man die Aussagen der westlichen Philosophie vorerst mehr oder weniger vernachlässigen könne, nicht aber die westliche „Methode“ des Denkens, die mathematisch-logische „analytische Methode“. Er meint, dass es ein Gewinn für das

² der amerikanische Philosoph JOHN DEWEY (1859-1952) ist Vertreter des *Pragmatismus*. DEWEY verlangte eine Erneuerung der Philosophie mit einem stärkeren Bezug zur sozialen und kulturellen Wirklichkeit.

³ der englische Logiker BERTRAND RUSSEL (1872-1970) machte sich auch als politischer Querdenker einen Namen. Als erklärter Kriegsgegner und öffentlicher Verfechter der Menschenrechte wurde er auch ausserhalb der Philosophie bekannt. In der Zeit von 1967 bis 1980 wurden vier sog. *'Russel-Tribunale'* durchgeführt, welche Menschenrechtsverletzungen anprangerten. Auf ihnen wurde die amerikanische Kriegführung in Indochina (1967), die Menschenrechtsverletzungen in Lateinamerika, insbesondere in Chile, (1973-76), unter anderem die Berufsverbote in der Bundesrepublik Deutschland (1978-1979) und die Verfolgung der Indianer in Amerika (1980) verhandelt.

⁴ vgl. *Selected philosophical writings of Fung Yu-Lan*. Beijing 1991: Foreign Languages Press. (ISBN 7-119-01063-8)

chinesische Philosophieren sein könne, die eigene philosophische Tradition mit dieser fremden Methode neu zu bearbeiten.

In meiner „*transkulturellen Bewegungsforschung*“⁵ komme ich zu einer ähnlichen Meinung, jedoch in genau umgekehrter Richtung. Ich bin der Ansicht, dass man von den Ergebnissen des chinesischen Denkens, zum Beispiel welche Organe welchen Meridianen und Elementen, oder welche Muster im I GING (*Buch der Wandlungen*) welchen Eigenschaften zugeordnet werden, vorerst absehen muss, damit man die Methode des chinesischen Denkens klar erfasst.

Diese Methode erscheint einerseits als Kombinieren von einfachen Mustern, als synthetische Methode. Andererseits aber als eine komplementäre Methode. Diese bringt in das synthetische Kombinieren eine erstaunliche Bewegung des dialektischen Umschlagens. Dies erfolgt auf mehreren Ebenen in oft gegensinniger Weise.

Dieses Verbinden von digitalem Kombinieren mit einem chamäleonartigen gegenseitigen Verwinden (entsprechend dem jeweiligen praktischen Kontext) ergibt eine faszinierende Methode. Sie erinnert lebhaft an das, was in der Inneren Empirie (*Jing*) als pulsierendes Wesen des Selbstbewegens (*Jing*) erlebensgegenwärtig wird.

Mit dieser uns fremden Methode des Denkens gilt es nun das Wissen (*Yi*), das wir uns in der abendländischen Denktradition erarbeitet haben, neu aufzubereiten.

Es geht also nicht um das oberflächliche Einpflanzen von Ergebnissen chinesischen Denkens (*Yi*), sondern um das Neusichten unserer eigenen Ergebnisse (*Yi*) mit einer für uns, in dieser Entfaltung, neuen und fremden Denkmethode (in einer Orientierung auf das *Jing*).

⁵ vgl. www.tiwald.com

Wenn wir dies tun, dann werden wir einerseits entdecken, dass dieses Vorhaben im Abendland anscheinend schon mehrmals versucht wurde⁶, andererseits wird uns zum Beispiel SPINOZA⁷ in ganz neuem (wieder altem?) Licht erscheinen und wir werden ihn neu schätzen lernen.

⁶vgl. ADOLF REICHWEIN: *„China und Europa - Geistige und künstlerische Beziehungen im 18. Jahrhundert.“* Berlin 1923.

⁷ Der holländische Wissenschaftler und Philosoph BARUCH DE SPINOZA (1623-1677) wurde unter anderem von GOTTHOLD EPHRAIM LESSING (1729-1781), GEORG FRIEDRICH LICHTENBERG (1742-1799) und FRIEDRICH ENGELS (1820-1895) besonders geschätzt.

BENEDICTUS DE SPINOZA: *„Die Ethik nach der geometrischen Methode dargestellt“*. Stuttgart 1980: Reclam

ANTONIO NEGRI: *„Die wilde Anomalie - Spinozas Entwurf einer freien Gesellschaft“*. Berlin 1982.

ANACLETO VERRECCHIA: *„Georg Christoph Lichtenberg - Der Ketzer des deutschen Geistes“*. Wien; Köln; Graz; Böhlau 1988.

FRIEDRICH ENGELS: *„Dialektik und Natur“*. Frankfurt/Main 1927: Marx-Engels Archiv, Zeitschrift des Marx-Engels-Instituts in Moskau, herausgegeben von D. Rjanzanov, II. Band.

Grund-Gedanke

I.

Chinesische Begriffe, wie zum Beispiel *Yi* (etwa: Vorstellen, das Symbolische), *Xin* (etwa: Willenskraft, Mut, Herz), *Shen* (etwa: Achtsamkeit, Geistesklarheit), *Jing* (etwa: Tat-Sache, Realität, Samen) und *Dao* (etwa: Ganzes, Natur, umfassende Ordnung, umfassender Rhythmus, oberstes Gesetz, Logos, Sinn, Weg, umfassende Praxis), scheinen eine ganz andere Funktion zu haben als jene der abendländischen Philosophie.

Deutsche Übersetzungen chinesischer Philosophie-Texte „engen“ daher diese immer ein, wenn sie einen chinesischen Begriff nur einem deutschen Begriff zuordnen. Sie führen aber auch oft in die Irre, wenn sie den selben chinesischen Begriff im gleichen Text (je nach Kontext) immer wieder mit anderen deutschen Wörtern belegen, die im deutschen Denken ebenfalls sehr „eng“ aufgefasst werden.

Die Begriffe der abendländischen Philosophie sind nämlich ein „selbstangefertigtes Spielzeug“, mit dem man in „Sprach-Spielen“ phantastische Denk-Konstruktionen aufbauen kann. Diese Konstruktionen können für die Praxis sehr brauchbar sein, sind es aber nicht zwingend.

In diesen Sprach-Spielen ist jeder Baustein bestrebt, möglichst unabhängig von bestimmten Tat-sächlichen Zusammenhängen, aus sich selbst heraus tragfähig zu sein.

Die Brauchbarkeit des Begriffes bestimmt sich dann weniger daran, ob er etwas Tat-Sächliches (*Jing*) auch „treffend begreift“, sondern ob er im Zusammenhang mit dem anderen Spiel-Material brauchbar, kompatibel und „durch anderes Spiel-Material auch ersetzbar“, d.h. „definierbar“ ist.

Einen ganz anderen Eindruck vermittelt der Gebrauch chinesischer Begriffe. Sie scheinen nur vage Rahmen zu bilden, die zum Tat-Sächlichen (*Jing*) hin nach Möglichkeit offen bleiben.

Chinesische Begriffe leben nicht von den Bedeutungen (*Yi*) anderer Begriffe, sondern von Tat-Sachen (*Jing*), die mit Hilfe der Umgangssprache „lebendig veranschaulicht“ werden.

Nicht der Kontext mit anderem Spiel-Material (mit anderen Begriffen, *Yi*) scheint hier wesentlich zu sein, sondern die tatsächliche Realität (*Jing*), die „umgangssprachlich aufleuchtet“ bzw. auf die in einem „praktischen Kontext“ hingewiesen wird. Zum Beispiel im körperlichen Bewegen (*Jing*).

Die Begriffe ziehen hier nur „sanfte Grenz-Linien des Unterscheidens“ in mehr oder weniger „offenen Tat-Sachen-Bereichen“ (*Jing*) bzw. in offenen und komplementären Feldern.

Das chinesische Denken (*Yi*) scheint daher in einer ganz anderen Weise an die Realität (*Jing*) gebunden als unser abendländisches Philosophieren.

Man könnte das Philosophieren als das Anfertigen von Bildern (*Yi*) einer Tatsächlichen Stadt (*Jing*) auffassen.

Die verschiedenen Philosophen sitzen dabei auf verschiedenen Hügeln rund um die Stadt und malen jeweils ein Bild in ihrer Sichtweise. So entstehen viele verschiedene Bilder (*Yi*) der selben realen und „gemeinsamen“ Stadt (*Jing*).

Um die Stadt umfassend zu begreifen, muss man daher „um die Stadt herum“ und „auch in sie hinein“ gehen.

Man muss aber auch im Umfeld der Stadt verschiedene Hügel erklimmen, um seine eigenen früheren Standorte zu erkennen.

Man bekommt dadurch nicht nur ein annäherndes „Rund-um-Bild der Stadt“, sondern auch ein „Bild der unterschiedlichen Standorte“, von denen man diese Stadt betrachten kann.

Ein spezielles Problem entsteht nun dadurch, dass die Bilder der Stadt (*Yi*) objektiviert (*Yi-Jing*) und weitergeben werden können. Dies auch an jene,

die noch keinen Hügel erklommen und sich noch keinen Blick auf die Stadt mühevoll selbst erarbeitet haben.

Nun gibt es bequeme „Reiseschriftsteller“, die ohne selbst irgendwo gewesen zu sein (*Jing*), nur Berichte (*Yi*) studieren und diese dann zu einem phantastischen Bild (*Yi*) der Stadt, die sie nie selbst gesehen haben, verarbeiten.

Es gibt sogar eine „akademische Mode“, die vorschreibt, dass junge Menschen, die philosophieren wollen, vorerst gedankliche Reiseberichte (*Yi*) von PLATON und anderen studieren müssten, statt selbst auf einen Berg (*Jing*) zu klettern und selbst zu schauen.

Oder dass man als „Lehrling der Malkunst“ zuerst Bilder von Meistern kopieren und Gips-Statuen abzeichnen müsse, bevor man einen Blick auf die Natur selbst wagen dürfe.

Dies führt natürlich dazu, dass man statt selbst zu philosophieren, nur Philosophie-Geschichte betreibt oder nur ein „belesener Reiseschriftsteller“ wird, der eloquent über Länder berichtet, die er Tatsächlich nie bereist hat. So meinte HERAKLIT:

„Nach Weisheit strebende Männer müssen sehr viele Dinge erforschen.“⁸

„[aber]viel Gelehrsamkeit lehrt noch nicht, sich einen Begriff zu machen; sonst würde sie es HESIOD gelehrt haben und PYTHAGORAS, wie auch XENOPHANES und HEKATAIOS.“⁹

„PYTHAGORAS, des MNESARCHES Sohn, hat am meisten von allen Menschen Forschung getrieben; und indem er eine Auswahl aus seinen diesbezüglichen Notizen vornahm, machte er sich daraus eine eigene Weisheit, Vielwisserei, schlimme Machenschaften.“¹⁰

⁸ HERAKLIT nach CLEMENS VON ALEXANDRIA. In: In: JAAP MANSFELD (Übers.): „Die Vorsokratiker I“, Stuttgart 1983.

⁹ HERAKLIT nach DIOGENES LAERTIOS. In: In: JAAP MANSFELD (Übers.): „Die Vorsokratiker I“, Stuttgart 1983.

¹⁰ HERAKLIT nach DIOGENES LAERTIOS. In: In: JAAP MANSFELD (Übers.): „Die Vorsokratiker I“, Stuttgart 1983.

II.

In der Phantasie (*Yi*) kann sich jeder Mensch mehr oder weniger „träumend“ seine „eigene Welt“ konstruieren und sich auch in diese verlieren.

„<Herakleitos sagte, dass> die Wachenden ein und dieselbe gemeinsame Welt haben, während sich von den Schlafenden ein jeder zu seiner eigenen abwende.“¹¹

Das Träumen ist Chance und Gefahr zu gleich. Man braucht es nämlich auch im Wachen, um dem „Hier und Jetzt“ in einem „Projekt“ symbolisch voranzueilen. Träume sind vorgestellte Antworten (*Yi*). Für diese mehr oder weniger begründeten Ahnungen (*Yi*) muss man aber in seinem eigenen Wertsein mutig (*Xin*) Verantwortung tragen.

Verliert man den Kontakt zu den Tat-Sachen (*Jing*), dann hängt die vorstellende Phantasie (*Yi*) mit ihren Träumen in der Luft. Die Antworten (*Yi*) bleiben dann ohne Verantwortung (*Xin*) vor der umfassenden Praxis (*Dao*)

Unser lebensweltlich zweckmäßiges Handeln wird mit Hilfe unserer Träume (*Yi*) vorbereitet.

„Wenn das Unerwartete nicht erwartet wird, wird man es nicht entdecken, da es dann unaufspürbar ist und unzugänglich bleibt.“¹²

Grundlage für ein zweckmäßiges Vorbereiten des Handelns durch Träumen ist aber unsere Bindung an unsere „Tat-sächlich gemeinsame Welt“ (*Dao*). An diese bindet uns unsere gerichtete Wachheit, d.h. unsere Achtsamkeit (*Shen*).

Über unsere Vorstellungen (*Yi*) können wir unsere Tat-sächliche Welt (*Jing, Dao*) zur Sprache bringen (*Yi*). Auf diese Weise wird die umfassen-

¹¹ HERAKLIT, *Fragment 89*, zitiert nach: WILHELM CAPELLE (Übers.): „*Die Vorsokratiker*“, Stuttgart 1968.

¹² HERAKLIT nach CLEMENS VON ALEXANDRIA. In: JAAP MANSFELD (Übers.): „*Die Vorsokratiker I*“, Stuttgart 1983.

de Welt (*Dao*) uns in ihrem Sosein (Vorstellen, *Yi*) auch „mittelbar gemeinsam“.

Dies gelingt uns aber nur, wenn wir unsere individuellen Träume (*Yi*) vor dem Hintergrund der Tat-sächlichen Welt (*Jing, Dao*) auch immer wieder zweckmäßig koordinieren und in Einklang bringen.

Unsere Träume (*Yi*) sind also Chance und Gefahr zu gleich. Wir gehen immer das Risiko ein, die Tat-sächliche Welt (*Jing, Dao*) im träumenden Vorstellen (*Yi*) zu verlieren.

Wir haben aber keine Wahl. Durch diese Krise (Chance und Gefahr) müssen wir hindurch.

Es geht letztlich um die lebensweltlich und mitmenschlich gemeinsame Welt (*Dao*). In dieser „könnten“ (*Yi*) die Menschen mittels der Sprache (*Yi*) in ihrem kooperativen und solidarischen Handeln zukunftsorientiert und verantwortungsvoll (*Xin*) verbunden werden.

„Daher hat man sich dem Allgemeinen anzuschließen – d.h. dem Gemeinschaftlichen, denn der gemeinschaftliche [Logos] ist allgemein; ungeachtet der Tatsache aber, dass die Auslegung eine allgemeine ist, leben die Leute, als ob sie über eine private Einsicht verfügten.“¹³

Es geht also darum:

- einerseits durch das Dickicht des „Weges zum sprachlich Allen-Gemeinsamen“ (*Yi*) sich mutig (*Xin*) durchzuschlagen,
- andererseits dabei aber „wach“ und „geistesklar“ (*Shen*) zu bleiben und mit der Achtsamkeit (*Shen*) den Kontakt zu den Tat-Sachen (*Jing*), bzw. zum „Tat-sächlich Ganzen der umfassenden Welt“ (*Dao*) nicht zu verlieren.

III.

¹³ HERAKLIT, nach dem Bericht von SEXTUS EMPIRICUS. In JAAP MANSFELD (Übers.): *„Die Vorsokratiker I“*, Stuttgart 1983.

In unseren vitalen Bezügen (*Jing*) können wir dieser umfassenden Welt (*Dao*) nicht ausweichen. Sie fordert und bindet unsere elementare Achtsamkeit (*Shen*). Diese wird als Aufmerksamkeit (*Shen*) von den Tat-Sachen (*Jing*) fasziniert.

In diesen elementaren Bezügen (*Jing*) wird unser Träumen (*Yi*) über die Aufmerksamkeit (*Shen*) an die kurze Leine der Tat-Sachen (*Jing*) genommen.

Die Tat-Sachen (*Jing*) treffen uns dort in ihrem Wert-Sein (*Xin*). Aus diesem Samen (*Jing*) des Betroffen-Seins (*Xin*) keimt dann unser Erkennen (*Yi*).

Wer Hunger hat, der muss essen. Wer „tat-sächlich“ isst, der weiß dann, was Tat-Sachen (*Jing*) sind. Diese Tat-Sachen erhalten als „Samen“ (*Jing*) immer wieder das Leben.

Mit Denken und Vorstellungen (*Yi*) kann man sicher besser sein Essen suchen. Aber die Vorstellungen (*Yi*, Symbole) selbst, die kann man schlecht essen. Man bleibt hungrig (*Jing*).

Auch den Willen (*Xin*) braucht man, um zur Tat zu kommen. Aber nur mit Herz (*Xin*) herumzulaufen und die in Vorstellungen symbolisch verpackte Erfahrung (*Yi*) zu verachten, das führt auch nicht zum Essen.

Der Wille (*Xin*) alleine macht auch nicht satt. Der Hunger bleibt.

Man muss also die Erfahrung als Vorstellung (*Yi*) mit dem Willen (*Xin*) zusammen bringen.

Die Achtsamkeit (*Shen*) schafft dies, wenn sie beide, *Xin* und *Yi*, mit Kraft (*Qi*) versorgt und zu den Tat-Sachen (*Jing*) selbst hinführt.

Dies ist eine „feurige“ Angelegenheit! Das vom *Shen* geleitete *Qi* heizt mächtig ein. Hier schmilzt alles dahin. Es wird aber dadurch „verdaut“.

Der Samen keimt. Die Tat-Sachen (*Jing*) wirken. Der Hunger vergeht und kommt wieder. Man ist dann satt „gewesen“.

IV.

Als Jugendlicher begann ich mein Denken mit Tat-Sachen (*Jing*). Ich lern- te mich selbst in meinem Bewegen und in meinem Leiden zu beachten (*Shen*). Als Student habe ich kaum etwas gelesen.

Mein *Jing*, meine Tat-Sachen als Samen, keimten daher erst, als ich vom CHAN-BUDDHISMUS (*Yi*) hörte. Dort fand ich Vorstel- lungen (*Yi*), die genau zu meinen eigenen Tat-Sachen (*Jing*) pass- ten.

So ging ich von meinem *Jing* (Praxis, Tat-Sachen, Samen) aus. Zuerst wurde ich dann mit den chinesischen und den indischen Vorstellungen (*Yi*) bekannt. Jenes Denken hat mir daher als Vorstellung (*Yi*) meine Tat- Sachen (*Jing*) als Erstes beleuchtet.

So lernte ich, bevor ich überhaupt von europäischer Philosophie (*Yi*) etwas hörte, das chinesische Denken (*Yi*), das zu meinem Hunger (*Jing*) passte, kennen. Erst später habe ich dann in meinem zweiten Studium Philosophie studiert. Dann erst habe ich auch das europäische Denken (*Yi*) kennen ge- lernt.

Dieses westliche Denken habe ich dann aber mit meinen „in- disch-chinesischen“ Augen (*Yi*) betrachtet und verstanden.

Was ich da verstanden habe, das konnte ich in der Lebenswelt (*Jing*) auch praktisch gebrauchen.

Nun bringt mein *Shen* (meine Achtsamkeit) das „europäische *Yi*“ mit dem „chinesischen *Yi*“ in einen Schmelzofen der Tat-Sachen (*Jing*).

Um dies zu tun, brauche ich sehr viel *Xin* (Mut), das heißt, ich muss mit meinem *Shen* (Achtsamkeit) viel *Qi* (Kraft) zu meinem

Mut (*Xin*) bringen. Ich darf dabei aber meine Tat-Sachen (mein *Jing*) nicht verlieren.

Nur aus deren Hunger (*Jing*) kann ein richtiges *Yi* keimen.

Ich brauche viel Mut (*Xin*) deswegen, weil ich von CHINA kaum etwas „Tat-sächlich“ (*Jing*) weiß und die chinesische Sprache (*Yi*) nicht verstehe.

V.

Es geht mir nämlich gar nicht darum, etwas „irgendwie“ zu verstehen oder mich an Geheimnissen bequem zu ergötzen, sondern das, was mir als übersetzter Text vorliegt, vor dem Hintergrund mir fassbarer Tat-Sachen (*Jing*) zu verstehen. Nicht der Kontext mit einem anderen für mich ebenfalls unverständlichen Nebel (*Yi*), beruhigt mich, sondern nur ein „Tat-sächliches“ Einleuchten (*Shen-Jing-Yi*).

Das mag wenig demütig erscheinen, aber die Achtung vor etwas Gesagtem bringt man nicht dadurch zum Ausdruck, dass man es demütig nachplappert, sondern durch Anstrengung des Geistes (*Shen*) auch mit Leib und Seele (*Jing*) verstehen will.

Ich kann zum Beispiel gar nicht nachvollziehen, wie Menschen, die weder wissen was der Mensch ist, noch was die Natur ist, in einer Sicherheit davon sprechen, dass zwischen beiden ein radikaler Unterschied bestehe, der den Menschen über die Natur erhebe. So wird dann voreilig von einem „menschlichen Sein“ und einem „physikalischen Sein“ gesprochen.

Sein ist Sein. Egal, ob menschlich oder physikalisch. „Physikalisch“ ist doch nur eine modellierte Betrachtungsweise.

Man kann auch den Mensch durch die Lupe eines physikalisch-mathematischen Modells betrachten. Dann erscheint er auch anders. Der Mensch bleibt aber trotzdem Mensch. Ähnliches gilt auch für die Natur. Auch das Bewegen der Natur kann ich einerseits „unmittelbar schauen“

oder andererseits durch die „Lupe des mathematisch-physikalischen Modells“ betrachten. Aber auch das menschliche Bewegen ist Natur. Man könnte vielleicht einen Unterschied zwischen dem „Bewegen der Natur“ (auch des Menschen) und dem „vom Menschen ‚technisch‘ hergestellten Bewegen“ machen. Hier gibt es nämlich auch ein Bewegen, das wie ein Zahnrad von einem Ort zum andern einrastet, also eigentlich immer wieder einhält und nicht immer fließt.

Eine solche technische Zerstückelung kann aber auch im menschlichen Bewegen geschehen.

Zum Beispiel, wenn mein *Yi* als Vorstellung mein Bewegen zu stark dominiert und dann das Bewegen innerhalb einer „zwanghaften Bewegungs-Vorstellung“ führt.

Das Bewegen wird dann immer wieder abbremsst, statt es fließen zu lassen. Auch das „Bewegen unseres Geistes“ kann „einhalten“. Es kann zum Beispiel durch Vor-Urteile (*Yi*) eingebremst und angehalten werden.

Das „technische Bewegen“ findet man also einerseits im Menschen, wie man andererseits das „fließende Bewegen“ auch in der Natur findet.

Eine „zerstückelnde Betrachtung“ (*Yi*) eines Tat-sächlichen Bewegens, sei es des Menschen oder der Natur, muss man also unterscheiden von dem „Tat-sächlichen Sein“ (*Jing*), sei dieses in der Natur oder im Menschen.

Der Mensch ist Teil bzw. ein Glied der Natur. Als „natürliche Tat-Sache“ (*Jing*) ist er im Einklang mit dem umfassenden Ganzen (mit der Natur, mit der *Physis*, mit dem *Dao*).

In dem Maße, wie es dem Menschen (als einer „natürlichen Tat-Sache“, *Jing*) gelingt, mit Hilfe seiner Achtsamkeit (*Shen*) sich seiner selbst bewusst (*Yi*) zu werden, in dem Maße merkt er auch, dass er mit dem Ganzen (*Dao*) verbunden ist.

Er ist aber nicht nur mit dem Ganzen (mit dem *Dao*, mit der *Physis*, mit der Natur) verbunden, sondern er wird von diesem Ganzen (*Dao*) her in einem allseitigen Wechselwirken auch „eingestellt“ und geleitet.

VI.

Über die Achtsamkeit (*Shen*) wird die natürliche Tat-Sache „Mensch“ (*Jing*) aber auch mit ihrem „Daseins-Grund“ (mit der *Leere*, mit dem *Wuji*) verbunden.

In diesem Verbinden mit dem *Wuji* holt der Mensch mit seiner Achtsamkeit (*Shen*) seine Kraft (*Qi*).

Die Achtsamkeit (*Shen*) leitet diese Kraft (*Qi*) in den Willen (*Xin*), damit es zur „menschlichen Tat“ kommt. Diese menschliche „Tat“ liegt dann als körperliche „Tat-Sache“ (*Jing*) vor.

Die Achtsamkeit (*Shen*) leitet die Kraft (*Qi*) des Grundes (der *Leere*, des *Wuji*) aber auch in das Vorstellen (*Yi*). Dadurch entsteht dann ein symbolisches Bewusstsein (*Yi*) der Tat-Sachen (des *Jing*).

Im Vorstellen (*Yi*) können die Tat-Sachen (*Jing*) „voneinander und von der Tat“ isoliert werden.

Aus den „Tat-Sachen“ (*Jing*) entstehen dadurch bewusste „Sachen“ (Dinge) und deren Relationen zueinander, die sogenannten „Sach-Verhalte“ (*Yi*).

Diese „bewussten“ (*Yi*) Sach-Verhalte sind es dann, die in einem mathematisch-physikalischen Modell abgebildet werden.

Im mathematisch-physikalischen Modell werden also keine „Tat-Sachen“ (*Jing*), sondern nur „bewusst“ isolierte „Sachen“ und „Sach-Verhalte“ (*Yi*) abgebildet.

Das „Bewegen“ ist eine „Tat-Sache“ (*Jing*). Die bewusste „Bewegung“ ist dagegen als Form eine mehr oder weniger isolierte „Sache“, bzw. ein isolierter „Sach-Verhalt“ (*Yi*).

Die „Tat“ ist ein „Bewegen“, die „Sache“ ist dagegen eine mehr oder weniger beruhigte und isolierte „Bewegung“ bzw. sie ist ein „Körper“ als ein scheinbar unveränderlich dauerndes Ding.

Die „Tat-Sache“ ist dagegen die lebendige Verbindung von beiden, von „Tat“ und „Sache“.

Man kann daher nicht zwischen einem „menschlichen Sein“ und einem „physikalischen Sein“ radikal unterscheiden. Auch nicht zwischen einem „menschlichen Bewegen“ und einem „physikalischen Bewegen“.

Das „menschliche Bewegen“ verwirklicht sich nämlich nur in dem Maße, als es „Zugang zum *Dao*“ (zum *Ganzen*, zur *Physis*, zur Natur) findet und mit diesem in Einklang kommt.

Das Bewegen wird also in dem Maße erst „wirklich menschlich“, in dem es im sogenannten „*Nicht-Denken*“ und im „*Nicht-Tun*“ ein „*Bewegen des Dao*“, ein „Bewegen der Physis“, ein „Bewegen der Natur“ wird. Wenn „Es“ sich bewegt.

Man könnte daher das Bewegen des Menschen bloß danach unterscheiden, wie weit es von dieser Einheit noch entfernt ist bzw. wie nahe es sich im achtsamen Bemühen (*Shen*) dieser „Einheit mit dem Ganzen“ (mit dem *Dao*) nähert.

Ein „Blatt im Wind“ ist mehr im Einklang mit dem *Dao* als die meisten Menschen, die *Taijiquan* betreiben. Das „menschliche Bewegen“ wird also erst dann „wirklich menschlich“, wenn es keinen Unterschied mehr zum „Fließen des Wassers“ gibt.

Das Wasser fließt auf der Erde von selbst. Der Mensch muss hier aber achtsam arbeiten, damit er fließt. Er hat bloß die Chance, Mensch zu wer-

den. Er ist bloß auf dem Wege zu einem Bewegen im Einklang mit dem WEG (mit dem *Dao*, mit der Natur, mit der *Physis*).

Kreativität und Rhythmus im Zusammenspiel von *Yi, Xin und Shen*

Rhythmus und Kreativität bilden eine komplementäre Einheit. Beide Pole haben einander verwunden, stülpen sich gegenseitig ein, bzw. sie sind ineinander verschränkt. Trotzdem ist es für die Erkenntnis wichtig, sie klar auseinanderzuhalten.

Der Rhythmus ist für mich das nach Ganzheit, nach dem *Dao*, nach einem Kosmos Strebende. Der Rhythmus strebt nach Ruhe und Ordnung, nach Harmonie, nach Wiederholung. Er ist das nach Erhaltung und Beständigkeit strebende und mehr oder weniger konservierende Prinzip (*Yang*).

Der Rhythmus ist geprägt von dem urtümlichen Drang, das Entstandene zu bewahren, es zur Gewohnheit einzuschleifen und durch Wiederholen das 'Vorfällen' zur Regel und zum Gesetz (Logos, *Dao*) zu verdichten.

Die „Kreativität“ sorgt dagegen für neue „Vorfälle“. Sie bricht Ordnungen auf.

Die Kreativität strebt nicht nach Beständigkeit, sondern versucht beständig zu streben.

Die Kreativität schreitet fort. Sie schafft Neues. Die Kreativität wirft so dem Rhythmus sein Futter vor, das dieser konserviert. Selbst nährt sie sich vom Chaos. Aber auch von Ordnungen:

- die ihr einerseits Geborgenheit geben,
- die sie aber andererseits aussaugt und dann, neben dem geschaffenen lebendig Neuem, als blutleeres (gestaltloses) Chaos zurücklässt.¹⁴

¹⁴ vgl. HORST TIWALD: „*Die Kunst des Machens oder der Mut zum Unvollkommenen - Die Theorie der Leistungsfelder und der Gestaltkreis im Bewegenerlernen*“. Hamburg 1996.

HORST TIWALD: „*Bewegen zum Selbst - Diesseits und jenseits des Gestaltkreises*“. Hamburg 1997.

Bei meinem Erläutern des Sachverhaltes „Rhythmus-Kreativität“ bediene ich mich der Methode der Komplementaritäts-Betrachtung. Diese leitet mein methodisch fragendes Suchen in der Art (u.U. verleitet es auch), dass ich die Realität unter dem Gesichtspunkt einer „immer wiederkehrenden Komplementarität“ betrachte.

Dieses methodisch geleitete Suchen will in der Realität „Ganzheiten“ aufdecken, die sich entwindend auseinandersetzen.

Es geht also darum, Erfahrungsmaterial nach dem Gesichtspunkt der Komplementarität neu zu sortieren, um auf diese Weise in der Realität „neue“ Muster zu entdecken.

Ich suche in diesem Betrachten nach „Grenz-Bereichen“, in denen es un-gemein schwer wird, das eine vom anderen zu unterscheiden: Ich suche also Tat-Sachen (*Jing*), wo es fast beliebig erscheint, ob ich zum Beispiel einen Prozess als „rhythmisch“ oder als „kreativ“ bezeichne, wo also der eine Pol in den anderen „umzuschlagen“ scheint.

Beim Betrachten der „Ganzheit“ von Rhythmus und Kreativität gibt es Felder (*Jing*), in denen sich die Einheit (*Jing*) deutlich zu einer Spannung auseinandergesetzt. Dort haben sich die Pole (*Yin* und *Yang*) deutlich gegenseitig entwunden und einander verwunden.

Es gibt aber auch Bereiche, wo sich aus einem Pol (z.B. aus dem *Yin*) der verwundene andere Pol (*Yang*) gerade entwindet, wodurch der Pol in sein Gegenteil umzuschlagen scheint.

Rhythmus und Kreativität erscheinen in meiner Komplementaritäts-Betrachtung:

- einerseits „zueinander“ komplementär; sie bilden zusammen ein Ganzes;
- andererseits sind sie „in sich“ komplementär bewegt.

Jeder Pol bildet „für sich“ eine komplementäre Einheit von zwei sich ebenfalls ergänzenden Bewegungen!

In dieser Art sind sowohl der Rhythmus als auch die Kreativität jeweils selbst eine komplementäre Einheit:

- des verbindenden, grenzüberschreitenden Bewegens (*Yin*);
und
- des unterscheidenden, grenzsetzenden Bewegens (*Yang*)¹⁵.

Für den „Rhythmus“ bedeutet dies:

- einerseits das Fließen (*Yin*), welches die Grenzen der voneinander isolierten und definierten Teile (*Jing*) überschreitet, sie zum Ganzen (*Dao*) verbindet und nach Wiederholung des Ganzen (*Dao*) drängt;
- andererseits das grenzsetzende Unterscheiden (*Yang*), das in der Einheit (*Dao, Jing*) den gestaltlosen Fluss durch Akzentuieren auseinandersetzt, im Ganzen (*Dao*) Spannung schafft und die Einheit (*Jing*) nach außen zur Gestalt (*Yi*) abschließt und wiederholbar macht.

Für die Kreativität bedeutet diese innere Komplementarität:

- einerseits das Fließen (*Yin*), welches innerhalb der Toleranz der Ordnung (*Jing*) Variabilität herstellt, Ordnungen nach außen öffnet und Grenzen transzendiert, d. h. überschreitet;
- andererseits das neue Varianten oder überhaupt neue Qualitäten und Ordnungen schaffende Grenzsetzen (*Yang*).

Dieses Bild ergibt sich auf dem Hintergrund folgender Gedanken:

1. Gedanke:

Wenn das *Taiji* mit *Yin* und *Yang* zur „Welt des Vielen“ kommt, dann gibt es im *Dao* (im Ganzen) weder ein „reines *Yin*“ und noch ein „reines *Yang*“ mehr.

In der Vielheit steckt jeweils das Eine im Anderen.

2. Gedanke

¹⁵vgl. HORST TIWALD. *Im Sport zur kreativen Lebendigkeit - Bewegung und Wissenschaft - Philosophische Grundlegung der Sportwissenschaft*. Hamburg 2000: b&d Verlag.

Es erscheint dann das „*akzentuierte Yin*“ als das öffnend „entropische Bewegung“. Dies aber in einer Spannung zum zentrierend-eingrenzend „neg-entropischen Bewegung“ des „*akzentuierten Yang*“.

Das sich akzentuiert „*weitende Yin*“ erscheint also als „entropisch“, während das sich akzentuiert „*zentrierende Yang*“ als „neg-entropisch“ wirkend erscheint. Es baut Information, d.h. ein Sosein auf.

3. Gedanke

So erscheint der „Rhythmus“ in einer Affinität zur Ordnung, zur Form, d.h. zum neg-entropischen Bewahren und Halten von Information, während die „Kreativität“ als das Weitende und Schöpferische erscheint.

Das die „Ordnungen-Haltende“ (das Rhythmische) erscheint in dieser Sicht in einer Affinität zum „Männlichen“, während das kreativ „Ordnungen-Sprengende“, aber erweiternd „neue-Ordnungen-setzende“ Kreative als das „Weibliche“ erscheint.

4. Gedanke

Es gibt aber kein „rein Männliches“ und kein „rein Weibliches“. Im Weiblichen steckt als Keim das Männliche, wie im Männlichen als Keim das Weibliche steckt.

5. Gedanke

Der die Ordnung haltende und diese verfestigende „Rhythmus“ erscheint aus dieser Sicht in einer „Affinität zum Sosein“, während die „Kreativität“ als das „Ordnungen-Brechende“ und „neue-Ordnungen-Setzende“ in einer „Affinität zum Wertsein“ d.h. zum Willen (*Xin*) erscheint.

So stellt sich „aus dieser Sicht“ das „Sosein“ akzentuiert in die „Nähe zum Rhythmus“ und zur „Vorstellung (*Yi*)“, während das „Wertsein“ sich akzentuiert in die „Nähe zur Kreativität“, zum „Willen (*Xin*)“ stellt.

Im Wertsein steckt aber als Keim ein Sosein, wie auch im Sosein als Keim ein Wertsein steckt.

Es geht daher darum, das „Ordnungen-Halten“ von einem „Ordnungen-Schaffen“ zu unterscheiden.

Der Rhythmus „folgt“ Ordnungen, die Kreativität „schöpft“ Ordnungen, d.h. nur die Kreativität „ordnet“. Nur die Kreativität setzt „neue“ Werte. Der Rhythmus bewahrt dagegen die „alten“ Werte.

6. Gedanke

Im Erleben gibt es den Unterschied, entweder von einem „akzentuierten Sosein“ einer Vorstellung (*Yi*) „rhythmisch-dominiert“ zu sein oder im Un-

terschied dazu „kreativ-dominiert“ zu sein durch ein „akzentuiertes Wertsein“ im Willen (*Xin*).

Es stellt sich also hier die philosophisch-traditionelle Frage, ob der Wille in seinem Wertsein deswegen gut ist, weil er der „Idee des Guten“ als einer Vorstellung (*Yi*) folgt, oder ob die Vorstellung (*Yi*) deswegen gut ist, weil sie von einem „guten Willen“ (*Xin*) bestimmt ist.

Es geht hier um die Frage, ob das Sosein das Wertsein bestimmt, oder ob das Wertsein des „da-seienden“ Willens einem Sosein seinen Wert gibt.

Der PLATONISMUS lässt in seinen idealistischen Varianten das Sosein sowohl dem Dasein als auch dem Wertsein vorausgehen und diese dominieren.

7. Gedanke

In meinem Denk-Modell gehe ich dagegen davon aus, dass das Sosein deswegen „Wert bekommt“, weil es im Dasein einem Wertsein „entspricht“, weil es einem da-seienden Wertsein „ent-springt“, weil es einem da-seienden Wertsein „ent-stammt“, d.h. weil es im Dasein mit einem Wertsein „zusammen-stimmt“. Wo also ein „wert-seiendes Dasein“ bzw. ein „da-seiendes Wertsein“ erst seine „Stimme“, sein Sosein bekommt. Wo also im „Ur-Sprung“ das Sosein das da-seienden Wertsein erst „bestimmt“, d.h. ihm erst eine so-seiende Stimme gibt.

8. Gedanke

Geht die Vermittlung mit den Tat-Sachen (*Jing*) durch das Dasein (Achtsamkeit, *Shen*) verloren, dann „ent-springt“ aus einem da-seienden Wertsein (Mut, Wille, *Xin*) kein Sosein (Vorstellung, *Yi*) mehr.

Der kreative „Ur-Sprung“ aus einem daseienden Wertsein (*Xin*, Mut, Wille) heraus ist dann nicht mehr gegeben.

Das Verhältnis kehrt sich dann vielmehr um. Der Wert (*Xin*) will aus dem Sosein (Vorstellung, *Yi*) heraus „rhythmisch wiederkehren“. Der Wert will als Sosein traditionell gehalten werden, um das da-seiende Sosein (*Yi*) zu „sichern“.

Dieser Prozess ist aber deswegen noch nicht „schlecht“ oder verwerflich, sondern er ist bloß einseitig.

9. Gedanke

- das „rhythmische Akzentuiert-Sein“ des Soseins (Vorstellung, *Yi*) ist genau so notwendig, wie das „kreative Akzentuiert-Sein“ durch das Wertsein (Mut, Wille, *Xin*);

- deswegen ist die Klammer des Daseins (der Achtsamkeit, des *Shen*) fundamental; diese verbindet mit den Tat-Sachen (*Jing*);
- der Rhythmus „folgt“ dem *Yi* (der Vorstellung) und beruhigt das *Xin* (den Mut, den Willen);
- die Kreativität sprengt dagegen das *Yi* (die Vorstellung) und folgt im Dasein (in der Achtsamkeit, im *Shen*) dem *Xin* (dem Mut, dem Willen);
- ohne *Shen* (ohne Achtsamkeit) und nur durch *Xin* (nur durch Mut, nur durch Wille) gibt es aber auch auf der anderen Seite keine Kreativität, sondern nur ein „*blindes Xin*“ der Emotionalität.

10. Gedanke

Ohne Verbindung mit der Praxis, ohne Tat-Sachen, ohne *Jing*, ist jedes ohne Ur-Sprung, ist jedes ohne Halt und ohne Leben.

11. Gedanke

Das *Yi* (Sosein, Ordnung) „bestimmt“ die Form des *Jing* (Ding, Tat-Sache). Das *Yi* (Sosein, Form) grenzt das *Jing* (Tat-Sache, Ding) ein und „definiert“ die Erscheinung (*Jing-Yi*).

12. Gedanke

Das *Xin* (Wertsein) des Dinges (*Jing*) weist dagegen über das Ding (*Jing*) hinaus auf andere Dinge (*Jing*). Das Wertsein (*Xin*) liegt in der Funktion, im Nutzen des Dinges (*Jing*) für andere Dinge (*Jing*). Oder auch umgekehrt. Das Wertsein (*Xin*) eines Dinges liegt im Nutzen (*Xin, Li*), das andere Dinge (*Jing*) für das Ding (*Jing*) haben. Das Wertsein (*Xin*) verbindet so verschiedene Sosein (*Yi*).

13. Gedanke

Jedes Ding (*Jing*) liegt also im Widerspruch zweier *Xin*:

- einerseits das Wertsein (*Xin*) eines Dinges für andere Dinge bzw. für das umfassende Ding (*Jing*), von dem es Element (*Jing*) ist,
- andererseits das Wertsein (*Xin*) anderer Dinge (*Jing*) bzw. des umfassenden *Jing* für jeweilige *Jing*.

14. Gedanke

Es geht also darum, dieses Wertsein (*Xin*) auszubalancieren. Der Nutzen, den ein bestimmtes *Jing* für sich (um sich selbst zu erhalten) ziehen muss,

hat ebenso einen toleranten Spielraum, wie jener Nutzen, den andere *Jing* bzw. das umfassende *Jing* für sich brauchen, um ebenfalls erhalten zu bleiben. Da beides voneinander anhängt, muss nicht nur das eigene *Jing* erhalten bleiben, sondern auch das umfassende *Jing*, von dem es lebt und von dem es „eingestellt wird“. Es müssen aber auch die *Jing* als Elemente erhalten werden, damit das *Jing* des umfassenden Ganzen weiter besteht.

15. Gedanke

Im Ausbalancieren dieses Widerspruches gibt es zwei Arten des Bewe-
gens:

- einerseits den Rhythmus (*Yang*), der die Formen (*Yi*) des *Jing* so erhalten möchte, wie sie sind und der daher alles auf Wiederholung des gleichen *Yi* einstellt;
- andererseits die Kreativität (*Yin*), die innerhalb der Spielräume tolerant spielt und auch in der Lage ist, definierende Grenzen (*Yi*) zu sprengen und neue Formen (*Yi*) zu setzen.

Der Rhythmus (*Yang*) festigt Bestehendes (*Jing*). Die Kreativität (*Yin*) macht Bestehendes weich und fließt weiter zu neuen Formen (*Yi*).

16. Gedanke

Für mich ist „So“ ein *Yi*. Aber auch „Anders“ ist für mich ebenfalls *Yi*. Es gibt kein Sosein (*Yi*) ohne dass es andere Sosein (*Yi*) gibt. Dies ist der Gedanke von *Yin* und *Yang*.

17. Gedanke

Es gibt kein Sosein (*Yi*) ohne eine Tat-Sache (*Jing*). Das ist ein anderer Gedanke. Dieser will sagen, dass es kein (als platonische Idee) freischwebendes Sosein (*Yi*) gibt. So gibt es auch kein symbolisches Sosein (*Jing-Yi*) als Information (*Yi*) ohne einen Informations-Träger (*Jing*).

18. Gedanke

Wieder ein anderer Gedanke ist, dass es im *Jing* (inneres Erleben oder äußere Tat-Sache) drei Aspekte gibt. Das Sosein (*Yi*), das Wertsein (*Xin*) und das Dasein (*Shen*). Aus dieser Bindung an Tat-Sachen (*Jing*) folgt, dass es auch kein Dasein (*Shen*) ohne Sosein (*Yi*) und Wertsein (*Xin*) gibt.

19. Gedanke

Wieder ein anderer Gedanke ist, dass das Dasein (*Shen*) „selbst“ ohne Wertsein (*Xin*) und ohne Sosein (*Yi*) ist:

- Wertsein (*Xin*) und Sosein (*Yi*) sind die beiden Aspekte des „Wechselwirkens“ des *Jing*;
- während *Shen* der Aspekt des formlosen und nicht wertenden „Widerspiegelns“ des *Jing* ist.

20. Gedanke

Dann gibt es noch den Gedanken,

- dass das Sosein (*Yi*) eines Dinges (*Jing*) das Ding (*Jing*) eingrenzt (das Ding als Erscheinung definiert),
- während das Wertsein (*Xin*) eines Dinges (*Jing*) gerade dort liegt, wo kein Sosein (*Yi*) des Dinges (*Jing*) ist.

Das Wertsein (*Xin*) eines Dinges liegt vielmehr in seine Funktion, in seinem Nutzen (*Xin, Li*). Das Wertsein (*Xin*) verbindet also im Wechselwirken verschiedene Dinge (*Jing*). Das Wertsein (*Xin, Li*) „öffnet“ das Ding (Mensch, *Jing*) zum anderen Menschen (*Jing*) und zur umfassenden Menschheit (*Jing*).

21. Gedanke

Der Mensch ist kein isoliertes Ding (*Jing*), sondern ein „gesellschaftliches Wesen“ (*Jing*). Deswegen ist auch die „Tat“ des Menschen als Tat-Sache (*Jing*) eine „gesellschaftliche Praxis“ (*Jing*).

22. Gedanke

Das Wertsein (*Xin, Li*) ist nun widersprüchlich, wie *Yin* und *Yang*:

- es kann jenes Wertsein (*Xin, Li*) überbetont sein, das dem Erhalt des eigenen individuellen System (*Jing*) dient;
- es kann aber auch das Wertsein (*Xin, Li*) als Solidarität und Menschlichkeit (*Jen, Xiang-li*) dominieren.

23. Gedanke

Die chinesische Frage, bzw. die Frage der Welt überhaupt, scheint zu sein, wie hier *Yin* und *Yang* zweckmäßig gewichtet und mit dem Ganzen (*Dao*, Menschheit) in Einklang kommen können.

Der Baum im Hof

Sosein und Dasein

„Der Baum im Hof ist der Baum im Hof!“

Das Sosein (*Yi*) des Baumes im Hof (*Jing*) gehört dem Baum im Hof (*Jing*).

„Der Baum im Hof ist nicht der Baum im Hof!“

Das Dasein (*Shen*) des Baumes im Hof (*Jing*) ist nicht das Sosein (*Yi*) des Baumes im Hof (*Jing*).

„Der Baum im Hof ist der Baum im Hof!“

Der Baum im Hof (*Jing*) ist als Tat-Sache (*Jing*) der Baum im Hof (*Jing*).

Sosein und Wertsein

„Der Krug ist der Krug!“

Das Sosein (*Yi*) des Kruges (*Jing*) gehört dem, Krug (*Jing*).

„Der Krug ist nicht der Krug!“

Das Sosein (*Yi*) des Kruges (*Jing*) ist nicht das Wertsein (*Xin*), ist nicht der Nutzen (*Li*) des Kruges. Der Nutzen (*Li, Xin*) des Kruges (*Jing*) ist dort, wo kein Sosein (*Yi*) des Kruges (*Jing*) ist. Das Wertsein (*Xin*) des Kruges liegt nicht in der Form (*Yi*) des Kruges, sondern im Anderen (*Jing*). Nur der leere Krug hat einen Nutzen.

„Der Krug ist der Krug!“

Der Krug (*Jing*) ist der Krug (*Jing*). Die Tat-Sache (*Jing*) des Kruges (*Jing*) liegt auch in seiner Tat (Wertsein, *Li, Xin*) für Anderes (*Jing*). Das Wertsein (*Xin, Li*) verbindet das objektive Sosein (*Li*) einer Tat-Sache (*Jing*) mit dem Sosein (*Yi*) von anderen Sachen (*Jing*). Die Tat (*Xin*) einer Sache (*Jing*) verbindet über den Nutzen (*Xi, Li*) die Sache (*Jing*) mit anderen Sachen (*Jing*).

Dasein und Sosein

„Das Bewegen ist das Bewegen!“

Das Verändern des Soseins (*Yi*) ist das Bewegen (*Jing*).

„Das Bewegen ist nicht das Bewegen!“

Das Verändern des Soseins (*Yi*) ist nicht das Bewegen als ein verbindendes Dasein (*Shen*).

„Das Bewegen ist das Bewegen!“

Das Verbinden des sich verändernden Soseins (*Yi*) im gemeinsamen Dasein (*Shen*) ist das Bewegen. Bewegen (*Jing*) ist das Bewegen (*Jing*) des Soseins (*Yi*) im Zeit und Raum übergreifenden Dasein (*Shen*).

Chinesische und indische Begriffe in einer Zusammenschau

I.

Ich will versuchen, die Terminologie der BHAGAVADGITA¹⁶ mit chinesischen Begriffen in Zusammenhang zu bringen. Mich leitet dabei die Innere Empirie, welche sich auf nacherlebbarere Tat-Sachen (*Jing*) bezieht, die jeder in sich selbst aufsuchen kann.

Bei meinem Versuch einer Zusammenschau werde ich verschiedene Wörter, die sich auf den selben Tat-Sachen-Bereich (*Jing*) beziehen, in Klammer nebeneinander anführen.

Die Wörter: *Wuji, Dao, Shen, Jing, Yi, Xin, Li* und *Jin* sind chinesische Wörter. Die Wörter: *Brahman, Sunnata, Atman, Purusha, Guna, Prakriti, Tamas, Rajas, Sattwa* sind indische Wörter.

Der entscheidende Gedanke ist dabei der Unterschied zwischen dem „formlos ruhenden Sein“ als dem „Grund“ (*Wuji, Brahman, Purusha, Sunnata, Leere, Sein*), der nicht wirkt, und dem „werdenden und wirkenden Seienden“ als einem „Ganzen“ (*Dao, Prakriti, Natur, Seiendes*).

In dieser Differenz gilt es das eigene Denken zu beruhigen. Das am Seienden emporgewachsene Denken darf nämlich nicht das „Fragen des Seienden“ in das „ruhend wirkungslose Sein“ hineinziehen und dieses dadurch zu einem substanziellen „Etwas“ machen.

Wenn ich die „Ruhe“ vom „Bewegen“ unterscheide, dann ist es nicht mehr möglich zu fragen, wie sich aus dem „Grund der Ruhe“ (*Wuji, Leere, Sunnata, Brahman, Sein*) das „werdende Ganze“ des Bewegens (das Seiende, das *Dao*, das *Prakriti*, die Natur) „herausbewegt“. Es bewegt sich nichts heraus. Es „ist“ einfach

¹⁶ Die *Bhagavadgita*, der „*Gesang des Erhabenen*“, ist ein Teil des indischen Epos *Mahabharata*, das etwa 300 v. Chr. entstand.

„da“, als „Da-Sein“. Das Eine ist wie die Kehrseite des Anderen, etwa so, wie es BARUCH DE SPINOZA¹⁷ in seinem Weltbild veranschaulichte.

II.

Das Ganze der Welt (*Dao, Physis, Prakriti, Natur, Seiendes*) ist dem Menschen als Tat-Sache (*Jing*) unmittelbar nur als Lebens-Welt (*Jing*) gegeben.

Das heißt:

- einerseits als da-seiend „selbsttätiges Bewegen“ (Tat);
- andererseits als ein so-seiend (*Yi*) und wert-seiendes (*Xin*) „Sich-selbst-als Sache-kennen“.

Als unmittelbare Tat-Sache (*Jing*) ist dem Menschen die Welt aber eigentlich nur als Leben (*Jing*) gegeben. Dieses Leben (*Jing*) hat als Tat-Sache zwei Seiten:

- die selbst-bewegte „Lebendigkeit“ (Tat)
- das empfangende „Erleben“ (Sache)

Das empfangende Erleben differenziert sich wiederum in drei Dimensionen:

- das Sosein (Vorstellen, *Yi, tamas*)
- das Wertsein (Wollen, *Xin, rajás*)
- das Dasein (Achten, *Shen, sattwa*)

Tamas, Rajás und *Sattwa* sind die drei Seinsbestimmungen (die drei *Gunas*) der Natur (des *Prakriti*) aus deren Zusammenwirken alles Seiende entsteht.

So hat der Mensch als Tatsache (*Jing*) zwei Bezüge:

¹⁷ Der holländische Philosoph BARUCH DE SPINOZA lebte von 1623 bis 1677.

- einerseits einen Bezug zum so-seiend und wert-seienden „Ganzen“ (zum *Dao*, zum *Prakriti*, zur Natur, zur *Physis*, zum *Seienden*)
- andererseits einen Bezug zum Dasein-gebenden „Grund“ (zum *Wuji*, zur *Leere*, zur *Sunnata*, zum *Brahman*, zum *Sein*)

Betrachtet man nun die Welt, dann hat auch sie zwei Seiten:

- einerseits die zum werdenden „Ganzen“ hin im „Wechselwirken“ tätige Seite, das *Prakriti*, die Natur, das *Dao*, die *Physis*, das *Seiende*
- andererseits die zum ruhenden „Grund“ (*Wuji*, *Brahman*, *Sein*, *Leere*) hin gerichtete Seite des *Purusha*, der die Welt mit Kraft erfüllt und ihr untätig „widerspiegelnder“ Zeuge ist .

So heißt es zum *Purusha* in der BHAGAVADGITA:

„Es gibt zwei Purushas (spirituelle Wesen) in der Welt. Den Unwandelbaren (und Überpersönlichen) und den Wandelbaren (und Persönlichen). Der Wandelbare ist zu allen diesen Wesen geworden. Der Kutastha (das hochehabene Bewusstsein des Zustandes des Brahman) wird der Unwandelbare genannt.“ XV/16

„Aber ein anderer als diese beiden ist jener höchste Geist, der das erhabene Selbst genannt wird. Er geht in die drei Welten ein und trägt und erhält sie, der unvergänglich Höchste.“ XV/17

Hier wird die Linie zum „erhabenen Selbst (*Brahman*, *Wuji*) differenziert. Die Linie zur Natur (*Dao*, *Prakriti*, *Seiendes*) differenziert sich dagegen in anderer Weise:

"Wenn der Sehende begreift, dass die Seins-Bestimmungen (die drei Gunas) der Natur (des Prakriti) einzige Bewirker und Ursache der Handlungen sind und Jenes erkennt und sich Jenem zuwendet, das erhaben über den Gunas steht, dann gelangt er zum mad-bhava (Bewegung und Zustand im Göttlichen)."(XIV/19)

"Wer sieht, dass alles Wirken in Wahrheit durch Prakriti geschieht und dass das Selbst (der Purusha, Brahman) der nicht-handelnde Zeuge ist, der erkennt."(XIII/30)

"Da es sich so verhält, hat wahrlich derjenige, der aus unwissen- dem Verstand das reine Selbst als den Täter ansieht, eine ver- drehte Vernunft. Er erkennt nicht."(XVIII/16)¹⁸

"Weil das unvergängliche höchste Selbst ohne Anfang ist und e- wig und nicht durch die Seins-Bestimmungen (Gunas) einge- schränkt wird, darum, o Kaunteya, handelt es nicht und leidet es auch nicht, obwohl es im Körper wohnt."(XIII/32)

"Kennt aber einer, o Starkarmiger, die wahren Prinzipien der Unterscheidung dieser Seins-Bestimmungen und der Handlun- gen, versteht er, dass es die Seins-Bestimmungen allein sind, die miteinander agieren und aufeinander reagieren und ist nicht in ihnen verfangen durch Verhaftung."(III/28)¹⁹

"Der Herr erschafft nicht die Werke in der Welt und nicht den Zustand des Wirkenden und auch nicht das Verknüpft-Sein der Werke mit ihrer Frucht. Die Natur arbeitet diese Dinge aus." (V/14)

"Indem Ich Mich mit allem Nachdruck auf Meine eigene Natur (Prakriti) stütze, erschaffe Ich diese Vielheit von Wesen (lasse Ich sie in ein unterschiedliches Dasein hervorgehen), die hilflos der Herrschaft der Natur unterworfen sind."(IX/8)

"Aber dies Schöpfungswirken bindet Mich nicht, o Dhananjaya; denn ich sitze wie unbeteiligt darüber, ohne dass ich diesem Wir- ken verhaftet wäre." (IX/9)

"Ihn reflektieren alle Sinne und ihre Eigenschaften, aber Er ist ohne Sinne. Er ist nicht verhaftet und trägt und erhält doch alles. Er erfreut sich der Gunas und wird doch nicht durch sie einge- schränkt."(XIII/15)

"Aber dies Schöpfungswirken bindet Mich nicht, o Dhananjaya; denn ich sitze wie unbeteiligt darüber, ohne dass ich diesem Wir- ken verhaftet wäre." (IX/9)

¹⁸ *Bhagavadgita* (Übers. SRI AUROBINDO): Gladenbach 1981.

¹⁹ *Bhagavadgita* (Übers. SRI AUROBINDO): Gladenbach 1981.

"Von demjenigen, o Pandava, sagt man, er steht über den Gunas, der weder zurückschreckt noch weicht vor der Wirkweise der Erleuchtung (dem Ergebnis aufsteigenden Sattwas), vor dem inneren Antrieb zum Wirken (dem Ergebnis aufsteigenden Rajas) vor der Trübung seines mentalen und nervlichen Wesens (dem Ergebnis aufsteigenden Tamas) und sich nicht nach diesen Gunas sehnt, wenn ihre Wirkung aufhört; der eine Stellung eingenommen hat wie einer, der hoch über den Gunas wohnt und nicht von den Gunas erschüttert wird; der erkennt, dass es die Gunas sind, die die Abläufe des Handelns bestimmen, und unbewegt daneben steht;(XIV/23)

III.

Das indische Denken geht von einer inneren Empirie aus, die bei der Analyse des Erlebens ansetzt. In diesem sind drei Aspekte zu finden, die den drei *Gunas*, die den drei Seins-Bestimmungen, zugeordnet werden können.

"Denn niemand ist auch nur für einen Augenblick in Untätigkeit. Jeder ist so geschaffen, dass er Handlungen ausübt unter dem Zwang der Seins-Bestimmungen (Gunas), die aus Prakriti geboren sind."(III/5)²⁰

Die drei *Gunas* prägen das Erleben genau so wie das Leben. Wir unterscheiden, wie schon dargestellt, in Hinblick auf diese drei *Gunas* im Erleben:

- den Aspekt des Da-Seins,
- den Aspekt des So-Seins
- den Aspekt des Wert-Seins

Der Aspekt des Da-Seins liegt dem Sein (*Wuji, Leere, Brahman*) nahe, er liegt der Widerspiegelungsfähigkeit am nächsten. Über diesen Aspekt gelangt man daher auch wie über eine Leiter zum „Grunde“ (*Wuji, Leere, Brahman, Sein*).

²⁰ *Bhagavadgita* (Übers. SRI AUROBINDO): Gladenbach 1981

Ist der „Grund“ selbst die „Uneingeschränktheit“, so ist das individuelle „Da-Sein“ schon etwas auseinander-gesetzt. Es hat bereits eine Richtung. Als „Achtsamkeit“ (*Shen*) ist das Da-Sein schon gerichteter als die offene „Wachheit“. Ihr „Haben“ kann daher sein oder nicht sein.

Dieser Alternative wegen ist der aus dem *Guna* „*Sattwa*“ (*Shen*) kommende „Daseinshang“ im Da-Sein verwurzelt.

Unter den drei *Gunas* hat aber das „*Sattwa*“ (Achtsamkeit, *Shen*) eine ganz besondere Bedeutung.

"Von diesen ist Sattwa durch die Klarheit seiner Eigenschaften die Ursache von Licht und Erleuchtung, und durch die Kraft dieser Reinheit bringt es in der Natur keine Krankheiten und kein Leiden hervor. Es bindet aber durch Verhaftung an Erkenntnis und durch Verhaftung an Glück, o Sündloser."(XIV/6)²¹

Der Aspekt des Wert-Seins ist wiederum mit dem *Guna* „*Rajas*“ (*Xin*, Wille, Mut, Emotionalität) in Verbindung zu bringen. Das Wert-Sein hängt eng mit der Gerichtetheit der Achtsamkeit, mit ihrem „Anhängen“ bzw. „Anhaften“ in der Faszination zusammen. Dieser Aspekt beschreibt auch die Betroffenheit, die das Öffnen und Schließen reguliert. Es ist dies die Dimension von Lust, Unlust und Neutralität, von Leid, Schmerz und Krise, die wir als Gefühl bezeichnen. Diesen Akzent beschreibt das *Rajas* (*Xin*).

"Rajas, wisse, hat als Wesensmerkmal den Reiz der Zuneigung und des Verlangens. Es ist ein Kind der Verhaftung der Seele an das Verlangen nach den Dingen, o Kaunteya, und es fesselt den verkörperten Geist durch Verhaftung an das Wirken."(XIV/7)²²

Der dritte Aspekt ist der des **So-Seins**. Er betrifft die Widerspiegelung des sinnlichen Wechselwirkens. Dieses So-Sein entsteht im Erleben durch eine Transformierung des raumzeitlichen Wechselwirkens, insbesondere durch

²¹ *Bhagavadgita* (Übers. SRI AUROBINDO): Gladenbach 1981

²² *Bhagavadgita* (Übers. SRI AUROBINDO): Gladenbach 1981

das Nervensystem. Diesem Aspekt ist von den *Gunas* das *Tamas* (*Yi*, Vorstellung) zuzuordnen.

"Aber Tamas, erkenne, ist aus der Unwissenheit geboren und der Betörere aller verkörperten Wesen. Es fesselt durch Nachlässigkeit, Trägheit und Verschlafenheit, o Bharata."(XIV/8)²³

Wenn wir nun aus dieser Perspektive zusammenfassend das Erleben betrachten, dann können wir drei Aspekte unterscheiden:

- die das So-Sein beschreibenden Empfindungen (*Yi*);
- die das Wert-Sein bestimmenden Gefühle (*Xin*),
- die das Da-Sein klärende aber auch festhaltende Achtsamkeit (*Shen*)

"Die drei Gunas Sattwa, Rajas und Tamas, die aus Prakriti geboren sind, fesseln im Körper, o Starkarmiger, den unvergänglichen Bewohner des Körpers."(XIV/5)

"Sattwa läßt dem Glück verhaftet sein, Rajas dem Wirken, o Bharata. Tamas hüllt das Wissen ein und bindet an die Nachlässigkeit von Irrtum und Untätigkeit."(XIV/9)

"Zeitweilig übernimmt Sattwa die Führung, wenn es Rajas und Tamas überwältigt hat, o Bharata. Dann wieder führt Rajas, nachdem es Sattwa und Tamas überwältigt hat, o Bharata. Und schließlich Tamas, wenn es Sattwa und Rajas überwältigt hat."(XIV/10)

"Man sagt, dass die Frucht des Wirkens, das in rechter Weise vollzogen wurde, rein und sattwa-artig ist. Leid ist die Folge rajas-artiger Taten. Unwissenheit ist das Ergebnis tamas-artigen Handelns."(XIV/16)²⁴

Das Problem all dieser *Gunas* ist, dass sie zum „Verhaften“ mit den Dingen führen, dass sie die Achtsamkeit „anhangen“ bzw. „anhaften“ lassen:

²³ *Bhagavadgita* (Übers. SRI AUROBINDO): Gladenbach 1981

²⁴ *Bhagavadgita* (Übers. SRI AUROBINDO): Gladenbach 1981

dass sich also das „kohärente“ Verschmelzen zwischen Subjekt und Welt an einem Ort der Welt verklebt.

"Wer die Sinne von den Gegenständen der Sinne zurückzieht, so wie die Schildkröte ihre Glieder in ihren Panzer einzieht, - dessen Einsicht ruht auf starkem Fundament in der Weisheit."(II/58)

"Selbst bei dem Weisen, der nach Vollkommenheit trachtet, wird das Bewusstsein durch das heftige Drängen der Sinne fortgerissen, o Sohn der Kunti."(II/60)

"Schweifende Sinne, denen das Bewusstsein folgt, reißen den Verstand mit sich fort, so wie die Winde ein Schiff auf See mit sich forttragen"(II/67)

"In demjenigen, dessen Bewusstsein mit gefesseltem Interesse an den Gegenständen seiner Sinne hängt, bildet sich Haftung an diese. Aus der Haftung kommt das Verlangen und aus Verlangen Zorn."(II/62)

"Zorn führt zur Verwirrung, der Verwirrung folgt Verlust der Erinnerung. Hierdurch wird die Vernunft zerstört. Durch die Zerstörung der Vernunft geht er zugrunde."(II/63)

"Wer mit den Sinnen über die Gegenstände nur hinstreift, mit Sinnen, die dem Selbst untertan sind, und befreit von Begierde und Ablehnung, gelangt in eine weite und heitere Klarheit von Seele und Temperament, Leidenschaft und Kummer haben dort keinen Raum mehr. Die Vernunft eines solchen Menschen wird rasch fest (an ihrem eigentlichen Ort gegründet)."(II/64-65)

"Wer zwar die Werkzeuge des Handelns beherrscht, sich aber in seinem Bewusstsein weiter an die Gegenstände der Sinne erinnert und sich mit ihnen befasst, solch ein Mensch hat sich durch falsche Auffassungen von Selbst-Disziplin selbst in Verwirrung gebracht."(III/6)

*"Darum tue immer das Werk, das getan werden muss (zum Wohl der Welt, **lokasangraha**, wie nachher ausgeführt wird), ohne Verhaftung! Denn durch Handeln ohne Verhaftung gelangt der Mensch zum Höchsten."(III/19)*

"Wer im Yoga gegründet ist, die reine Seele, Meister seines Selbst, wer die Sinne bezwungen hat, wessen Selbst zum Selbst aller Wesen wird (aller Dinge, die geworden sind), - der ist nicht in sein Wirken verstrickt, auch wenn er handelt."(V/7)

"Wer Verhaftung an die Gegenstände der Sinne aufgegeben hat und handelt, indem er sein Wirken in Brahman ruhen (oder gegründet) sein lässt, an den heftet sich die Sünde so wenig, wie das Wasser am Lotosblatt haften bleibt."(V/10)

"Erkenntnis ist wahrlich besser als Übung, Meditation ist besser als Erkenntnis, Verzicht auf die Früchte des Handelns ist besser als Meditation. Auf Verzicht folgt Friede."(XII/12)²⁵

IV.

Da es verkehrt wäre, im Gedanken-Modell den Grund vom Ganzen zu isolieren und zu Substantialisieren, lässt sich kein Dasein ohne ein So- und Werstsein denken, d.h. kein Seiendes ohne ein Sein, aber auch kein Sein ohne Seiendes. Dies führt dann dazu, dass man das Wort „*Dao*“ sowohl für den Grund als auch für das Ganze verwendet, da es ein Un-Ding wäre, das Eine vom Anderen zu trennen. Es kommt daher auf den Kontext des Gesagten an, was mit dem Wort „*Dao*“ jeweils gemeint ist.

Menschen, die in einer „meditativ-mystischen Haltung“ auf den Grund (Sein, *Brahma*, *Wuji*, *Sunnata*) blicken, lassen dabei das Seiende hinter sich und bilden daher ein ganz anderes Denk-Modell als jene, die in einer „meditativ-weltorientierten Haltung“ das Wirken des Ganzen entdecken wollen:

- geht es bei der Lehre des LAO DSE und im CHAN-BUDDHISMUS mehr um eine „meditativ-mystische Haltung“, die das Hervorquellen der Kraft aus dem Grund bloßlegt,

²⁵ BHAGAVADGITA (Übers. SRI AUROBINDO): Gladenbach 1981

- dann geht es in der Lehre des KONFUZIUS akzentuiert um eine „meditativ-weltorientierte Haltung“, die das Einstellwirken des Ganzen aufnehmen möchte, um mit dem Ganzen in Einklang zu kommen.

Beide Haltungen bilden aber eine Einheit. Jede bedarf der anderen Haltung als Hinter- oder Vordergrund.

Erstaunlich ist bei diesen meditativen Haltungen, dass das Andere und das Ferne näher zu liegen scheinen als das Eigene und das Nahe:

- so geht geschichtlich in der „meditativ-weltorientierten Haltung“ die Orientierung auf die Sterne und auf den Kosmos der Orientierung auf die Gesellschaft voraus;
- während in der „meditativ-mystischen Haltung“ die egozentrische Orientierung auf eine selbsterlösende Weltflucht der sozialen Orientierung auf den Mitmenschen vorausgeht.

Wobei es dann immer wieder zu einem „Wandel“ der Einstellungen kommt. Auf eine oberflächlich und rituell werdende Welt- und Mitmensch-Orientierung folgt:

- einerseits wieder ein Hinwenden zur umfassenden Ökologie bzw. zur mitmenschlichen Zukunft,
- andererseits ein Revitalisieren der Innerlichkeit, die echter zum Mitmenschen führt.

Dao und Wuji

Sein (*Wuji*) und ganze Seiende (*Dao*) bilden eine Einheit. Sie bilden gleichsam zwei Seiten der selben Münze. Es ist daher schwer, sie mit Wörtern auseinander zu halten. Wörter trennen nämlich. Diese Schwierigkeit führt dazu, dass man unklar von einem *Dao* oder einem *Wuji* spricht.

Das, was hier der Fall ist, könnte man aber etwas veranschaulichen. Man muss dabei aber berücksichtigen, dass jedes erläuternde Gleichnis letztlich auch „hinkt“.

Das Gleichnis:

Man könnte an eine Stadt denken. In deren Mitte befindet sich ein freier Platz. Von diesem Platz führen unzählige Straßen zum Stadtrand.

In umgekehrter Richtung betrachtet, könnte man aber sagen: „*Es führen viele Straßen zu einem zentralen Platz, der „leer“ ist.*“

Aber auch die Straßen sind „leer“, sonst könnte man sie ja nicht befahren.

Die Straßen werden von Häusern eingefasst. Aber auch die Häuser sind „leer“, sonst könnte man sie ja nicht begehen und in ihnen wohnen.

Der „Nutzen“ von allem ist also dort zu suchen, wo „Leere“ ist, die alles und jedes „erfüllt“.

Wenn man nun auf dem zentralen Platz steht und zu den Straßen hin blickt, dann sieht man anders, als wenn man von einer Straße zum Platz schaut. Wie durch einen Tunnel sehe ich hier am Ende der Straße das Licht eines freien und „leeren“ Platzes.

Es kommt also auf die Blickrichtung an:

- ob ich einerseits in einer „meditativ-mystischen Haltung“ von der Straße her auf die „Leere“ des zentralen Platzes blicke und dort die „Leere“ als „*Wuji*“ ausmache,

- oder ob ich auf dem „leeren“ Platz stehe und in einer „meditativ-weltorientierten Haltung“ auf die einmündenden Straßen blicke, die von „seienden“ Häuserzeilen „begrenzt“ werden. Hier kann ich dann in einem „Rundum-Blick“ von einem „Ganzen“, vom *Dao*, vom Seienden sprechen.

Diese beiden Blick-Richtungen sind in der Inneren Empirie als Tat-Sachen (*Jing*) klar und deutlich zu unterscheiden.

- ich muss also am „Grund“ des „leeren“ Platzes stehen, um in einem Rundum-Blick das „Ganze“ des Seienden, das *Dao* zu erblicken,
- oder ich muss auf der „Leere“ einer Straße stehen, oder aus der „Leere“ eines Fensters aus einem Haus schauen, um auf den zentralen Platz der Leere, auf das *Wuji* schauen zu können.

In der Inneren Empirie sind diese beiden Haltungen als Tat-Sachen (*Jing*) klar zu unterscheiden:

- die „meditativ-mystische Haltung“, die auf das *Wuji* „schaut“;
- die „meditativ-weltorientierte Haltung“, die auf das *Dao* „blickt“.

Das Objekt und der Gegenstand

I.

Worauf sich meine Achtsamkeit (*Shen*) richtet, das ist für sie „da“. Was dann für mich „da ist“, das ist mein „Objekt“. Das „Objekt“ meiner Achtsamkeit (*Shen*) hat für mich dann „Dasein“.

Das, worauf sich meine Achtsamkeit (*Shen*) jeweils richtet, das ist also jeweils auch das Tat-sächliche „Objekt“ (*Jing*).

Dieses Tat-sächliche Objekt kann sich nun entweder in der „Inneren Erfahrung“ oder in der „Äußeren Erfahrung“ orten. In beiden Bereichen spiegelt meine Achtsamkeit (*Shen*) Objekte (*Jing*) wider. Wenn sich meine Achtsamkeit (*Shen*) im Dasein auf diese „Objekte (*Jing*)“ richtet, dann entsteht in meinem Tat-sächlichen Kopf (*Jing*) eine symbolische Vorstellung (*Yi*) des „Soseins“ und „Wertseins“ des jeweiligen Objektes (*Jing*).

Diese symbolischen Vorstellungen (*Yi*) sind aber als „Gegenstände“ (*Yi*) in meinem Kopf (*Jing*) verkörpert. Ohne meinen Kopf (*Jing*) gibt es nämlich für mich keine Vorstellungen (*Yi*).

Meine Vorstellungen (*Yi*) sind in meinem Kopf (*Jing*):

- einerseits (selbst als ein Nerven-Geschehen) eine eigene Tat-Sache (*Jing*),
- andererseits verkörpern diese Tat-Sachen (*Jing*) als reale Vorstellungen (*Yi*) in meinem Kopf (*Jing*) aber etwas Anderes (*Jing*), was sie selbst nicht sind. Sie sind daher körperliche (*Jing*) Symbole (*Yi*) für etwas Anderes (*Jing*) oder auch für ein anderes symbolisch verkörpertes *Jing-Yi*. Der Wert und Nutzen (*Xin*) der Symbole liegt also ebenfalls in dem, was sie selbst gerade „nicht sind“ und nur „tragen“.

II.

Objekte sind (*Jing*). Gegenstände sind Vorstellungen (*Yi*) von Objekten (*Jing*). Die Achtsamkeit (*Shen*) zieht aus dem *Jing* (Objekten) erst „gegen-

stehende Vorstellungen“ (Gegenstände, *Yi*) heraus und verkörpert diese symbolisch im eigenen Körper (Gehirn, *Jing*).

Beziehungsweise mein Körper (*Jing*) besitzt Teil-Körper (Organe, *Jing*), die ganz sanft mit dem Objekt (*Jing*) „wechsel-wirken“ bzw. mit ihm „wechsel-formen“.

Dadurch wird in diesem Teil-Körper (Sinnes-Organ, Nervensystem, Gehirn *Jing*) das Objekt (*Jing*) ab-geformt.

Dadurch wird ein spezifischer Form-Aspekt des Objektes (*Jing*) als „Gegenstand“ (*Jing-Yi*) symbolisch verkörpert. Der Teil-Körper „Auge“ (*Jing*) liefert andere symbolische Verkörperungen (*Jing-Yi*) als der Teil-Körper „Ohr“ (*Jing*).

Es steht also *Jing* mit *Jing* im Wechsel-Wirken bzw. im Wechsel-Formen. Aber erst das *Shen* (die Achtsamkeit, das Widerspiegeln als die Kehrseite des Wechselwirkens bzw. des Wechselformens des *Jing*) macht das „symbolisch Verkörperte“ (*Yi*) als „Gegenstand“ bewusst.

Dies ist ganz ähnlich, wie manche Naturvölker rund um ihre Behausungen speziell gepflegte Boden-Flächen anlegen. Dies geschieht, damit sich dort die Spuren von Tieren bzw. auch von Feinden spezifisch abdrücken. Zum Beispiel werden sandige Flächen zu einer „homogenen“ aber „leicht veränderbaren“ Oberfläche gekehrt. Dieser spezielle Teil-Bereich (*Jing*) wirkt dann wie ein sinnliches „Wahrnehmungs-Organ“. Er reagiert sensibel auf wechselwirkende „Objekte“ (*Jing*) und hält deren Abdruck als „Gegenstand“ (*Jing-Yi*) fest. Dieser „Gegenstand“ wird dann beachtet (*Shen*) und der Erfahrung (Theorie, *Yi*) gemäß interpretiert.

III.

Diesen Gedanken kann man auch verdeutlichen, wenn man daran erinnert, dass im *Yin* das *Yang* steckt und im *Yang* das *Yin*. Dass also (im „allseitigen Wechselwirken“ des *Dao*) in „jedem *Jing*“ (über das in ihm steckende

Yang) auch „andere *Jing*“ „verkörpert“ werden. Letztlich „verkörpern“ sich in jedem *Jing* viele andere *Jing*.

Dieses gegenseitige „Verkörpern“ und „Abformen“ kann man nun akzentuieren. Das „eigene“ Sosein des Informations-Trägers (*Jing*) kann man sehr „homogen und unauffällig“ machen. So, wie den Sand, in dem sich dann ein Fuß gut abdrücken kann.

Die Fußspuren im Sand zeigen daher weniger die „eigene Form des Sandes“ (eigenes *Jing*), sondern die „andere Form des Fußes“ (symbolisches *Jing*), der darüber gelaufen ist. Der Nutzen und Wert der Fußspuren liegt ebenfalls dort, wo kein Sand ist, bzw. wo der Sand weggetreten wurde.

Der Sand muss eben in seinem Sosein ganz „anders“ sein als der Fuß. Füße kann man in Füßen sehr schlecht verkörpern. Sie sind „so“ und „so“. Auch Sand kann man nicht im Sand verkörpern. Weil der eine Sand genau „so“ ist wie der andere Sand ebenfalls „so“ ist, vermischen sie sich. Man kann dann nicht mehr erkennen, welches der „eine“ und welches der „andere“ Sand ist.

Man müsste den Sand eine „Farbe“ geben. Zum Beispiel den einen Sand „rot“ und den anderen „blau“ einfärben. Dann kann man sehr leicht erkennen, wo man den „blauen Sand“ auf den „roten Sand“ gestreut hat.

Um also gut „verkörpern“ zu können, hat sich der lebende Organismus (Mensch) viele spezielle Bereiche (Auge, Ohr, Tastsinn usw.) geschaffen. Diese eignen sich dann ganz speziell für das Verkörpern bestimmter Eigenschaften. Beim Erkennen geht es daher darum, im „Einen“ (*Jing* des Informationsträger) das „Andere“ (symbolisches *Yi* des anderen *Jing*) zu „verkörpern“ und dann mit *Shen* widerzuspiegeln.

Da die Vorstellungen (*Yi*) in meinem Kopf an mein Tat-sächliches Nerven-Geschehen (*Jing*) gebunden sind, kann ich sie ebenfalls als Objekte (*Jing*) mit (*Shen*) beachten.

Shen ist ja die widerspiegelnde Kehrseite des wechsel-wirkenden bzw. wechsel-formenden *Jing*. Ohne *Jing* kein *Shen*. Aber auch kein *Jing* ohne *Shen*.

IV.

Ich kann Gegenstände (*Jing-Yi*) aber auch mit anderen symbolischen Gegenständen der Theorie (Gedächtnis, Erfahrung, *Yi*) zusammenschauen.

Ich kann also meine symbolischen Vorstellungen (*Yi*) immer wieder zum „Gegenstand“ (*Yi*) eines weiteren Beachtens (*Shen*) machen.

So wird die objektive Tat-Sache (*Jing*, als mein „Objekt“) zum symbolischen „Gegenstand“ (*Jing-Yi*) meines Beachtens (*Shen*).

Ich baue also über das symbolische *Yi* immer wieder eine weitere Ebene des Beachtens (*Shen*) auf.

Diese Möglichkeit der Reflexion habe ich immer wieder, weil eben jedes *Yi* immer wieder an mein Nervengeschehen (als ein objektives *Jing*) gebunden ist.

Jedes neue *Yi* muss sich im Lichte meiner Achtsamkeit (*Shen*) wieder erneut symbolisch verkörpern (*Jing*).

Zuerst erzeuge ich von einem „roten Glas“ (Objekt, *Jing*) in meinen Kopf (*Jing*) achtsam (*Shen*) den „roten Gegenstand“ (*Jing-Yi*). Diesen Gegenstand „unterscheide“ (*Shen*) ich dann in meinem Kopf (*Jing*) achtsam (*Shen*).

Die Farbe „Rot“ wird dadurch im *Yi* als ein *Yi* vom vorgestellten „roten Glas“ (Gegenstand, *Yi*) isoliert.

Dies kann ich aber nur tun, solange mein Kopf (*Jing*) auch funktioniert (sich physiologisch bewegt).

Nur so lange das Gehirn funktioniert wird das (als ein neues *Yi* isolierte) „Rot“ auch in meinem realen Geschehen (Gehirn, *Jing*) irgendwie symbolisch verkörpert.

Die Farbe „Rot“ wird also vom vorgestellten Gegenstand „rotes Glas“ (*Yi*) als ein eigener Gegenstand „rot“ (*Yi*) isoliert und dann symbolisch im Nervengeschehen (*Jing*) an einen „anderen“ Körper (*Jing*) im Nervensystem (*Jing*) gebunden.

So gibt es keine Information (*Yi*) ohne einen Informations-Träger (*Jing*). Dies trifft für die Technik (z.B. im Computer) genau so zu, wie für das Leben (z.B. im Gehirn).

Für mich als Mensch „ist“ wiederum jede Information nur „da“ (Dasein), wenn mir ein Informations-Träger (*Jing*) vorliegt, der Objekt (*Jing*) meines Beachtens (*Shen*) sein kann.

Um diesen geformten (Sosein, Wertsein) Informationsträger (*Jing*) aber auch zu verstehen, brauche ich von ihm auch eine Vorstellung (*Yi*) und auch aus dem Gedächtnis (*Yi*) andere Vorstellungen (*Yi*) die ihn in eine Theorie (*Yi*) einbinden.

In der Wahrnehmung ist also klar auseinander zu halten:

- einerseits das Wechsel-Wirken bzw. Wechsel-Formen im *Jing*, zum Beispiel zwischen dem „Objekt“ (*Jing*) und dem eigenen „Selbst-Bewegen“ des Menschen (*Jing*) mit seinem abtastenden Nervensystem (*Jing*, Sinnesorgane, Gehirn);
- andererseits das widerspiegelnde Verbinden und Unterscheiden der Achtsamkeit (*Shen*), das die „Gegenstände“ (*Jing-Yi*) bewusst (*Shen-Yi*) macht.

V.

Jenes Gleichnis von den gekehrten Sandflächen (als spezifische „Sinnens-Organe“) sollte verdeutlichen, dass jede Information (*Yi*) auch einen Informations-Träger (*Jing*) braucht. Wie aber jedes Gleichnis hinkt, so hinkt auch dieses. Es verleitet nämlich zu dem Gedanken, dass beim Erkennen

etwas Anderes (Objekt) dem Eigenen (Subjekt) „gegenübersteht“ und sich in diesem als Gegenstand verkörpert.

Dieser Gedanke trifft aber nur auf das sinnliche Wahrnehmen zu, nicht aber auf das Gewahren, wenn man es fundamental betrachtet.

Beim Gedanken der gekehrten Sandflächen stehen zu bleiben, bedeutet daher, in einem „Sensualismus“ zu landen.

Der Sensualismus meint, dass die Welt nur gewahrt wird, weil über die Sinnesorgane zur Welt gleichsam „Fäden“ gespannt sind. Diese „Fäden“ würden dann eine Kluft überbrücken. Der Sensualismus meint auch, dass alles, was wir in unserem Kopf haben, über diese speziellen „Leitungen“ in jenen hineingekommen sei.

Der Sensualismus kann überwunden werden, wenn man

- einerseits beachtet, dass jedes menschliche Sinnesorgan einen motorischen Partner hat. Ohne begleitendes Muskel-Geschehen würde das Auge nicht sehen können. Dieser motorische Partner ermöglicht es, gleichsam zum bewegten Objekt „parallel heranzufiegen“, um dann (wie beim Auftanken von Flugzeugen in der Luft) „umzuladen“. Dies zeigt auf, dass das bewegte Heranfliegen und „gemeinsame Bewegen“ der beiden „Flugzeuge“ ganz fundamental ist.
- andererseits aber auch beachtet, dass über dieses „gemeinsame Bewegen“ vorerst ein „bewegtes“ Gesamt-Ereignen (*Jing*) gegeben ist. In diesem Gesamt-Ereignen hat sich das Subjekt vom Objekt noch gar nicht abgelöst. „Es“ gewahrt (*Shen*) sich also vorerst eine „Gesamt-Tat-Sache“ (*Jing*). In dieser Gesamt-Tat-Sache (*Jing*) unterscheidet sich (*Shen*) dann zuerst das Andere (Objekt, *Jing*). Erst dadurch wird dann auch das Eigene (*Jing*) gewahrt. Das „Du“ (*Jing*) ist also älter als das „Ich“ (*Jing*). Fundamental ist aber ein noch ununterschiedenes „Wir“ (*Jing*). Dieses „Wir“ (*Jing*) „gewahrt“ (*Shen*) sich „selbst“. „Es“ gewahrt sich. „Es“ spiegelt sich wider.

Das „Ich“ (*Jing*) muss als eigenes Subjekt (*Jing*) erst geboren sein, damit dann mittels spezieller Sinnesorgane das fundamental „Gewahrte“ (*Jing*-

Yi) durch symbolisches „Verkörpern“ (*Jing-Yi*) weiter differenziert und ausgemalt werden kann.

Die Leere und das Nichts

I.

Ich habe versucht, den Wörtern „*Wuji*“ und „*Dao*“ verschiedene Bedeutungen zu geben. Dies halte ich auch für praktisch brauchbar. Die Einheit, aber auch die Verschiedenheit der „meditativ-mystischen Haltung“ und der „meditativ-weltorientierten Haltung“ wird dadurch deutlich. Beide Haltungen gehören zusammen wie *Yin* und *Yang*. Die Schwerpunkte verlagern sich bloß pulsierend.

Über das *Wuji* wird mit Hilfe der Achtsamkeit (*Shen*) Kraft und Klarheit „getankt“, damit im Weltbezug das Handeln optimiert werden kann.

Nun geht es mir darum, das *Wuji* (die „formlose Leere“ und „kraftvolle Fülle“) vom „Nichts“, d.h. vom „Nichts des Nicht-Seienden“ zu unterscheiden.

Dies halte ich deswegen lebensweltlich brauchbar, weil es ganz wesentlich ist, die „Angst des Nichts“ von der kraftspendenden „Geborgenheit der Leere“ zu unterscheiden.

Auch diese beiden Erlebens-Tat-Sachen gehören zusammen wie *Yin* und *Yang*.

II.

Das Problem des „Nichts“ wirft sich auf, wenn man in der „meditativ-weltorientierten Haltung“ auf den Gedanken trifft, dass „ein Etwas“ für mich „sein“ aber auch „nicht sein“ kann. Es scheint dann so, als würde sich ein Etwas in ein „Nichts“ hinein bewegen bzw. sich in ihm auflösen.

Das Problem des Unterscheidens zwischen „Leere“ und „Nichts“ ist gegeben. Das *Wuji* erscheint nämlich als Leere und Fülle zwar als „Kraft“, als solche aber als wirkungslos d.h. bewegungslos. Es bewegt sich in das *Wuji* weder etwas hinein noch aus ihm her-

aus. Das *Wuji* ist auch nicht das Nichts, in das die dinglichen „Formen“ in ihrem Nicht-Sein (Tod) scheinbar verschwinden.

Die Frage ist daher, ob nicht die „Formen“ selbst schon mit dem „Nichts“ verwandt sind.

III.

Wir müssen hier zwei Fragen aufgreifen, die sich in der „meditativ-weltorientierten Haltung“ stellen:

- wohin verschwinden die Dinge (die Etwas bzw. die Formen), wenn sie vergehen?
- wie kommt das *Dao* (das werdende Seiende) aus dem *Wuji* (aus dem ruhendem Sein) heraus?

Die „Kraft“ (*Wuji*) erfüllt nur als eine „All-Potenz“ alle „Energien“ des *Dao*. Während das *Dao* ein werdendes Ganzes von wechselwirkenden Energien ist. Diese Energien sind bewegt und wirken. Über dieses Bewegen entsteht im „werdend seienden“ *Dao* erst die Raum-Zeit.

In der „meditativ-weltorientierten Haltung“ (aus der „fragenden Sicht des Seienden“) geht es hier um die Frage, wie aus der Ruhe des Seins (*Wuji*) ein wirkendes und Raum und Zeit aufspannendes Bewegen (*Dao*), ein WEG wird.

In der „mystisch-meditativen“ Sicht auf das *Wuji* gibt es nämlich kein Fragen. Hier gibt es in der Fülle des Seins weder einen Raum noch eine Zeit. Alles ist gleich-räumlich und gleich-zeitig, alles ist „leer an unterschiedener Form“.

Wurde im traditionellen Denken nach der Struktur und der Herkunft des *Dao* (als dem werdenden und wechselwirkenden Ganzen) gefragt, dann wurde meist zu zeigen versucht:

- dass das seiende *Dao* bzw. das *Taiji* einerseits aus dem *Wuji* geboren wurde,

- andererseits aber aus einem komplementären²⁶ Bewegen (*Yin* und *Yang*) entsteht und besteht;
- dass diese beiden gegengerichteten Energien (Bewegungen, *Yin* und *Yang*) aber eine Einheit bilden;
- dass die Einheit dieser beiden Bewegungen dann „*Taiji*“ genannt wird, das aus dem *Wuji* geboren wurde;
- dann wird noch verdeutlicht, dass diese beiden Bewegungen, *Yin* und *Yang*, nicht von einander isoliert sind. Sie enthalten sich vielmehr gegenseitig als Keim. Und auch die jeweiligen Keime enthalten in sich wieder jeweils die andere Bewegung und so fort;
- letztlich wird dann aufgezeigt, dass der „Unterschied“ von *Yin* und *Yang* sich zu Mustern kombiniert. Es werden durch den „Wandel“ unterschiedliche „Muster von Unterschieden“, d.h. die Formen erzeugt. Diese Muster stehen dann für die Vielheit der Welt, bzw. des *Dao*.

²⁶ Das Wort "komplementär" ist hier im Sinne von *sich gegenseitig ergänzend* gemeint. Das Ganze setzt sich zu einem Dualismus, zu einer Zweiheit, auseinander. Die so *auseinandergesetzten* Pole brauchen sich gegenseitig, obwohl sie einseitig erscheinen.

Für sich alleine betrachtet ist das jeweils *Auseinandergesetzte* nicht absolut einseitig. Es besitzt in sich selbst eine neue *Komplementarität* und setzt sich in sich selbst ebenfalls wieder *komplementär* auseinander.

Die *Komplementarität* kehrt auf diese Weise auf allen Stufen bzw. Ebenen des *Auseinandersetzens* wieder.

Das chinesische Symbol für das gegenseitige *Verwinden* von YIN und YANG ("verwinden" im doppelten Sinn: sowohl im Sinne von sich *gegensinnig verdrehen*, d.h. *ins Gegenteil umkehren*, als auch im dem Sinne, wie man zum Beispiel *ein Leid verwindet*) bringt das gut zum Ausdruck. Das YIN hat das YANG nicht *überwunden*, sondern bloß *verwunden*. Das YIN ist zwar souverän, aber es steckt in ihm das bloß *verwundene* YANG. Und umgekehrt.

Es gibt daher keine harte Grenze zwischen YIN und YANG. Deshalb kann weder das eine noch das andere *definiert*, d.h. *begrenzt* werden, ohne den immer wieder bloß *verwundenen* und deshalb zur Bewegung antreibenden Gegensatz bzw. Widerspruch aufzuwerfen.

IV.

Soweit ist dies ein vorstellbares Denk-Modell. Problematisch wird das Modell erst, wenn „im lebensweltlichen Bezug zum *Dao*“ der „Tod von einem Etwas“ erscheint.

Wenn also im seienden *Dao* auf einmal die Frage nach dem „nicht seiend Seienden“, nach dem „Nichts“ aufbricht.

Dieses „Nichts“ ist als angstvolle Tat-Sache (*Jing*) der Inneren Empirie aber nicht die in der Inneren Empirie ebenfalls als Tat-Sache (*Jing*) auslotbare „Leere“:

- die „Leere“ machen wir nämlich nur in der „meditativ-mystischen Haltung“ als *Wuji* aus;
- das „Nichts“ erscheint dagegen nicht in der „meditativ-mystischen Haltung“, sondern als raumzeitliche Grenze in der „meditativ-weltorientierten Haltung“.

Dies ist ein radikaler Unterschied!

V.

Geht man in der inneren Empirie diesem Unterschied nach, dann bietet es sich an, das *Wuji* (Kraft, Fülle, Leere) als die Potenz, als die „Möglichkeit“ zu „bestimmen“. Dadurch legt sich sprachlich sofort die „Unmöglichkeit“, d.h. das „Nichts“ (das nicht sein kann) gedanklich nahe.

Betrachtet man nun gedanklich (*Yi*) dieses Nichts, dann scheint es für dieses Nichts (das nicht sein kann) nur konsequent, auch sich selbst sofort zu vernichten, d.h. sich selbst zu negieren.

Dadurch ist dann (vor dem Hintergrund der Inneren Empirie) sprachlich die „Nicht-Unmöglichkeit“ zur Welt gekommen. Diese unterscheidet sich aber radikal von der ruhenden All-Potenz, von der „Möglichkeit“ (*Wuji*).

Jene „Nicht-Unmöglichkeit“ (als die Negation des Nichts) kann nämlich auch nicht als ein „Sein“ ruhend sein, sondern muss

ständig vor sich selbst flüchten, um „irgendwie“ doch bleiben zu können.

Sie muss sich bewegen und durch ihr Bewegen dann um sich die Raum-Zeit aufspannen.

Um also im Gedanken-Gang (*Yi*) vom *Wuji* zum *Taiji* und zum *Dao* zu kommen, muss im Gedanken-Gang die All-Potenz (das *Wuji*) vorerst auch aufweisen, dass es zu ihrer All-Potenz auch gehört, sich selbst negieren zu können.

Sie muss also gleichsam vorerst das Nichts zur Welt zu bringen. Dieses vernichtet sich dann selbst-konsequent selbst. Dadurch wird das „Nicht-Unmögliche“ als das werdende *Dao*, als die Energie, als das Bewegen zur Welt gebracht.

VI.

Dieser Gedanke (*Yi*) soll verdeutlichen, dass (aus der „meditativ-weltorientierten Sicht“) das *Taiji* nicht unmittelbar aus dem *Wuji* geboren wird, sondern mittelbar.

Zwischen dem *Wuji* (All-Möglichkeit, Leere, Fülle) und dem *Taiji* lauert das „Nichts“, die „Un-Möglichkeit“, die sich ihrem „Un-Wesen“ getreu selbst negiert.

In der „Nicht-Unmöglichkeit“ (im erscheinenden Seienden) ist dieses Selbst-Negieren in zwei sich gegenseitig negierende aber gleichzeitig stützende Bewegungen, in *Yin* und *Yang*, zu einem Widerspruch auseinander gesetzt.

Das *Taiji* bzw. das *Dao* erscheint in dieser Sicht (*Yi*) also nicht als die Möglichkeit (*Wuji*), sondern als die in sich komplementäre „Nicht-Unmöglichkeit“, als die Einheit von *Yin* und *Yang*. Diese Entfaltet sich werdend zum seienden *Dao*.

Das Nichts „west“ in der Welt (*Jing*) als die Grenze, als der Unterschied. Dieser trennt, ohne selbst etwas zu sein, und lässt dann Formen „erscheinen“. Aus dieser Sicht (*Yi*) wird dann vom Sei-

enden als dem *Maya* (Schein) gesprochen, wobei hier nicht die „Seins-Fülle“ des Seienden, sondern nur einseitig die „seiende Form“ gemeint ist.

Durch das Unterscheiden entstehen Formen als „Muster von Unterschieden“. Auf diese Weise erscheint aus dem Nichts (Unterschied) das *Yin* und *Yang* und in weiterer Folge die Vielfalt der Energien.

Diese Energien sind:

- mit *Wuji* (mit Kraft) erfüllt,
- durch das Nichts (durch den Unterschied) begrenzt
- und durch die inneren und äußeren Widersprüche (durch die Unterschiede) bewegt.

Bewegen als Tat-Sache

I.

Um sich dem Verständnis des Bewegens als einer Tat-Sache (*Jing*) zu nähern, sollte man zuerst überprüfen, welche Vorstellung (*Yi*) man selbst von der „Zeit“ hat. Um wiederum aufzudecken, was man unter der „Zeit“ versteht, sollte man sich vorerst dem Problem des Messens zuwenden.

Man kann nämlich nur messen, wenn man eine „Einheit“ hat, die man „zählen“ kann.

Es hängt also alles, egal ob relativ oder absolut, davon ab, wie ich zu einer Einheit komme.

Will ich eine Entfernung messen, dann muss ich „willkürlich“ eine Einheit festlegen. Genau so beim Gewicht. Ich suche dabei immer nach der Möglichkeit, ganz wenige Einheiten festzulegen und aus diesen dann die anderen Einheiten zu kombinieren bzw. abzuleiten.

Zum Beispiel die Geschwindigkeit aus dem „Maß für die räumliche Entfernung“ und dem „Maß für die sog. Zeit“.

Wie misst man die Zeit? Die „Einheit der Zeit“ (ihr quantitatives Sosein) ist sekundär. Fundamental ist das Bestimmen des „Zeitpunktes“ (des Daseins).

Liegt der Zeitpunkt als „Hier und Jetzt“ nicht „fest“, dann kann man hinsichtlich eines brauchbaren Messens mit einer Zeiteinheit wenig anfangen.

Genau so muss das „Ur-Meter“ „festliegen“. Hier verhält es sich so, wie bei jeder „Landkarte“, die für den eigenen Weg im Gelände dann unbrauchbar ist, wenn man nicht weiß „wo“ man sich auf der Landkarte gerade „jetzt“ befindet.

Wenn also auf der „Landkarte“ der „Punkt der Landschaft“, wo ich mich „jetzt“ befinde, nicht „feststeht“, dann kann ich mit der Landkarte nicht brauchbar Maß nehmen..

Man sucht beim Messen der sog. Zeit eigentlich keine Zeit, sondern „rhythmische Bewegungen“, die scheinbar präzise wiederkehren.

Es wird also gar keine Zeit gemessen, sondern es werden „Bewegungs-Rhythmen“ gezählt die „als exakt angenommen“ werden! Hier ist man auf der Suche nach immer exakteren Rhythmen, die sich nicht im Makrokosmos, wie man früher meinte, sondern im Mikrokosmos finden und dort auch gezählt werden können.

Die Einheit des Rhythmus ist aber nur zu finden, wenn der Ort des Beobachters „feststeht“ oder als feststehend angenommen werden „darf“.

Die Bewegung muss nämlich als Rhythmus genau zum „Ort des Beobachters“ wiederkehren, sonst ist jedes Zeitmaß unbrauchbar.

Wenn man zum Beispiel auf der Erde nicht feststeht, sondern mit dem Flugzeug nach Osten fliegt, dann ist die „rhythmische Wiederkehr der Sonne“ zu meinem „bewegten Beobachtungs-Standort“ im Flugzeug natürlich kürzer, als wenn ich auf der Erde geblieben wäre, und dort „feststehend“ auf die Wiederkehr der Sonne gewartet hätte.

Es geht also weder um eine Zeit, noch um eine geheimnisvolle Relativität, noch um einen gekrümmten Raum, wie er im „mathematischen Modell“ erscheint, sondern um das Bewegen.

Das Bewegen ist fundamentaler als Raum und Zeit! Es bewegt sich nichts in einem Raum oder in einer Zeit, sondern das Bewegen selbst spannt eine „Raum-Zeit“ auf. Diese Raum-Zeit ist daher hinsichtlich des fundamentalen Bewegens sekundär. Das Bewegen schafft dadurch Inertial-Systeme (zum Beispiel das Gravitations-Feld der Erde mit seiner Raum-Zeit), die es ermöglichen, das Bewegen außerhalb von ihnen „brauchbar“ zu vernachlässigen. Betrachtet man aber ein die Erde umfassendes weiteres Inertial-System, dann relativiert sich natürlich das Bewegen des integrierten Inertial-Systems.

Genau so, wie wir es relativieren, wenn wir unseren Standort selbst bewegen und zum Beispiel im Flugzeug mit oder gegen die Erd-Rotation fliegen.

Ohne etwas Feststehendes (z.B. ohne die absolute Lichtgeschwindigkeit), gibt es aber kein Zählen und damit auch kein Messen.

Eine absolut „lupenreine“ Relativität ohne etwas „als feststehend Angenommenes“ ist nicht denkbar. Das Problem wird immer nur in die Gedanken-Ferne geschoben und dabei oft etwas vernebelt und mystifiziert.

Das Bewegen ist „Dauer“ (Identität) und „Verändern“ zugleich:

- damit man einen bewegten Punkt auch als bewegt beobachten kann, muss sich sein scheinbar „fester“ Ort verändern; das Wesen des Bewegens scheint ja zu sein, gerade „nicht an einem Ort sein zu können“;
- damit man aber nicht zwei Punkte nach- und nebeneinander sieht, muss trotz des Veränderns auch etwas Verbindendes identisch bleiben.

Gerade deshalb kann man sagen:

- dass die Zeit einerseits „ewig“, d.h. ohne Vergehen ist und ich in ihr verweilen kann; wegen ihrer Identität schlägt nämlich dem Glücklichen keine Stunde;
- ich kann aber auch das Vergehen betrachten und der Meinung sein, dass die Zeit mehr oder weniger rast; ich kann dann nach einer rhythmischen Einheit dieses Rasens suchen und jene Einheiten zählen; würde ich zum Beispiel auf meinen rhythmischen Herzschlag als „rhythmische Einheit“ fixiert sein, dann würde bei meiner Aufregung die Zeit sklavisch rasen, bei Ruhe dagegen dem glücklichen Verweilen näher kommen.

Die Frage ist nun, woher weiß ich, dass mein Herz schneller schlägt?

Ich habe in der Inneren Empirie keine getrennten Schätz-Maße für Raum und Zeit, sondern nur eines für mein Bewegen (*Jing*) selbst.

Das Verändern der Geschwindigkeit meines Selbstbewegens ist meine fundamentale Tat-Sache (*Jing*).

Dieses (auf die Geschwindigkeit meines Selbstbewegens bezogene) „unmittelbares“ Schätz-Maß lässt mich erst „mittelbar“ räumliche und zeitliche Anhalts-Punkte zu suchen, damit ich auch „vergleichen“ kann.

II.

Mit der Linie, die „eins“ ist, kommt die „Zweiheit“ in die Welt. Es gibt vorne und hinten, wie bei der Zeit. Eigentlich gibt es aber keine Mitte, auf die das Vorne und das Hinten bezogen wäre, denn die Linie als Bewegung ist in ihrem Wesen, als eindimensionales Ausdehnen, gerade das „nicht an einem Ort sein können“.

Es gibt immer nur „sowohl vorher als auch nachher“ und gleichzeitig „weder vorher noch nachher“.

Das „Hier und Jetzt“ der Zeit ist keine Gegenwart im Sinne einer „Mitte“ zwischen „vorher“ und „nachher“, sondern nur die Wahrscheinlichkeit, das Feld, die Dauer zwischen einem Vorher und einem Nachher, die ebenfalls nie als Schnittstelle „Gegenwart“ waren oder sein werden.

Mit der „Zweiheit“ (der Zeit) ist aber sofort „oben und unten“, „vorne und hinten“ und „links und rechts“ gegeben.

Das Bewegen schafft nicht nur die eindimensionale Zeit als Zweiheit, sondern spannt gleichzeitig den dreidimensionalen Raum auf.

Aber auch in diesem ist das Bewegen keine Ortsveränderung, sondern in ihrem Wesen gerade das „Nicht an einem Ort sein können“, die „Unmöglichkeit ruhend zu sein“.

Die „Erscheinung“ der Bewegung ist dagegen die „Negation dieser Unmöglichkeit“, die aber nicht die „Möglichkeit an einem Ort zu sein“ herstellt, sondern nur die „Wahrscheinlichkeit irgendwo nicht zu sein“.

So ist ein bewegter Körper, bei welchem sich die eindimensionale Zeit als die vierte Dimension des bewegten Körpers wiederholt,

- weder in der Mitte zwischen dem Ort, „wo er unmittelbar vorher war“, und dem Ort, „wo er unmittelbar nachher sein wird“;
- noch ist er zugleich sowohl an dem Ort „unmittelbar vorher“ als auch an dem Ort „unmittelbar nachher“,
- noch ist er weder an dem Ort „wo er vorher war“ noch an dem Ort „wo er nachher sein wird“.

Ort (Ruhe) und Bewegung (Richtung) bilden einen Widerspruch. Die Bewegung ist der „Schein zu sein“. Sie ist als die „graduelle Wahrscheinlichkeit irgendwo nicht zu sein“, ein „aufgespanntes Feld“.

In diesem Feld (*Jing*) ist die Bewegungsrichtung in der Dialektik von „verbindendem Bewegen“ (*Yin*) und „grenzsetzendem Bewegen“ (*Yang*) immer wieder pulsierend umschlagen kann.

Über das Fragen

Man kann „aus der Erfahrung heraus“ (*Yi*) nur nach etwas fragen, was:

- entweder nur im Gedanken (*Yi-Jing*) „da ist“,
- oder sowohl im Gedanken (*Yi-Jing*) als auch in der Realität (*Jing*) „da ist“.

Wenn etwas in der Realität (*Jing, Dao*) „nicht da“ ist, dann weiß man dies nur, weil es „im Gedanken (*Yi-Jing*) da ist“!

- ist es im Gedanken (*Yi-Jing*) auch „nicht da“, dann kann man „aus der Erfahrung heraus“ nicht nach ihm fragen.

Eine „die Erfahrung ‚bereichernde‘ Antwort“ kann man nur auf „Fragen nach dem Wechselwirken“ bekommen.

- man kann daher „sinnvoll“ nur nach dem „Sosein“ (*Yi*) und nach dem „Wertsein“ (*Xin*) fragen.
- nach dem Dasein (*Shen*) kann man nicht „sinnvoll“ fragen! Das Fragen selbst ist *Shen*.

Das Dasein (*Shen, Wuji*) wird nur festgestellt. „*Es ist da!*“.

Das Dasein ist das „widerspiegelnde Unterscheiden und Verbinden“ der Dinge (*Jing*).

- im Dasein (*Wuji, Shen*) sind die Dinge (*Jing*) „verbunden“; hier haben sie ihre „Bindung“, ihre „Identität“;
- im Wechselwirken, Sosein (*Yi*) und Wertsein (*Xin*), „hängen die Dinge zusammen“; hier haben sie ihren wechselwirkenden „Zusammenhang“ (*Dao, Yin* und *Yang*)

Wenn ich frage:

„*Was ist das?*“, dann frage ich nach dem „Ding“ (*Jing*) selbst oder ich frage nach dem „Namen des Dinges“ („*Wie heißt das?*“).

Wenn ich frage:

„*Wozu dient das?*“, dann frage ich nach dem Wertsein (*Xin*) des Dinges (*Jing*), dann frage ich nach der „Funktion“ des Dinges.

Ich frage danach, wie das Ding (*Jing*) mit anderen Dingen (*Jing*) „zusammen hängt“.

Wenn ich frage:

„*Wie ist das?*“ dann frage ich nach dem Sosein, nach der „Form“ (*Yi*) des Dinges (*Jing*) selbst;

Ich kann aber nie fragen: „*Ist das wirkliche (da-seiende) Ding (Jing) auch wirklich da?*“

Ich kann nur fragen, ob das da-seiende Ding (*Jing*) diese oder jene Form (*Yi*) bzw. diese oder jene Funktion (*Xin*) hat.

Zweifeln kann ich nie am da-seienden Ding (*Jing*), sondern nur daran, ob meine „Vorstellung (*Yi*) von diesem Ding (*Jing*)“ mit dem Ding (*Jing*) auch „übereinstimmt“.

Ich kann also nur fragen „*Ist meine Vorstellung (Yi) eine Täuschung?*“

Wenn, dann ist nie die Wirklichkeit (*Jing*) ein Schein, sondern immer nur die Vorstellung (*Yi*), die ich von ihr (*Jing*) habe.

Die Wirklichkeit (*Jing*) „ist“ einfach „da“!

Auch Vorstellungen (*Yi-Jing*) sind, wenn sie „da sind“, dann eben auch als symbolische Verkörperungen (*Yi-Jing*) in mir „da“.

Ich täusche mich also nicht über das Dasein (*Shen*) meiner Vorstellungen, sondern bloß über ihr „Zutreffen“ hinsichtlich der Wirklichkeit (*Jing*), die sie symbolisieren (*Yi*). Ich zweifle also nur an ihrer symbolischen „Ähnlichkeit“ (*Yi, Xin*).

Ein Wahn (*Yi-Jing*) hat daher in mir auch sein Dasein (*Shen*) und sein wechselwirkendes Sosein (*Yi*) und wechselwirkendes Wertsein (*Xin*).

Der Wahn (*Yi-Jing*) spielt also im Konzert des *Dao* „kräftig“ (*Qi*) mit.

Er schafft Kultur und Technik und verändert („wandelt“) die Natur (Physis, *Dao*).

Entdecken in der Inneren Empirie

I.

Was gibt es eigentlich im Selbsterfahren in der ‚Inneren Empirie‘ am eigenen Leibe zu ‚entdecken‘?

- Auf der Ebene des Muskel-Geschehens lässt sich deren ‚rohe Muskelenergie ‚*Li*‘; entdecken und im ‚Anspannen‘ und ‚Entspannen‘ spielend ‚bewältigen‘. Diese Form des Umganges mit dem ‚*Li*‘ wird in verschiedenen Entspannungs-Methoden geübt. Ich erlebe hier meinen Körper und das körperliche ‚Ereignen‘ um meine ‚Körper-Mitte‘ herum. Und letztlich entdecke ich im Begegnen mit dem äußeren Anderen bereits hier ‚Schnittstellen‘ mit dem Anderen. Dies als mechanischen Widerstand (als beharrendes ‚*Jin*‘), das den eigenen Körper panzert, also seine Grenzen verhärtet.
- Im Beschäftigen mit meinen gewandten und geschickten Erbkoordinationen (zum Beispiel beim Atmen, beim Gehen, beim Schieben, usw.) gehe ich einen Schritt weiter. Ich entdecke hier eine neue Energie-Ebene, die Ebene der ‚*Jin-Energie*‘. Ich erlebe die Transformation der rohen Muskel-Energie (‚*Li*‘) in mechanische Energie der Bewegungen in den Gelenken meines Körpers. In einfacher Form und meditativ daher leicht zugänglicher Form bereits beim ‚erbkoordinativen‘ Atmen. Bereits hier werden Teil-Körper von mir gegeneinander bewegt. Dadurch wird ‚kraftschlüssig‘ meine Gestalt verändert. Dies gibt mir die Chance, aktiv nach außen wirken zu können. Beim Beschäftigen mit Erbkoordinationen entdecke ich das ‚kraftschlüssige‘ Bewegen meines Gesamt-Körpers um sein eigenes ‚Gravitations-Zentrum‘, um den eigenen Körper-Schwerpunkt herum. Dies ist die Ebene der ‚*Jin-Energien*‘, wo sich die inneren mit den äußeren *Jin-Energien* (zum Beispiel auch die des Gegners, die der Erd-Gravitation und die des Widerstandes der Piste beim Skilaufen) begegnen und vereinen. Ich entdecke hier meinen ‚Erd-Gravitations-Sinn‘ im Umgang mit der auf den Erd-Schwerpunkt hinwirkenden Erd-Schwere. Ich entdecke aber

auch meinen eigenen ‚Körper-Schwerpunk-Sinn‘, der das Beharrungs-Vermögen der eigenen Gravitation entdeckt.

Ich kann dabei das Zusammenspiel von ‚Li‘ und ‚Jin‘ entdecken und gewahren, wie sich durch Ändern der eigenen Gestalt (durch die Li-Energie) die Li-Energie in Jin-Energie transformiert und dann, den erbkoordinativ bereits vorgegebenen ‚Körper Fließbahnen des Jin‘ folgend, den Körper krümmen kann. Dadurch bewegt sich die ‚Körper-Mitte‘ (die ‚Mitte der Li-Energie‘) vom Körper-Schwerpunkt, vom ‚Gravitations-Zentrum der eigenen Jin-Energie‘, weg. Dies ergibt eine erlebbare Spannung zwischen ‚Li-Zentrum‘ und ‚Jin-Zentrum‘, das in der inneren Empirie gewahrt werden kann.

- Letztlich entdecke ich aber noch fundamentalere Energie-Zentren, die sich durch meine ‚Achtsamkeits-Energie‘ im und außerhalb des eigenen Körpers fokussieren und auch bewegen lassen. Diese ‚Zentren der Achtsamkeit‘, in der ebenfalls die Kraft ‚Qi‘ fließt, nenne ich ‚Leibes-Mitte‘. Diese ‚Leibes-Mitte‘ kann so bewegt werden, dass sie mit der ‚Körper-Mitte‘ und/oder dem ‚Körper-Schwerpunkt‘ zusammenfällt, was in manchen Meditationsformen auch angestrebt wird. In diesem Gefühl der ‚Ruhe‘ sind dann die Spannungen verschwunden, was aber auch dazu führt, dass sich dann die drei Zentren nicht mehr als verschieden entdecken lassen und daher auch kein ‚zweckmäßiger‘ lebensweltlicher Umgang mit ihnen entwickelt werden kann.

III.

In der Inneren Empirie lässt sich also differenziert die ‚Spannung‘ erleben, die beim Hinauswandern der ‚Körper-Mitte‘ aus dem ‚Körper-Schwerpunkt‘ deutlich wird.

Über das Erleben der ‚Spannung‘ zwischen ‚Körper-Mitte‘ und ‚Körper-Schwerpunkt‘ lässt sich aber auch entdecken, dass sich die ‚Achtsamkeit‘ in dieser ‚Spannung‘ ganz unterschiedlich fokussieren lässt.

Man kann hier erlebend entdecken und für sein Bewegen konkret brauchbar machen, dass die ‚*Leibes-Mitte*‘ als Zentrum der faszinierten ‚*Aufmerksamkeit*‘, und später der frei beweglichen ‚*Achtsamkeit*‘, etwas anderes ist als die ‚*Körper-Mitte*‘ und auch etwas anderes als der ‚*Körper-Schwerpunkt*‘.

In meiner Terminologie ist:

- die ‚*Körper-Mitte*‘, d.h. die ‚*Mitte der Li-Energie*‘, die anatomische Mitte des biologischen Körpers, sie liegt etwa im Bauch;
- der ‚*Körper-Schwerpunkt*‘, d.h. die ‚*Mitte der eigenen Jin-Energie*‘, ist wiederum das „inerte“ Zentrum des physikalischen Körpers; er ist das scheinbare Wirkzentrum der Gravitation bzw. das Zentrum der Trägheit;
- die ‚*Leibes-Mitte*‘ ist dagegen das ‚Zentrum meiner Achtsamkeit in der Welt‘. Sie ist für mich mein ‚*inertes*‘, d.h. mein ruhendes und bewegliches Achtsamkeits-Zentrum.

IV.

Wird die ‚*Leibes-Mitte*‘ für mich durch eine Faszination ‚fremdbestimmt‘ festgelegt, dann spreche ich bei dieser Konzentration von ‚*Aufmerksamkeit*‘. Wird sie dagegen von mir frei gesetzt bzw. wandernd geleitet, dann spreche ich von ‚*Achtsamkeit*‘.

Meine ‚*Leibes-Mitte*‘ kann also einerseits ein fremdbestimmtes, fixiertes Faszinations-Zentrum meiner ‚*Aufmerksamkeit*‘ sein, andererseits aber auch ein jeweils zentrierendes, aber nicht ‚*einhaltendes*‘ Bewegen meiner von mir frei geleiteten ‚*Achtsamkeit*‘.

Hält mein Bewegen der jeweils nicht nur ‚*weitenden*‘ sondern auch ‚*zentrierenden*‘ ‚*Achtsamkeit*‘ ein, d.h. ‚*hält*‘ das Wandern der Achtsamkeit zeitlich ‚*ein*‘, bzw. ‚*hängt*‘ es räumlich an, dann wird das an sich freie Bewegen der Achtsamkeit ebenfalls zu einer fixierten Aufmerksamkeit, die dann

eben von meinem freien ‚*Vorsatz*‘ oder von meinem ‚*Vor-Urteil*‘ festgehalten wird.

Wenn sich also auf die eine oder andere Weise meine ‚*Leibes-Mitte*‘ fixiert, dann erscheint ‚*für mich*‘ eine Bewegung relativ zu ihr bewegt.

Dieses Zentrum kann aber räumlich und zeitlich auch aus meinem biologischen Körper hinauswandern.

Ich kann mein Achtsamkeitszentrum zum Beispiel räumlich auf den am Nebengeleise anfahrenen Zug verlagern, wodurch dieser durch mein Fixieren dann ‚*für mich*‘ scheinbar zur Ruhe kommt. Ich erlebe mich dann mit meinem Zug bewegt, obwohl mein Zug sich physikalisch gar nicht relativ zu den Schienen fortbewegt.

Einerseits kann nämlich das Zentrum der Achtsamkeit in der Lebenswelt räumlich außerhalb oder zeitlich vor- oder nachher liegen²⁷,

Andererseits kann seine räumliche Ausdehnung sowohl größer als der Körper sein und mit der Umwelt verschmelzend ‚*Eins-werden*‘, als auch sich in den Körper hinein verkriechen und kleiner als die Hautoberfläche sein, wie bei den Autisten, die nicht einmal ihren Körper umfassen, geschweige denn die Um- und Mitwelt erreichen.

Ähnliches gilt für das Zeitliche.

Es gibt Menschen, die weder erinnern noch vorausschauen können, aber auch solche, die nur in der Vergangenheit oder nur in einer phantasierten Zukunft leben, dort ‚*leiblich*‘ zentriert sind, und dadurch mit ihrem ‚*Körper*‘ ihre Gegenwart verloren haben.

V.

Es gibt ‚*für mich*‘ noch ein offenes Problem: Das Denken der traditionellen chinesischen Bewegungs-Weisheit

- geht davon aus, dass die Kraft ‚*Qi*‘ in allen Energien fließt;

²⁷ vgl. den Begriff der „*janusköpfigen*“ Achtsamkeit in HORST TIWALD: „*Talent im Hier und Jetzt*“. Hamburg 2003. ISBN 3-936212-10-4.)

- wenn man nun hinzudenkt, dass sich die Energien umwandeln und höher organisieren können,
- dann stellt sich die Frage, wie und wo in eine Energie neues ‚Qi‘ eingespeist werden kann.

Muss dies immer über den Weg des Umwandelns einer fundamentalen Energie in eine höhere laufen? Muss immer ganz unten eingefädelt werden oder gibt es auf jeder neuen Ebene zusätzliche Einstiegsmöglichkeiten, die also die Chance bieten, direkt in jedes Geschehen *Qi* einzuspeisen.

Ist also zum Beispiel auch ein ‚seitlicher‘ Einstieg in die ‚Jin-Energie‘ möglich, ohne den Weg der Umwandlung des ‚Li‘ in ein ‚Jin‘ gehen zu müssen?

In meinem Denk-Modell gehe ich davon aus, dass das Einspeisen von *Qi* etwas mit Achtsamkeit (*Shen*) zu tun hat. Der Schmerz ist für mich zum Beispiel ein Phänomen, das unsere ‚Achtsamkeit‘ zum Schmerz-Ort ruft, um dort durch *Qi* zu heilen.

Mir kommt bei diesem Gedanken immer der Ausspruch von HERAKLIT in den Sinn, der sagte:

*"Wie die Spinne, die in der Mitte ihres Netzes sitzt, merkt, sobald eine Fliege irgendeinen Faden ihres Netzes zerstört, und darum schnell dahin eilt, als ob sie um die Zerreißung des Fadens sich härmte, so wandert des Menschen Seele bei der Verletzung irgendeines Körperteils rasch dahin, als ob sie über die Verletzung des Körpers, mit dem sie fest und nach einem bestimmten Verhältnis verbunden ist, ungehalten sei."*²⁸

Bei diesem Gleichnis denke ich an ein Bewegen des *Qi* über die fundamentale ‚Achtsamkeits-Energie‘, die es ermöglicht, sozusagen von außen her über das ‚Bewegen der Achtsamkeit‘ in andere ‚Energie-Flüsse‘ mehr Kraft (*Qi*) einzuspeisen.

²⁸HERAKLEITOS. zitiert nach AUGUST BIER: ‚Die Seele‘. München-Berlin 1942 (1939)

Mit diesem Gedanken haben wir heute kaum mehr Probleme.

Nicht wenige schulmedizinisch hoffnungslose Fälle greifen mit großem Vertrauen nach diesem Strohalm, um ihr Leben zu retten. Sogar Versicherungen sind bereits bereit, die Kosten für derartige Therapie-Formen zu übernehmen.

Wenn wir aber mit einem ähnlichen Gedanken hinsichtlich des mechanischen Bewegens konfrontiert werden, dann bäumt sich unser Denken, dass am mechanischen Bewegen emporgewachsen ist, sofort auf.

Dass in eine mechanische Energie gleichsam in einer Art ‚Telekinese‘ neues *Qi* eingebracht wird, wodurch die mechanische Energie ‚verstärkt‘, wird, das ist für uns undenkbar.

Es erscheint uns unmöglich, dass zum Beispiel beim muskelaktiven Arm-bewegen (das über die Umwandlung von roher Muskel-Energie (*Li*) in die mechanische Energie der Skelett-Bewegungen (*Jin*) realisiert wird) in das fließende *Jin* (über die Arbeit der Achtsamkeit) unter Umgehen der Muskel-Aktivität ein zusätzliches *Qi* eingeleitet werden ‚kann‘.

Was also zu Phänomenen führen könnte, die sich darin zeigen würden, dass der Arm mit *Jin*-Energie wirkt oder beharrt, ohne das eine entsprechende Muskel-Kontraktion erfolgt.

Ob das auch Tat-sächlich so sein ‚kann‘, das weiß ich nicht. Ich weiß aber auch nicht, dass dies nicht sein ‚darf‘ und nur über die Umwandlung von *Li* in *Jin* geschehen ‚muss‘.

Ich weiß allerdings, dass mir dies jemand demonstrieren wollte.

Er fixierte seinen Arm im Raum und ließ mich dessen Behar-rungs-Vermögen erproben und gleichzeitig einen entspannten Muskel tasten, der an der Haltearbeit des Armes ohnehin nicht beteiligt war.

Dies hat mich daher nicht überzeugt, aber mich auch nicht gegen die Chance eingenommen, dass so etwas sein ‚darf‘.

VI.

Um der Sache näher zu kommen, könnte man versuchen, das eigene körperliche Bewegen hinsichtlich der Energie-Flüsse des ‚*Jin*‘ so zu gestalten, dass das ‚*kraftschlüssige*‘ Bewegen

- einerseits nicht durch eigenes *Li* gestört wird, dass also die an der mechanischen Leistung nicht beteiligten Muskel entspannt und die Beteiligten in ihrer Spannung so konzertiert sind, dass sie keine Kraft vergeuden;
- andererseits aber das fremde *Jin* (der Schwere-Energie der Erde, des Widerstandes der Dinge und des Bodens sowie die gegenwirkenden *Jin*-Energien des Gegners) optimal genutzt und so in das eigene Bewegen eingebracht werden, dass eigenes *Li* möglichst eingespart wird.

Ist durch dieses Bemühen ein optimal ‚kraftschlüssiges‘ eigenes Bewegen erzielt worden, dann lässt sich weiter die Frage stellen, ob es auch möglich ist, über diese Variablen hinaus noch mehr *Li* einsparen zu können, indem man in das *Jin* über Achtsamkeit (*Shen*) direkt *Qi* einspeist.

Wäre dies der Fall, dann hätte die Achtsamkeit (*Shen*) eine doppelte Funktion:

- einerseits würde sie als ‚*Widerspiegeln*‘ dazu beitragen, alle Energien der eigenen Absicht nach optimal zu konzertieren;
- andererseits würde sie über das Einspeisen von *Qi* in das ‚*Wechselwirken*‘ direkt verstärkend eingreifen können.

Ob dies so ist? Es ist zumindest eine ‚suchkräftige‘ Frage!

Wenn es aber so sein sollte, dann realisiert sich dieser Prozess von Anfang an, je nach der Qualität der Arbeit der Achtsamkeit.

Taiji und Sammlung

I.

Das Gedankengut des *Taiji* wurde im Westen insbesondere über den *Zen* bekannt. Das japanische Wort „*Zen*“, mit dem eine bestimmte Richtung des BUDDHISMUS bezeichnet wird, leitet sich vom chinesischen Wort „*Chan*“ ab, das eine Umbildung des Sanskritwortes „*Dhyana*“, bzw. des Paliwortes „*Jhana*“ darstellt, was „Versenkung“ bzw. „Vertiefung“ (*jhana*) bedeutet. Diese Richtung des Buddhismus wurde der Legende nach von dem nach CHINA eingewanderten buddhistischen Mönch BODHIDHARMA²⁹ (chin. TA MO, jap. DARUMA) begründet und soll eine

²⁹ „*Bodhidharma. Der fünfte Tag des zehnten Monats ist der Geburtstag des Bodhidharma oder Ta Mo, wie die Chinesen ihn nennen, des ersten chinesischen Patriarchen der buddhistischen Kirche, der nach einer dreijährigen Reise aus Indien, ungefähr im Jahre 526 n. Chr., als der Kaiser Wu Ti der Liang-Dynastie den Thron innehatte, nach Kanton kam.*

Ta Mo war Sohn eines indischen Königs, wurde dann ein Mönch, stieg als Nachfolger des großen Kasyapa unter die achtundvierzig Patriarchen des Buddhismus auf und verließ dann sein Land als Missionar.

Zu Hause unbeliebt, als ein Sektierer, der die Feindschaft seiner Mitbuddhisten erregte, kam der fromme Lehrer in die Fremde und gründete dort die 'Chan' oder 'Kontemplative Schule', deren Lehre 'der Gedanke, durch den Gedanken wiedergeben' heißt, das will sagen - wiedergeben ohne Worte, weder durch gesprochene noch durch geschriebene.

Nach der Überlieferung dieser Lehre sollen die Gläubigen den sogenannten Schlüssel zum Gedanken Buddhas oder der Natur Buddhas unmittelbar durch ihre Meditation schauen.

Die Legende sagt: 'Als der Buddha auf dem Geier-Gipfel predigte, erschien plötzlich vor ihm der große Brahma, der dem Gesegneten eine goldfarbene Blüte schenkte und ihn hieß, mit ihr das Gesetz zu predigen. Der Gesegnete nahm die himmlische Blüte an, hielt sie in der Hand, sprach aber kein Wort. Da verwunderte sich die große Versammlung über das Schweigen des Gesegneten. Aber der Verehrungswürdige Kasyapa lächelte. Und der Gesegnete sagte zu dem Verehrungswürdigen Kasyapa: 'Ich habe den wundersamen Gedanken vom Nirwana, dem Auge des Echten Gesetzes, das ich dir jetzt geben will ...'

Einzig auf dem Wege des Denkens wurde die Lehre dem Kasyapa übertragen und einzig durch Denken überlieferte sie Kasyapa dem Ananda und hinfort wurde sie nur durch Gedanken von einem Patriarchen zum anderen weitergegeben,

Verbindung der buddhistischen Lehre der „Leerheit“ (*Sunnata, Wuji*), die besonders NAGARJUNA³⁰ herausgearbeitet hat, mit dem DAOISMUS (im Sinne der Gedanken des LAO-DSE) bilden, wie er im *Tao te King*³¹ niedergelegt ist.

Die Versenkung (Vertiefung, *Jhana*) soll gewissermaßen in schauender Bewusstheit³² mit der „Leere“ (*Sunnata, Wuji*) bzw. mit dem *Dao* bekannt

bis zur Zeit des Bodhidharma, der sie seinem Nachfolger, dem zweiten Chinesischen Patriarchen der Sekte, übermittelte.

Ta Mo wurde manchmal mit dem heiligen Thomas verwechselt, der nach Indien zog, um das Volk dort zu bekehren, aber Johnston stellt in seinem 'Buddhist China' diesen Irrtum nachdrücklich richtig, der lediglich auf einer Klangähnlichkeit des Namens Ta Mo und der chinesischen Umschreibung für Thomas zurückzuführen ist." JULIET BREDON / IGOR MITROPHANOW: „Das Mondjahr - Chinesische Sitten, Bräuche und Feste - Darstellung und Kulturbericht.“ Wien 1937. S. 470 ff.

³⁰ Dem Problem, über die „Leere“ etwas zu sagen, hat sich NAGARJUNA gestellt. Er lebte vermutlich im zweiten, bzw. dritten Jahrhundert nach CHRISTUS und gilt als der 14. Patriarch der indischen Linie des späteren ZEN-BUDDHISMUS.

Im ZEN werden nichtsprachliche Wege gesucht, die „Leere“, über die schwer etwas zu sagen ist, wortlos durch „direktes Hindeuten“ zu treffen, wozu sich unter anderen die Bewegungskünste besonders eignen. vgl. HORST TIWALD: „*Psycho-Training im Kampf- und Budo-Sport - Zur theoretischen Grundlegung des Kampfsports aus der Sicht einer auf dem Zen-Buddhismus basierenden Bewegungs- und Trainingstheorie.*“ Ahrensburg bei Hamburg 1981.

Über die Philosophie des NAGARJUNA vgl.:

MAX WALLESER (Übers.): „*Madhyamika-Sastra. Die Mittlere Lehre des Nagarjuna. Nach der tibetischen Version übertragen.*“ Heidelberg 1911.

MAX WALLESER (Übers.): „*Die Mittlere Lehre des Nagarjuna. Nach der chinesischen Version übertragen.*“ Heidelberg 1912.

MAX WALLESER (Übers.): „*Prajnaparamita - Die Vollkommenheit der Erkenntnis. Nach indischen, tibetischen und chinesischen Quellen.*“ Göttingen/Leipzig 1914.

³¹ LAO-TSE (Übers. Günther Debon): „*Tao-Te-King - Das heilige Buch vom Weg und von der Tugend.*“ Stuttgart 1961.

³² „Bewusstheit“ wird hier mit „Leere“ (Formlosigkeit) zusammengedacht, die einem Spiegel gleich die „Möglichkeit des Wissens“ darstellt: dies im Unterschied zum „Bewusstsein“ als „Wirklichkeit des Wissens“ und der „Willkür“ als das „selbstbestimmte Umsetzen des Wissens“.

machen, was aber nicht bedeutet, dass dieses in einem Bewusstsein auch als Wissen, bzw. mit dem Verstand als „Gedanke gefasst“ (*Vitakka*) und mit der Vernunft im „diskursiven Denken“ (*Vicara*), auch erkannt³³ wird. An anderer Stelle³⁴ habe ich zu erläutern versucht, wie die Meditation eine mehrstufige Einheit von Sammlung (*Samadhi*) und Versenkung (Vertiefung, *Jhana*) bildet. Diese Unterscheidung ist aber nicht so zu verstehen, dass ab einer bestimmten Stufe der Meditation die Sammlung (*Samadhi*) aufhört und durch die Versenkung (*Jhana*) ersetzt wird. Ganz im Gegenteil: die Sammlung (*Samadhi*) schreitet in der Vertiefung (*Jhana*) weiter voran, obwohl sich in der Phase der Vertiefung (*Jhana*) der Akzent verlagert hat.

Es gibt zwar eine deutliche Sammlung (*Samadhi*) ohne besonders klare Vertiefung (*Jhana*), d. h. ohne Ablösung der Bewusstheit vom Bewusstsein, aber es gibt keine Versenkung (Vertiefung, *Jhana*) ohne intensive Sammlung (*Samadhi*).

Das buddhistische Vokabular beschreibt in keiner Weise miteinander im logischen Verhältnis stehende und eindeutig definierte, d.h. hart voneinander abgegrenzte Begriffe. Deshalb ist die wortgetreue Übertragung buddhistischer Texte in westliche Sprachen, die von derartigen Begriffen leben, sehr schwierig.

Vgl. mein Projektpapier Nr. 3: Bewusstsein, Willkür und Bewusstheit im 'Gewandtheits- und Achtsamkeitstraining'. 03. 12. 1998. sowie Horst Tiwald. *Bewegen zum Selbst - Diesseits und jenseits des Gestaltkreises*. Hamburg 1997.

³³ zur Unterscheidung von „kennen“ und „erkennen“ vgl. HORST TIWALD: „*Im Sport zur kreativen Lebendigkeit. Bewegung und Wissenschaft. Philosophische Grundlegung der Sportwissenschaft*“. Band 2 der *Schriftenreihe des Instituts für bewegungswissenschaftliche Anthropologie e.V.*, Hamburg 2000 ISBN 3-936212-01-5..

³⁴ vgl. mein Projektpapier Nr. 16: „*Konzentration im Gewandtheits- und Achtsamkeitstraining - Zur Erinnerung an Elsa Gindler.*“ 06. 06. 1999. Internet: www.tiwald.com

So sagte der buddhistische Mönch NAGASENA im Gespräch mit König MENANDROS³⁵:

*"Ebenso auch, o König, ist es unmöglich, diese zur Einheit verbundenen Erscheinungen wirklich voneinander zu trennen und ihre Verschiedenheit zu zeigen und zu sagen: 'Dies ist der Sinneneindruck, dies das Gefühl, dies die Wahrnehmung, dies der Wille, dies das Bewusstsein, dies die Gedankenfassung, dies das diskursive Denken'."*³⁶

II.

Diesen Gedanken der „Einheit des Unterschiedenen“ gilt es immer im Bewusstsein gegenwärtig zu haben, damit ein Gegengewicht zum Jonglieren mit den unterschiedenen Begriffen besteht.

Die indischen Wörter für unsere Übersetzungswörter „Aufmerksamkeit“ (*Manasikara*), „Sammlung“ (*Samadhi*) und „Achtsamkeit“ (*Sati, Shen*), sind bloß Benennungen verschiedener Akzente, keineswegs solche von isolierten Gegebenheiten, die, wie beim Kochen, einem Rezept gemäß miteinander verrührt werden.

Manasikara (Aufmerksamkeit) bezeichnet den ganz fundamentalen Aspekt des Gerichtetseins auf etwas, das ganz elementare „Zugespitztsein auf Eines“ (*Ekaggata*).

Samadhi (Sammlung) meint wiederum das Anbinden des ganzen geistigen Prozesses an den in der Aufmerksamkeit (*Manasikara*) intendierten Akzent, was das Schwanken verhindert und die Eingipfeligkeit (*Ekaggata*) des Bewusstseins erhält, während *Sati* (Achtsamkeit, *Shen*) die Kraft des überschauenden In-Eins-bindens des aktuell Unterschiedenen und des Ein-

³⁵ um die Mitte des 2. Jh. V. Chr. beherrschte MILINDA, ein indischer König griechischer Abstammung, ein indo-griechisches Königreich im Nordwesten INDIENS. Der griechische Name von MILINDA ist MENANDROS.

³⁶ NYANAPONIKA (Hrsg.), NYANATILOKA (Übers. aus dem Pali): „*Milindapanha - Ein historisches Gipfeltreffen im religiösen Weltgespräch.*“ Bern/München/Wien 1998. S. 90.

bindens des bereits in der Vergangenheit Erfahrenen in das aktuelle geistige Bild (*Nimitta, Yi*) darstellt. Sie ist

„Die Eigenschaft, nichts aus dem Gedächtnis entfahren zu lassen, o König, und die Eigenschaft des Festhaltens“³⁷

Mit Achtsamkeit (*Sati, Shen*) ist das beständige Klarsein und bei der Sache des Geistes sein gemeint. Sie ist aber auch die Kraft des Erinnerns, eben des Einbindens, des Assoziierens in das aktuelle Bewusstsein. Achtsamkeit schafft Geistesgegenwart, sie ist dem Dasein verbunden.

ANAGARIKA GOVINDA merkte hierzu an:

„Sati bedeutet ursprünglich 'Erinnerung' (Sanskrit: smṛti), hat jedoch im Pali nicht mehr die Bedeutung eines In-der-Vergangenheit-Weilens oder In-die-Vergangenheit-Gehens, sondern eines In-die-Gegenwart-Hebens des Vergangenen. Es ist die Aufhebung des Vergangenheitscharakters aller Betrachtungsobjekte durch Vergegenwärtigung. Auch bei der Beobachtung scheinbar gegenwärtiger äußerer Gegebenheiten oder körperlicher und geistiger Funktionen handelt es sich um die Produkte der Vergangenheit, um Auswirkungen früheren Wirkens, das nun objekthaft unseren Sinnen (einschließlich des Geistes) entgegentritt und so der 'gegen'Stand unserer Betrachtung wird.“³⁸

An anderer Stelle³⁹ habe ich vom Geistigen Bild (*Nimitta, Yi*) gesprochen, das in der Sammlung (*Samadhi*) aufsteigt. Ich habe dort auf räumliche Bilder Bezug genommen, zum Beispiel auf das visuelle Bild einer Scheibe. Das Gleiche gilt für alle Sinne. Zum Beispiel auch für das Ohr, wo das

³⁷ NYANAPONIKA (Hrsg.). NYANATILOKA (Übers. aus dem Pali): *„Milindapanha - Ein historisches Gipfeltreffen im religiösen Weltgespräch.“* Bern/München/Wien 1998. S. 62.

³⁸ ANAGARIKA GOVINDA: *„Die frühbuddhistische Philosophie und ihre systematische Darstellung nach der Tradition des Abhidhamma.“* Wiesbaden o.J. (1961?).

³⁹ Projektpapier Nr. 16: *„Konzentration im Gewandtheits- und Achtsamkeitstraining - Zur Erinnerung an Elsa Gindler.“* 06. 06. 1999. Internet: www.tiwald.com

Geistige Bild (*Nimitta, Yi*) des zeitlich klingenden Tones eines Gongs, der fließend spannende Rhythmus⁴⁰ eines *Mantras*⁴¹ oder das zeitliche Ganze einer Melodie als Ganzheit aufsteigt.

Nimmt man seinen eigenen Körper als Konzentrationsobjekt, dann hat man mit seinem Bewegen raumzeitliche Bilder im Bewusstsein, die als Ganzes in mehrere Richtungen zu erweitern sind,

- nach außen hin zum räumlich umfassenden Kontext; beim *Taiji-quan* zum Beispiel zur imaginären Frage der Situation hin (zum bloß vorgestellten Gegner hin), die mit der eigenen Bewegung sinnvoll beantwortet werden soll;
- sodann jenes und das Eigene auch in zeitlicher Richtung auf das Kommende hin;
- weiter auch in Richtung auf die gleichzeitigen Bewegungen des Geistes, die (assoziativ und diskursiv denkend) Erfahrungen und Erwartungen in das gegenwärtige Bewusstsein einspielen;
- aber auch in Richtung zum inneren Bewegen, welches das innen Gegenwärtige, zum Beispiel das Unbewusste aufhellt, aber auch aktuell wertende Gefühle (Wertsein des Erlebens, *Xin*) und qualitative Empfindungen (Sosein des Erlebens, *Yi*) zu Bewusstsein bringen.

Hier wird deutlich, dass die Energie (*Shen*), in diese Richtungen achtsam hineinzugehen (ohne die Eingipfeligkeit [*Ekaggata*] des Bewusstseins zu verlieren), bei Menschen unterschiedlich ausgeprägt ist, aber durch Üben verbessert werden kann.

Manche Menschen können kaum drei Töne als melodische Einheit im Geistigen Bild (*Nimitta, Yi*) aufbauen, wenige andere wiederum haben, be-

⁴⁰ vgl. mein Projektpapier Nr. 5: „*Rhythmus und Kreativität im Gewandtheits- und Achtsamkeitstraining.*“ 12. 12. 1998. Internet: www.tiwald.com

⁴¹ ein *Mantra* ist eine Sanskritsilbe, oft auch Worte oder ein ganzer Satz, der als Konzentrationsobjekt laut oder nur innerlich rezitiert wird.

reits bevor sie komponieren, das Geistige Bild (*Nimitta, Yi*) einer ganzen Symphonie im Bewusstsein, das ihnen dann beim Komponieren gleichsam aus der Feder fließt.

Es geht bei der Bewegungsmeditation des *Taijiquan* darum, diese Energie der Sammlung (*Samadhi*) zu verbessern, d.h. die differenzierte Form des eigenen Bewegens in einem eingipfeligen Bewusstsein (*Ekaggata*) als Geistiges Bild (*Nimitta, Yi*) geistesgegenwärtig (simultan mit dem Bewegen) aufzubauen und in die oben angedeuteten Richtungen hin zu erweitern.

Diese Eingipfeligkeit (*Ekaggata*) der Sammlung (*Samadhi*) weist auf das Wort „*Taiji*“ hin. *Taiji* bedeutet „Dachfirst“⁴². Dieser ist

⁴² Es geht hier nicht um die Frage, was das Wort „*Taiji*“ innerhalb des DAOISMUS bedeutet, sondern um die Frage, was dieses Wort mit der heute mit „*Taijiquan*“ bezeichneten Bewegungskunst zu tun hat, welche Bedeutung dieses Wort hier haben könnte und warum und wann es mit den Kampfkünsten in Verbindung gebracht wurde. Das *Taijiquan* ist keineswegs so alt, wie es zu sein scheint.

DANY VERCAMMEN kommt in seiner Dissertation zu folgendem Ergebnis:
„Taijiquan ist nicht so alt, wie die Legende und Mythen uns glauben machen wollen. Wir müssen im Hinblick auf die Historie, die wir in einer Anzahl einflussreicher chinesischer Bücher finden, diese in Frage stellen. Auf der Basis unseres Quellenmaterials können wir feststellen, dass ein Vorläufer der heutigen Form des Taijiquan (unter einem anderen Namen) im 17. Jh. entstand, dass am Ende des 18. Jhs. sich wahrscheinlich aufgrund der Vermischung philosophischer und technischer Fragen neue Impulse ergaben und dass, was wir nun Taijiquan nennen, sich im vorigen Jahrhundert entwickelte, ausgehend von der Kampfkunst Chens hin zu den verschiedenen Stilen des Taijiquan, wovon der Yang-Stil der bekannteste und verbreitetste ist.“

DANY VERCAMMEN: *„Neijia Wushu De Inwendige Scholl Der Chinese Vechtkunst, De Teksten Met Historische En Filosofische Achtergronden En De Relatie Met Qigong.“* (Dissertation. Universität Gent. 1989/1990) zitiert in: JÖRG-ALEXANDER PARCHWITZ: *„Texte zum Taijiquan - Untersuchung der Kampfkunst und ihrer philosophischen Bezüge anhand der 'klassischen' Texte des Taijiquan.“* (Magisterarbeit. Sinologie. Freie Universität Berlin. 1997) vgl. auch RAINER LANDMANN: *„Taijiquan - Konzepte und Prinzipien einer Bewegungskunst - Analyse anhand der frühen Schriften.“* (Dissertation. Sinologie. Universität Hamburg. 1999) Hamburg 2002. Band 2 der Schriftenreihe des Instituts für

das Höchste und verbindet alle zu ihm hinlaufenden Dachsparren zur Einheit. In diesem Sinne würde „Taiji“ dann Sammlung (*Samadhi*) des Bewusstseins bedeuten.

Wobei den Hintergrund, aus dem dieses gesammelte Bewusstsein geboren wird, die Bewusstheit als Leere (*Sunnata*) bildet. Diese könnte als *Wuji* betrachtet werden. Mit *Wuji* wird ein noch undifferenzierter Urzustand bezeichnet. Aus diesem wird das gesammelte Bewusstsein (*Samadhi*), welches von komplementären Unterschieden geprägt wird, geboren. Werden diese Komplementaritäten (sich entwindend und verwindend) ins Bewegen gesetzt, dann entsteht Unterscheiden und Trennung (*Yin* und *Yang*), beruhigt man diesen Prozeß, dann gleitet die Sammlung (*Samadhi*) in die Vertiefung (*Jhana*) über.

*„Das Taiji ist, was Wuji hat geboren.
Es ist von Yin und Yang die Mutter.
Bewegt man diese, dann ist Trennung.
Beruhigt man sie, dann ist Vereinigung.
Es gibt weder Übermaß noch Mangel.
Folgt man der Beugung, dann erreicht man Streckung.“⁴³*

Es könnte sein, dass der Name „*Taiji*“, mit dem, was heute mit *Taiji* bezeichnet wird, durch buddhistische Einflüsse in Zusammenhang gebracht wurde. Die daoistische Bedeutung des Wortes „*Taiji*“ (Dachfirst) findet sich nämlich auch in buddhistischen Texten, zum Beispiel im *Milindapanha*, das bereits im dritten Jahrhundert n. Chr. ins CHINESISCHE übersetzt

bewegungswissenschaftliche Anthropologie“ www.bewegen.org ISBN 3-936212-02-3

⁴³ WANG ZONGYUE[?] „*Taijiquan Lun.*“ übersetzt von Rainer Landmann, zitiert in: RAINER LANDMANN: „*Taijiquan – Konzepte und Prinzipien einer Bewegungskunst. Analyse anhand der frühen Schriften*“. Hamburg 2002. Band 2 der Schriftenreihe des Instituts für bewegungswissenschaftliche Anthropologie“ www.bewegen.org ISBN 3-936212-02-3

worden sein soll⁴⁴. Dort heißt es im Gespräch des Königs MILINDA mit dem buddhistischen Mönch NAGASENA:

„Der König sprach: ‚Welche charakteristische Eigenschaft, o Herr, besitzt die Sammlung?‘

‚Die Eigenschaft, dass sie als Führer dient, o König, denn die guten Eigenschaften haben alle die Sammlung zum Führer, haben eine Neigung und einen Hang zu ihr, haben sie alle zum Treffpunkte.‘

‚Mache mir dies durch ein Gleichnis verständlich!‘

‚Wie, o König, die Dachsparren eines Giebelhauses sämtlich zum Giebel hinführen, zum Giebel geneigt sind, im Giebel sich treffen und der Giebel da als Höchstes gilt: ebenso, o König, haben die guten Eigenschaften alle die Sammlung zum Führer, haben eine Neigung und einen Hang zu ihr, haben sie zum Treffpunkte.‘“⁴⁵

III.

Aus dieser Sicht übt eine Bewegungsmeditation, zum Beispiel ein in diesem Sinne ausgeführtes *Taijiquan*, die Fähigkeit der Sammlung und entwickelt die Achtsamkeit (*Shen*). Es entfaltet sich dabei die ganz allgemeine Fähigkeit, immer umfassendere Bewusstseinsinhalte in einer Zusammenschau im „eingipfeligen Bewusstsein“ fließend halten zu können, was Grundlage jeder die Enge des aktuellen Bewusstseins überschreitenden (transzendierenden) Kreativität ist.

⁴⁴ H. BECHERT referiert in seiner Einleitung zur Übersetzung des *Milindapanha* von NYANATILOKA, die Vermutung von F. O. SCHRADER, „dass die überlieferten Dialoge des alten Teiles des *Milindapanha* tatsächlich im wesentlichen eine Art Protokoll der Gespräche des Königs mit dem Mönch Nagasena darstellen, so dass sie bis ins zweite Jahrhundert v. Chr. zu datieren sind“, und dass ein recht frühes Entstehungsdatum der Urfassung als wahrscheinlich gelte. „Die älteste chinesische Übersetzung soll übrigens bereits im dritten Jahrhundert n. Chr. verfaßt worden sein.“ NYANAPONIKA (Hrsg.). NYANATILOKA (Übers. aus dem Pali): „*Milindapanha - Ein historisches Gipfeltreffen im religiösen Weltgespräch.*“ Bern/München/Wien 1998. S. 21.

⁴⁵ NYANAPONIKA (Hrsg.). NYANATILOKA (Übers. aus dem Pali): „*Milindapanha - Ein historisches Gipfeltreffen im religiösen Weltgespräch.*“ Bern/München/Wien 1998. S. 63.

Um in die Bewegungsmeditation einzusteigen, bieten sich ganz einfache Bewegungen, wie das Atmen oder die Grundtätigkeiten, wie Ziehen, Schieben, Tragen, Gehen usw. an. Diese sind oft in den sog. Erbkoordinationen als phylogenetische Tat-Sachen (*Jing*) von der Natur aus mitgegeben.

Die Bedeutung dieser einfachen (auch dem Tier eigenen) natürlichen Bewegungen, die letztlich das Baumaterial aller komplexen Kulturbewegungen bilden, darf aber, trotz ihrer fundamentalen Bedeutung, nicht überschätzt werden.

Die Erbkoordinationen (*Jing*) bieten bloß einen guten Einstieg in die Entwicklung des achtsamen (*Shen*) Bewegens. Bei ihnen stehen zu bleiben oder das Achtsamkeitstraining auf sie zu reduzieren, wäre verkehrt.

Bei der achtsamen Analyse der Kulturbewegungen geht es daher nicht nur darum, dieses gemeinsame Baumaterial (*Jing*) heraus zu destillieren, sondern insbesondere und letztlich darum, das jeweils Besondere der jeweiligen Kulturbewegung, zum Beispiel des Tennisspiels, als Geistiges Bild (*Nimitta, Yi*) zu erfassen.

II.

Wie die achtsame Kraft (*Qi*) als Dasein im Wollen (*Xin*, Wertsein, Mut) und Vorstellen (*Yi*, Sosein,) fließt

0.

Es geht mir nicht darum, das chinesische Weltbild belehren zu wollen. Hierfür fehlt mir die Kompetenz. Ich will daher nicht erkunden, was „man“ in CHINA mit den Begriffen *Yi*, *Xin* und *Shen* oder mit *Jing* versteht. Vielmehr will ich aufzeigen, was sich mir aus meiner mich umgebenden Denk-Tradition (in der Nachfolge von HERAKLIT und PARMENIDES) und aus den „Tat-Sachen“ meiner eigenen „inneren Empirie“ heraus dann erschließt, wenn ich mich um ein Verstehen des chinesischen Denkens „Tatsächlich“ bemühe.

Ich will also bloß zur Sprache bringen, wie ich das „mir erscheinende“ chinesische Denken „für mich brauchbar“ und im westlichen Denken für mich mit Gewinn abbilden könnte.

Dies wäre nämlich Voraussetzung dafür, um mit CHINA in einen echten Dialog zu kommen und sich gegenseitig „wirklich“ und „wirksam“ etwas aufzeigen zu können.

I.

Die Denk-Modelle, aus denen heraus zum Beispiel über fernöstliche Kampfkünste gesprochen wird, haben ganz verschiedene Quellen:

- Zum einen ist es das dialektische Denken des I-GING, wie wir es im Abendland von HERAKLIT her kennen. Dieser Gedanke wurde später im Abendland insbesondere von dem idealistischen Philosophen HEGEL aufgegriffen, dann von ENGELS und MARX zur Praxis (*Jing*) gewendet und vom DIALEKTISCHEN MATERIALISMUS fortgeführt.

- Zum anderen ist es der buddhistische Gedanke der „Leere“ (*sunnata*, chin. *wuji*,) und der „Achtsamkeit“ (*sati*, chin. *shen*), wie er sich insbesondere von NAGARJUNA⁴⁶ herleitet. Dieser Gedanke fand auch im CHAN-BUDDHISMUS seine Tradierung. Er hat in der Nachfolge von BODHIDHARMA⁴⁷ (chin. TAMO, jap. DARUMA) stark die Kampfkünste der SHAOLIN-MÖNCHEN geprägt.
- Eine weitere Quelle liegt in der volkstümlichen Magie des DAOISMUS, der auf der uralten Suche nach dem ewigen Leben (wie sie zum Beispiel bereits im GILGAMES-EPOS⁴⁸ beschrieben wird) eine „Technologie“ zur Herstellung eines Lebenselixiers zu finden versucht. Dieser volkstümliche DAOISMUS hat in seinem Ursprung mit den Gedanken von LAO-DSE überhaupt nichts zu tun. Im Abendland finden sich ähnliche kosmischmagische Gedanken zum Beispiel in der ALCHIMIE und in ihren Anwendungen in der Medizin, zum Beispiel in den großartigen Gedanken des PARACELUS⁴⁹ in seinem Hinwenden zu den Tatsachen (*Jing*, Samen) und zum „Licht der Natur“.

II.

Die YIN–YANG-THEORIE des I-GING ist keine Theorie von Zuständen, keine Theorie von Körpern und Dingen, sondern eine Lehre vom Bewegen, vom Wandel. Diese Theorie beruht auf der Annahme, dass die Welt (als ein in sich widersprüchlicher Prozess) von einem fundamentalen Energie-

⁴⁶ Der indische Philosoph NAGARJUNA lebte vermutlich im 2. bzw. 3. Jahrhundert n. Chr. Im CHAN-BUDDHISMUS (jap. ZEN) gilt er als der 14. Patriarch der indischen Linie dieser Tradition.

⁴⁷ Der Inder BODHIDHARMA (chin. TA MO, jap. DARUMA) war der erste Patriarch der chinesischen Linie des Chan-Buddhismus. Er kam im Jahre 526 n. Chr., nach einer dreijährigen Reise aus Indien, nach Kanton, zur Zeit des Kaisers WU TI der LIANG-DYNASTIE.

⁴⁸ Das *Gilgamesch-Epos* gilt als die bedeutendste Schrift der alten BABYLONIER. Es wurde um 2000 v. Chr. Verfasst.

⁴⁹ Der Arzt PARACELUS, THEOPHRASTUS BOMBASTUS VON HOHENHEIM, lebte 1493 bis 1541. Sein Grundgedanke war, dass der Mensch als ein Mikrokosmos ein Abbild des Makrokosmos sei, und dass der Mikrokosmos mit dem Makrokosmos korrespondiere. Alles hängt mit Allem zusammen. Wer erkennen will, muss die Natur befragen.

Paar, d.h. von einem Bewegungs-Paar, aufgebaut wird, dem *Yin* und dem *Yang*.

Dies sind zwei zusammengehörende aber gegenwirkende Bewegungen. Sie können ineinander umschlagen, denn sie enthalten sich gegenseitig als Keim. Die „unterschiedlos und formlos-leere Kraft“ *Qi* fließt in diesen beiden „sich bewegt unterscheidenden“ Energien *Yin* und *Yang*.

Diese beiden Bewegungen, d.h. die beiden Energien *Yin* und *Yang*, sind also mit *Qi* gefüllt. Jene beiden „ursprünglichen Akte“, jene beiden fundamentalen Bewegungen, kombinieren sich, wie im I GING mit einem Strich-Muster aufzuzeigen versucht wird, zu komplexen Bewegungen.

Diese können sich „sich einkreisend und faltend“ (sich bildlich zu Strich-Paketen kombinierend) relativ stabilisieren und so zu den Tat-Sachen der Welt und deren Bewegen werden.

Alles, was wir als scheinbares Beharren, d.h. als Zustände bzw. als körperliche Dinge vorfinden, ist demnach nur ein vorübergehend zentriertes Bewegen, d.h. ein sich einkreisend einfaltendes Bewegen, das so ein beharrliches inertes Zentrum schafft.

Dieses Zentrum kann sich nun seinerseits mit dem Feld, in dem es entstanden ist, bewegen. Diesem weiteren Bewegen leistet es aber mehr oder weniger beharrlichen Widerstand.

So entstehen aus den sich faltend einkreisenden Bewegungen in einem umfassenden Feld immer wiederum neue Zentren und neue Ebenen des Bewegens.

In diesem Höherorganisieren des Bewegens entstehen wiederum „Einwicklungs-Stränge“, welche die neu entstandenen Zentren gleichsam „auf-fädeln wie Münzen am Münzstrang“.

So gehören bestimmte menschliche Organe einem gemeinsamen „Ein-Wicklungs-Strang“ (nicht „Ent-Wicklungs-Strang“!) an, der dann als Meridian geortet wird.

Bei der Analyse menschlich-körperlicher Gegebenheiten sind daher verschiedene Ebenen auseinander zu halten.

Zum einen die Ebene der somatischen Gegebenheiten des Körpers, seiner Organe und der inneren Energie-Stränge, welche die Organe in ihrer „Entwicklungs-Vergangenheit“ verbinden und sie im inneren und äußeren Wechselwirken „erhalten“. In allen diesen Verbindungs-Strängen, die eigentlich Energie-Flüsse sind, fließt die Kraft *Qi*.

- So gibt es Gedankenmodelle, die sich mit dem energetischen Wirken dieser inneren Energie-Flüsse (die insbesondere der Erhaltung des *Soma*, des Lebens, dienen und dieses pflegen) befassen. Solche Gedanken-Gänge versuchen zum Beispiel das Geschehen im QIGONG zu beschreiben.
- Andere Modelle wenden sich den darauf aufbauenden höheren Energie-Flüssen, wie zum Beispiel dem mechanischen und empfinden Bewegen bzw. Wechselwirken mit dem Umfeld zu. Solche Gedanken-Gänge versuchen zum Beispiel das Geschehen im TAIJQUAN zu fassen.
- Andere Modelle wenden sich wiederum dem Entstehen von Sprache und Vorstellungen zu und verfolgen, wie durch achtsames Begegnen mit den Energie-Flüssen der Tatsachen (*Jing*) dann Energie-Flüsse des Vorstellens (*Yi*) entstehen und wie über die Achtsamkeit (*Shen*) gleichsam das *Qi* in verschiedene Energie-Flüsse geleitet und neue Ebenen des Fließens von Energien aufgebaut werden.
- Andere Modelle wenden sich wiederum der Frage zu, woher die Achtsamkeit (die Energie *Shen*) eigentlich ihre Kraft (*Qi*) hernimmt, die sie dann als *Qi* in verschiedene Energie-Flüsse leitet. Hier entstehen dann Modelle, in denen die *Leere* (das *Wuji*) als Kraft-Quelle geortet wird, aus der die *Shen-Energie* unmittelbar ihre Kraft (*Qi*) auftankt.
- Andere Modelle gehen der Frage nach, was die Achtsamkeit (*Shen*) eigentlich ist und entdecken diese als ein Energie-Paar:
 - einerseits „spiegelt sie wider“,
 - andererseits „richtet sie fokussierend aus“.

Und im Unterschied zu diesem Unterschied:

- „verbindet“ sie (zum Beispiel das Gedächtnis an das unmittelbare Wahrnehmen) einerseits,
- andererseits „unterscheidet und differenziert sie“ aber.

Sie erscheint also

- einerseits als „Energie des Ur-Teilens“,
- andererseits als Energie des „In-Eins-Bindens“.

III.

Es handelt sich bei diesen Modellen um unterschiedliche Sichtweisen der „selben“ Realität. Aus unterschiedlichen Perspektiven nimmt man nämlich immer nur „Ausschnitte der Praxis“ unter die „Lupe der Sprache“. Dies ergibt dann eine Vielfalt von Wörtern, die eigentlich das „Selbe“ bestimmen, aber bloß von einer anderen Seite her betrachten.

Wenn ich die so erhaltenen Wörter, die jeweils nur ein „Lupen-Bild“ bestimmen, nun nebeneinander lege, dann ergibt dies aber kein „Bild der Realität“.

Genau so ist es, wenn ich einen Körper in verschiedenen Richtungen durchschneide, die Schnitte jeweils fotografiere und dann alle diese Bilder „auf einer Fläche“ nebeneinander lege.

Und trotzdem ist das „Nebeneinander-Legen“ und das „Aneinander-Kleben“ von unterschiedlichen „Schnitt-Photos“ eine interessante und gute Übung.

Der nächste Schritt besteht aber darin, diese unterschiedlichen Bilder (mit ihren Wörtern) „den jeweiligen Schnitten entsprechend“ in „unterschiedliche Raum-Richtungen“ zu legen, damit ein „mehrdimensionaler Körper“ sichtbar wird.

Hier werden dann die Wörter, die aus unterschiedlicher Sicht das Selbe „bestimmen“, zur „Deckung“ gebracht. In diesem „Schmelztiegel“ werden sie in der „Glut des Feuers“ im Einschmelzen:

- einerseits verdichtet,
- andererseits aber in sich differenziert und dadurch neu geboren.

Dies gelingt aber nur mit *Shen*, das mit *Qi* die „*Yi*-Bilder der Schnitte“ wieder zu den „Tat-Sachen“ (*Jing*) bringt.

IV.

Dies geschieht aber nicht oft genug. Meist werden von verschiedenen Praktikern auf den unterschiedlichen Betrachtungs-Ebenen bloß Denk-Modelle erstellt, welche die gleichen Wörter sehr unterschiedlich gebrauchen. Dabei sind die jeweiligen Praktiker allerdings bemüht, ihre Tatsachen mit philosophischem Vokabular zu beschreiben, das aber bereits bei den Philosophen selbst nicht einheitlich gebraucht wird. Dies erschwert ihnen daher den Gebrauch.

Dieses Problem verschärft sich noch beim Übersetzen chinesischer Texte ins Deutsche. Denn auch das deutsche philosophische Vokabular unterliegt bei den deutschen Philosophen bereits einem ähnlichen uneinheitlichen Gebrauch, wie er bei den chinesischen Philosophen vorliegt.

Dies wird allerdings erst deutlich sichtbar, wenn man Texte nicht nur dem Wörterbuch nach übersetzen, sondern ihnen auch Tat-Sachen zuordnen will, die nachvollziehbar und mit der eigenen Sprache fassbar sind.

Gelingt dies nicht, dann müsste man eigentlich vorerst schweigen und sich bemühen, in der inneren oder der äußeren Empirie eine den Texten einen Sinn gebende Tat-Sache aufzudecken.

V.

Das Problem der Übersetzung chinesischer Texte zum TAIJQUAN fängt schon mit dem Wort „*Kraft*“ an. Man sollte beim Übersetzen nirgends

leichtfertig mit den deutschen Wörtern spielen, sondern wenn, dann sie zu mindest eindeutig falsch verwenden. Vor allem dort sollte man nicht mehrdeutig spielen, wo es gar nicht notwendig ist, weil es genug deutsche Wörter gibt, um deutlich zu unterscheiden. Wenn man zum Beispiel in einem Text zum TAIJQUAN das Wort „*stehen*“ für etwas Mechanisches verwendet, dann kann man hinsichtlich des Stehens am Boden nicht mehr sagen, dass wir „*auf der Geistesklarheit stehen*“ sollen.

Diese übertragenen Bedeutungen verwirren nur und suggerieren, dass man statt auf den Füßen zu stehen, sich lieber der Geistesklarheit zuwenden sollte. Es geht aber gar nicht um ein „*statt*“, sondern um ein „*nicht nur*“.

Wir stehen immer, wenn wir am Boden stehen, mit den Beinen auf dem Boden. Wenn wir uns im Schwere-Feld der Erde befinden, dann belasten wir jene (und wenn wir stehen und uns nicht bewegen) auch voll mit unserem Gewicht.

Wenn man sagt: „*der Kopf geht hinauf und führt*“, was meint man dann? Meint man, dass das Bewegen des Kopfes die Ganzkörper-Bewegung führt und dieser vorangeht? Oder meint man, dass die Geistesklarheit führt? Oder meint man, dass man beim Stehen sich von der Körper-Mitte aus sowohl nach oben als auch nach unten streckt?

Wenn es auch im Chinesischen für diese unterschiedlichen Tat-Sachen nur ein Wort geben sollte, dann darf man diese unterschiedlichen und bereits bekannten Tat-Sachen im Deutschen, wo diese unterschiedlichen Tat-Sachen mit verschiedenen Wörtern bezeichnet werden können, nicht mehr mit dem gleichen Wort bezeichnen.

Ich habe beim Lesen von deutschen Übersetzungen chinesischer Taijiquan-Texte oft den Eindruck, dass man das „mechanische Bewegen der *Jin*-Energie“ mit dem „achtsamen Bewegen der *Shen*-Energie“ (Achtsamkeit, Geistesklarheit) in einen Topf wirfst und sprachlich nicht unterscheidet.

Dadurch macht man in der deutschen Sprache aus klaren Tat-Sachen missverständliche Geheimnisse.

Es gilt also vorerst, die Tat-Sachen sprachlich zu beschreiben, damit diese zu „Geheimnissen“ auch „offen“ werden können.

Es kann nicht darum gehen, es sich bequem zu machen, sich die Mühe des Zur-Sprache-Bringens der Tat-Sachen zu ersparen, und statt dieser Anstrengung gleich in „beruhigende“ Geheimnisse zu springen.

Dies wäre ähnlich dem Wettlauf zwischen dem Hasen und den beiden gleich gekleideten Igel, die statt zu laufen, an den gegenüberliegenden Endpunkten immer nur abwechselnd riefen: „*Ich bin schon da!*“

VI.

Der Wandel ist gegeben, weil das Bewegen bereits selbst in sich ein Wandel ist. Es ist ein ständiger Umschlag von einem Bewegen in sein Gegenteil und wieder zurück. Das Bewegen erscheint auf diese Weise als ein widersprüchliches aber verbundenes Paar von gegengerichteten Bewegungen, die aber jeweils nur einseitig erscheinen.

Bei dieser erscheinenden Bewegung müssen wir aber zwei Aspekte auseinanderhalten.

Das erscheinende Bewegen hat nämlich:

- einerseits in sich selbst zwei Aspekte:
 - sein sich veränderndes Sosein
 - und sein dauerndes und verbindendes Dasein;
- andererseits hat das erscheinende Bewegen in seinem Sosein stets einen Unterschied zu seinem anders seienden Gegen-Bewegen, in das es umschlagen kann und das als Keim in ihm schlummert; dies verweist auf sein Wertsein.

Der Wandel des Soseins in sein ihm gegengerichtetes Anderssein wird im kreisförmigen Yin-Yang-Symbol dort veranschaulicht, wo in der Mitte der

S-förmigen Linie das „So“ in das „Anders“ umschlägt und so ein Zentrum bildet.

Das Bewegen lässt sich so als spiralisches Fließen und Gegenfließen mit Umkehr im Zentrum veranschaulichen. Dadurch wird ein Feld mit einer Mitte, mit einem inerten Gravitations-Zentrum, aufgebaut.

Die Form (die rhythmische Ordnung des Bewe-gens), d.h. die „Bewegung“, ist wie das Knochengerüst des Bewe-gens. Das „Bewegen“ sucht nun innerhalb dieser eingrenzenden Ordnung (innerhalb der „Bewegung“) seine eigene Beweglichkeit aus der „Mitte der Ordnung“ heraus, d.h. es nutzt die „Freiheit in der Ordnung“.

Was also beim Körper die Struktur (das Gerüst) ist, das ist beim „Bewegen“ die „Bewegung“ als die fassende Ordnung des „Bewegens“.

Beim TAIJIQUAN geht es daher darum:

- nachdem man den Körper selbst mit Geistesklarheit (*Shen*) durchdrungen und auf der somatischen Ebene das Fließen der *Li-Energien* im Körper „für sich“ als Tat-Sache, d.h. als *Jing* entdeckt hat;
- sich auf der „Ebene des mechanischen Wechselwirkens des Körpers mit dem Umfeld“
 - zuerst seinem körperlichen Gerüst, das seiner Struktur Halt gibt, zuzuwenden;
 - dann wendet man sich erst seiner eigenen Beweglichkeit, seinem eigenen „selbsttätigen Gestalt-Ändern“, seinem mechanischen Funktionieren zu.

Das vorangegangene Zuwenden zum Halt gebenden Gerüst des Körpers, insbesondere zum Knochen-Skelett, entdeckt das „*beharrende Jin*“, das auch in den Muskeln und Sehnen fließt und diese verhärtet, damit der Körper seine Form und beharrliche Ordnung erhält, d.h. für von außen einwirkende Energien gepanzert und undurchdringlich wird. In diesem „*beharrenden Jin*“ entdeckt man:

- einerseits das fundamentale Wechselwirken mit der somatischen „Ebene der Li-Energien“,
- andererseits das beharrende Zentrum der *Jin-Energie*, den Körper-Schwerpunkt, der aber vorerst an ähnlicher Stelle geortet wird, wie das *Zentrum der Li-Energie*, nämlich in der Körper-Mitte.

Erst, wenn sich auf der „Ebene des mechanischen Wechselwirkens mit dem Umfeld“ auch die andere Seite der *Jin-Energie* entdeckt, d. h. wenn sich die Achtsamkeit (*Shen*) auch dem „beweglichen *Jin*“ zuwendet, wird die „Ebene des mechanisch-selbsttätigen Wechselwirkens mit dem Umfeld“ erobert.

Hier wird aus der „Mitte der körperlichen Ordnung“ heraus die „Beweglichkeit in der Ordnung“ frei gelegt und dafür genutzt, die „Gestalt des Körpers“ (durch „achtsames Teilen des Körpers“ in Teil-Körper und „gegensätzliches Bewegen dieser Teil-Körper“ in den Gelenken) „selbsttätig“ zu „wandeln“.

Hier werden durch die „Arbeit der Achtsamkeit“ (des *Shen*) die Strukturen, insbesondere die Sehnen, Muskel-Fascien, usw. beweglich gemacht. Durch dieses Gestalt-Ändern wird es erst möglich, äußeren Einwirkungen aus dem Wege zu „gehen“ oder sich entfernenden äußeren Wirkungen zu „folgen“ und an ihnen (um der Wahrnehmung willen) zu „kleben“, um letztlich auch „zweckmäßig“ auf äußere Widerstände überwindend einwirken zu können.

Dieses achtsame Hinwenden zum „beweglichen *Jin*“ als einer Tat-Sache (*Jing*) entdeckt im „Gestalt-Wandel“ aber auch, wie das *Li-Zentrum* (die Körper-Mitte) sich gegen das *Jin-Zentrum* (den Körper-Schwerpunkt) bewegt und so eine „Spannung“ zwischen diesen beiden Zentren aufbaut.

Letztlich lässt sich beim starken Krümmen auch erleben, wie der Körper-Schwerpunkt dann außerhalb des Körpers liegt, wie also das *Li-Zentrum* (die Körper-Mitte) sich vom Körper-Schwerpunkt entfernt. Dies wird be-

sonders deutlich, wenn man größere Lasten bewegt bzw. sich äußere *Jin-Energien* auch Tat-sächlich (*Jing*) „einverleibt“.

Dies ist zum Beispiel der Fall, wenn zwei Gegner zusammen ein „neues *Jin-Ganzes*“ bilden, in welchem sich dann das gemeinsame *Jin-Zentrum* außerhalb von beiden, d.h. zwischen ihnen im Raum außerhalb von ihnen, ortet. Im Paar-Tanzen ist dies mehr oder weniger die Regel.

VII.

Wer hier nicht den Unterschied zwischen *Li* und *Jin*, bzw. zwischen Körper-Mitte als *Li-Zentrum* und dem Körper-Schwerpunkt als *Jin-Zentrum* als Tat-Sache (*Jing*) erfährt, der tut sich schwer, in einem „mechanisch-gemeinsamen Ganzen“ aus seiner „Spannung“ zwischen „eigener Körper-Mitte“ und „gemeinsamen Körper-Schwerpunkt“ heraus „zweckmäßig“ zu agieren.

In diesem Agieren entdeckt sich aber auch, wie die Spannung pulsierend zwischen den beiden Zentren sich jeweils anders akzentuieren kann.

„Es“ entdecken sich Phasen des Bewegens, in denen die Achtsamkeit (*Shen*) sich voll im gemeinsamen Körper-Schwerpunkt, dann wieder Phasen, wo sie sich in der eigenen Körper-Mitte focussiert.

„Es“ entdeckt sich auf diese Weise ein neues Bewegen, eine neue Energie, nämlich die bewegliche Achtsamkeit, die *Shen-Energie*.

- war die *Li-Energie* mit ihrem Zentrum im Körper beharrlich verortet,
- so hat sich der Körper-Schwerpunkt (als *Zentrum des Jin*) in Bezug auf die Körper-Mitte (*Zentrum des Li*) als beweglich entdeckt. Er kann nämlich in einem engen Wirk-Raum auch außerhalb des Körpers liegen;
- die Achtsamkeit (*Shen-Energie*) entdeckt sich nun als eine dem Körper eigene Energie-Form, die noch beweglicher ist. Sie kann sich von der Körper-Mitte (*Zentrum des Li*) noch mehr entfer-

nen und ihr Zentrum weit außerhalb von ihr focussieren und damit den körperlichen Wirk-Raum erheblich erweitern.

Die Achtsamkeit (*Shen*) kann ihr Zentrum frei im Raum bewegen. Sie kann zwischen Körper-Schwerpunkt (*Zentrum des Jin*) und Körper-Mitte (*Zentrum des Li*) hin und her pulsieren.

Sie kann ihr Zentrum aber auch auf ein „Wohin der eigenen Aktion“ auch außerhalb eines gemeinsamen Körper-Schwerpunktes und auch in die „zeitliche“ Zukunft wandern lassen, dies allerdings nur in Partnerschaft mit einer weiteren körperlichen Beweglichkeit, der Beweglichkeit des Vorstellens, der *Yi-Energie*.

VIII.

Die *Yi-Energie* hat selbst keine besondere „räumliche“ Beweglichkeit. Sie bedarf des *Shen*, um räumlich mit Tatsachen verbunden zu werden.

Die Spezialität der *Yi-Energie* ist dagegen ihre „zeitliche Beweglichkeit“. Sie kann das „Hier und Jetzt“ zeitlich überdauern und als Vergangenheit im Gedächtnis ihre Beweglichkeit austoben.

Um aber zu den Tatsachen des „Hier und Jetzt“ zu gelangen, braucht sie ebenfalls die verbindende *Shen-Energie*, d.h. sie braucht Achtsamkeit, die das Gedächtnis mit dem aktuellen Wahrnehmen „verbindet“. Oft reicht diese aber nicht aus.

Zum Beispiel ist es im Skilaufen gar nicht so einfach, die Vorstellung zu bilden, einen steilen Hang hinunter zu fahren.

Dies ist zumindest für einen Anfänger nicht einfach. Dieser schafft es oft nicht, seine Achtsamkeit aus dem Körper, d.h. aus seiner Vorstellung im Kopf, über den Körper in den Raum hinaus zu bewegen. Es bleibt bei ihm daher oft nur beim Pulsieren zwischen Körper-Schwerpunkt (gemeinsamen Körper-Schwerpunkt mit dem Gerät) und seiner Körper-Mitte.

Mit seiner Achtsamkeit (*Shen*) voll aus seinem Kopf, wo das Vorstellen (*Yi*) stattfindet, also aus dem *Zentrum des Yi* hinauszuwandern, das ist dem Anfänger oft aus „Angst“ nicht möglich.

Der Weg zu den Tat-Sachen (*Jing*) ist ihm gerade wegen der „zeitlichen Beweglichkeit“ der *Yi-Energien* erschwert. In ihrer „zeitlichen Beweglichkeit“ kann sich nämlich das Zentrum der *Yi-Energien* in die im Kopf widergespiegelte und im Gedächtnis aufbewahrte Vergangenheit verlagern. Die „zeitliche Beweglichkeit“ des *Yi* macht es dadurch möglich, aus der Erfahrung heraus „im Kopf“ eine furchterregende Zukunft zu „konstruieren“.

Der Anfänger braucht daher Mut. Aber auch dieser sitzt fest im Körper (im Zentrum der *Xin-Energie*, Herz). Es ist nicht leicht, ihn in die Achtsamkeit (*Shen*) einfließen zu lassen. Die Achtsamkeit (*Shen*) bleibt nämlich oft auch hier am Zentrum der Mut-Energien, am Zentrum der *Xin-Energien*, kleben.

„Es“ entdeckt sich hier aber auch die „Angst“ als der Energie-Partner des „Mutes“, also als die andere *Xin-Energie*.

Die Angst führt daher oft nur zu einem Flattern der Achtsamkeit (des *Shen*) zwischen diesen beiden Zentren, zwischen Kopf (*Yi*) und Herz (*Xin*).

Statt *Xin* und *Yi* in die Achtsamkeit (*Shen*) einfließen zu lassen, damit diese mit ihnen zum „Wohin“ hinauswandert, bleibt sie angebunden an das flatternde Pulsieren zwischen *Yi-Zentrum* und *Xin-Zentrum*.

Es bedarf daher eines „Lösens der Achtsamkeit“ (des *Shen*) von diesem „Anhaften“.

Dieses Befreien und Beweglich-Machen der Achtsamkeit (*Shen*) ist aber nur möglich, wenn man ihr Angebundensein an *Yi* und *Xin* und ihr Mitlaufen mit dem Ping-Pong-Spiel zwischen *Yi* und *Xin* beendet.

Dies ist nur möglich, wenn man das „Bewegen der Achtsamkeit“ (der *Shen-Energie*) selbst beachtet. Ich lande also bei der Aufga-

be, das eigene „fremdbestimmt bewegte Beachten“ (d. h. meine „Aufmerksamkeit“) „selbstständig“, d.h. im „Selbst“, d.h. „aus der *Leere* (*wuji*) heraus stehend“ zu beachten.

Es stellt sich nun die schwierige Aufgabe, das Wirken der *Shen-Energie* selbst mit der *Shen-Energie* zu beachten.

Ich muss also eine Meta-Ebene der Achtsamkeit (des *Shen*), die spiegelartige „Leere“ (*Xu*, *Wuji*), erlangen.

Irgendwann hat „es“ mich dann im „Loslassen“ geschafft, meine Achtsamkeit (*Shen*) auch angstfrei auf das „Wohin“ legen zu können.

Wenn also jemand meint, dass das „Beachten der Achtsamkeit“ und das „Erlangen der *Leere*“ losgelöst vom praktischen Bemühen, zum Beispiel Tat-sächlich (*Jing*) den Hang hinunter zu fahren, gleichsam in einer hockenden Meditation zu erlangen wäre, der täuscht sich (hinsichtlich der zweckmäßigen Brauchbarkeit dieser *Leere* für das konkrete Handeln) genau so, wie jener, der meint, dass solche losgelösten Phasen des mentalen Trainings „nichts bringen“ würden.

IX.

Man könnte sich ja vorerst den Tat-Sachen (*Jing*) zuwenden. Zum Beispiel:

- Ich stehe mit beiden Beinen auf dem Boden (zum Beispiel beim Skilaufen, aber ganz ähnlich auch beim Stehen im Taijiquan). Nun möchte ich mein Gewicht auf ein Bein zu übertragen.
- Ich drehe zu diesem Zweck (von der Körper-Mitte her) den Oberschenkel von einem Bein im Hüftgelenk nach außen. Meine Achtsamkeit (*Shen*, *Qi*) lass ich vorerst dorthin „sinken“, „wo“ ich mit dem Fuß auf den Boden drücke, d.h. wo ich am Boden „reibe“.
- Da der Boden einen festen Widerstand bietet, kann der Fuß sich nicht seitlich nach außen schieben. Ich reibe also mit der Fußsohle am Boden („wo“) und bin mit der Achtsamkeit (*Shen*) ganz dort („wo“).

- Dann verfolge ich mit meinem *Shen* das „Wirken der Reaktions-Energien“ (des *Jin der Erde*). Durch mein Reiben hole ich nämlich aus dem Boden („wo“) das *Jin der Erde* (die Reaktions-Energie).
- Dieses fremde *Jin* leite ich nun kraftschlüssig in meinen Körper-Schwerpunkt, d.h. in mein *Jin-Zentrum* („wohin“).
- Ich erlebe dann, wie meine Körper-Mitte (mein *Li-Zentrum*) und, wenn ich mich nicht gegen-krümme, dann auch mein Körper-Schwerpunkt, sich von der Standfläche (über dem reibenden Bein) zur Seite bewegt.
- Dadurch wird mein Gewicht verlagert. Meine Lage, d.h. mein Zustand wird „labil“. Er beginnt sich zu „wandeln“.
- Meine Achtsamkeit (*Shen*) wandert nun in das andere Bein („wohin“).
- Nun lasse ich dort (im anderen Bein) von meinem *eigenen Jin* los. Dieses wirkt nämlich (meinen „stabilen Zustand“ haltend) gegen die „Gravitations-Energie der Erde“. Jenes *eigene Jin* streckt sich gegen die Erde.
- Ich übernehme dann in diesem „Loslassen vom eigenen Jin“ das verlagerte Gewicht. Meine Achtsamkeit (*Shen*) „sinkt“ nun zur Fußsohle des anderen Beines.
- Mein *Shen* verfolgt nun das Nachgeben dieses Beines. Mein neues Stand-Bein wird nun durch das *Jin der Erde* gebeugt.
- In der Zwischenzeit „strecke“ ich mit ganz wenig *eigenem Jin* mein „entlastetes“ anderes Bein.
- Nun will ich das Gewicht wieder zurück auf das andere Bein verlagern. Ich reibe daher mit meinem neuen Stand-Bein (mit dem gebeugten Bein) erneut seitlich gegen den Boden nach außen.
- Nun kann das zwischenzeitlich gestreckte und entlastete andere Bein meinen Körper-Schwerpunkt erneut durch „Nachgeben“ übernehmen, weil es eben im entlasteten Zustand zwischenzeitlich von mir „achtsam“ gestreckt wurde.
- Das *Jin der Erde* beugt es nun beim Verlagern des Gewichtes. Auf diese Weise wandert mein Körper-Schwerpunkt „fast horizontal“ von einer Seite zu anderen. Ich reibe dabei immer nur mit ganz wenig *eigenem Jin* (mit jeweils einer Fußsohle) am Boden und lass dann die *Jin-Energie der Erde* wirken.

- Die Erde arbeitet dann mit ihrer *Jin-Energie* für mich. Mein *eigenes Jin* steuert nur und wirkt wie das „Zünglein an der Waage“.

Mein *Shen* (Achtsamkeit) verbindet sich „während meines Bewegens“ mit meinem Vorstellen (*Yi*). Aus dieser „Verbindung von *Shen* und *Yi*“ entsteht mein „zweckmäßiges“ Bewegen. So wird das Zusammenwirken von *eigenem Jin* und dem *Jin der Erde* ausbalanciert.

X.

Für mich ist das *Yi* im Kopf. Für mich ist das Vorstellen im Kopf. Es ist ja ein Kind des Gehirns. „Was“ ich aber vorstelle, das kann im ganzen Körper lokalisiert sein, aber auch außerhalb von ihm.

Nur dann, wenn das *Shen* das „Dasein der Tat-Sachen“ in den Kopf bringt (und dort dann im Vorstellen auch ein Sosein von ihnen entsteht), erst dann entsteht im Kopf ein Bild. Dann erst entsteht im *Yi* eine Vorstellung.

Wird das *Shen* dagegen verloren, dann bleibt das *Yi* im Kopf „gefangen“, und ich bin von meinem Körper (*Jing*) „entfremdet“.

Ich bin dann von meiner unmittelbaren Praxis (*Jing*) „entfremdet“. Das *Shen* muss daher die Vorstellung (das *Yi*) wieder mit dem Körper, wieder mit dem „Dasein der Tat-Sachen“ verbinden.

Das *Yi* ist im Kopf und kann ohne *Shen* aus diesem nicht hinaus. Das *Shen* ist dagegen nirgendwo fest. Es kann überall zentriert werden. Es kann auch außerhalb des Körpers zentriert werden, „wohin“ eben das *Yi* gehen soll. Aber auch dort hin, „woher“ ein „Sosein der Tat-Sachen“ zum *Yi* kommen soll.

- Das „Obere Dantian“ ist für mich daher das „Dantian des *Yi*“;
- das Herz ist das „Dantian des *Xin*“;
- die Körper-Mitte ist das „Dantian des *Li*“.

Alle diese Dantians müssen im Körper an ihrer Stelle bleiben.

- Das „Dantian des *Jin*“, der Körper-Schwerpunkt, der kann dagegen auch im „engen Wirk-Raum“ den Körper verlassen. Beim Krümmen liegt er außerhalb des Körpers;
- noch beweglicher ist aber das „Dantian des *Shen*“. Es ist unbegrenzt beweglich. Es kann überall sein. Begrenzt ist nur die Fähigkeit des Menschen, es überall hinzulassen. So ist der „erweiterte Wirk-Raum“ des Menschen, der durch die jeweilige Beweglichkeit des *Shen* „aufgespannt“ wird, sehr unterschiedlich. Durch Üben kann er raum/zeitlich geöffnet und erweitert werden.

Das *Shen* ist die beweglichste Energie. Das *Shen* „identifiziert“ als Achtsamkeit das Dasein. So geht das Dasein immer dem Sosein voran. Ein Ding (*Jing*) muss „da sein“, damit ich überhaupt erkennen kann, „wie“ und „was“ sein Sosein ist:

- das Dasein ist sofort „klar“ und bleibt „klar“.
- das Sosein ist dagegen anfangs weniger „deutlich“ und wird erst in der Geistesklarheit immer „deutlicher“.

Es fängt also alles mit *Shen* an. *Shen* (Achtsamkeit, Dasein) ist der Ursprung jedes Erkennens. Das „Sosein“ als *Yi* folgt.

So verstand es auch KARL MARX. In chinesischer Terminologie ausgedrückt:

Nicht das *Yi* (das Bewusstsein, die Vorstellung) bestimmt die Praxis, sondern das „Dasein der Praxis“ (das Dasein des *Jing*) bestimmt das *Yi*. Die Praxis (*Jing*) wird nur über das *Shen*, nur über das „achtsame Beteiligten“ an ihr, (vgl. VIKTOR VON WEIZSÄCKER und MAO TSETUNG) d.h. durch ein „Bewegen mit *Shen*“ erreicht. Das *Shen* lässt im Dialog „begegnen“. Es schafft in der „Kommunikation“ als „da-seiende Kommunion“ die Grundlage der „dialogischen Vermittlung“ des So-Seins durch das Wort.

Wird diese unmittelbare Verbindung mit der Praxis (*Jing*) über das *Shen* (über das „Dasein“) verloren, dann entsteht ein „Entfremdung von der Praxis“ und ein entsprechendes „falsches Bewusstsein“, ein „falsches *Yi*“.

Dann lebt der Mensch nur mehr „monologisch“ aus diesem *Yi* (aus der Vorstellung, aus dem „vorgestellten Sosein“, aus der Ideologie, die ihrer „zeitlichen Beweglichkeit“ entsprechend zu toben beginnt) heraus und hat sein „Dasein“, sein *Shen*, und mit ihm sein *Jing* verloren, bzw. das *Shen* wurde im „Monolog“ versklavt.

Der Mensch selbst ist dann nicht mehr „selbst achtsam“, sondern er wird (mittels der Sprache) durch das *Yi* nur mehr manipuliert. Er ist dann nicht mehr „achtsam“, sondern nur mehr „aufmerksam“. Auf diese Weise wird eine Religion ohne eigenes *Shen* des Menschen zum Opium des Volkes.

Der Mensch „hat“ dann eigentlich keine Vorstellungen als Werkzeuge seines Handelns mehr, sondern seine Vorstellungen „haben ihn“ und versklaven sein Handeln.

Anmerkungen zur deutschen Übersetzung des Textes von WANG ZONGYUE über *Taijiquan*⁵⁰

I.

Wenn man in den deutschen Übersetzungen chinesischer Texte zum *Taijiquan* nicht zwischen „Kraft“ und „Energie“ unterscheidet, wird man kaum zu Übersetzungen gelangen, die zu Tat-Sachen hinführen. Ähnliches gilt für die Übersetzung der Wörter „Yin“ und „Yang“, wenn sie so gebraucht werden, als würde sie mehr bedeuten als „so und anders“.

Ich tausche daher in den deutschen Übersetzungen dort, wo irreführend mit dem deutschen Wort „Kraft“ übersetzt wird, dieses Wort durch das Wort „Energie“ aus.

Dadurch bleibt das Wort „Kraft“ der Übersetzung des Wortes „Qi“ vorbehalten.

Die Kraft ist in diesem Sinne die All-Potenz, die alle Energien, worunter ich Akte, d.h. eben ganz fundamental Bewegungen verstehe, erfüllt.

Insofern erscheint die Kraft, erscheint das *Qi*, nur im Bewegen, nur in einer Energie.

Jede Energie hat dem traditionellen chinesischen Modell entsprechend aber ihre Gegen-Energie, d.h. jede Energie tritt nur als ein Energie-Paar bzw. als ein Bewegungs-Paar auf.

Wenn ich also von dem einen Teil eines Energie-Paares spreche, dann weise ich mit seiner Benennung als „Yin“ oder als „Yang“ darauf hin, dass es auch einen gegengerichteten Partner dieser Energie, dieses Bewegens, gibt.

Mehr nicht!

⁵⁰VGL. RAINER LANDMANN: „*Taijiquan – Konzepte und Prinzipien einer Bewegungskunst. Analyse anhand der frühen Schriften*“. Hamburg 2002. Band 2 der Schriftenreihe des Instituts für bewegungswissenschaftliche Anthropologie“ WWW.BEWEGEN.ORG ISBN 3-936212-02-3, die dort übersetzte und zitierte: "Abhandlung des *Taijiquan*" von WANG ZONGYUE aus der QING-DYNASTIE.

Die Wörter „*Yin*“ und „*Yang*“ dienen also nur dem Bestimmen des Wechselwirkens eines Energie-Paares, was dazu dient, dieses Energie-Paar überhaupt erst zu verstehen und dadurch Geistesklarheit zu erlangen.

Wobei aber zu beachten ist, dass ein Bewegen sowohl in sich selbst widersprüchlich ist, als auch außen in mehrerer Hinsicht auf ein widersprechendes partnerschaftliches Bewegen trifft. Gerade deswegen ist es nicht gerade einfach, dieses Wechselwirkungs-Geflecht auf allen Ebenen mit Geistesklarheit zu durchschauen und nutzen zu lernen. Dazu gehört eben ein beharrliches Üben.

So schrieb WANG ZONGYUE:

„Durch sorgfältiges Studieren erlangt man allmählich das Verstehen der Jin-Energie. Aus dem Verstehen der Jin-Energie folgt allstufige Geistesklarheit.“

II.

Die alles erfüllende Kraft, das *Qi*, wird im traditionellen chinesischen Weltbild im *Wuji*, d.h. in der *Leere*, beheimatet gedacht. Aus diesem Kraft-Pool quillt die Energie hervor, die von Kraft (*Qi*) erfüllt ist.

Dieses Hervorquellen, dieses „ur-sprüngliche“ Bewegen, wird als ein fundamentales Energie-Paar gedacht, das einander gegen wirkt.

Auf diese Weise ist die Welt ein Gewirk von widersprechenden Energien, bzw. von widersprechenden Energie-Paaren.

Die Einheit jenes fundamentalen widersprüchlichen Energie-Paares (*Yin* und *Yang*) wird mit dem Wort „*Taiji*“ bezeichnet, das an einen *Dachfirst* erinnern soll, der zwei gegensätzliche Dachflächen vereint, ohne selbst eine weitere Fläche zu sein.

Aus dem *Einen*, aus dem *Wuji*, ist auf diese Weise eine *Dreiheit* geworden:

- das vereinende *Taiji*
- und die beiden streitenden Gegensätze *Yin* und *Yang*.

Beruhigt man diese Gegensätze durch Ausgleich, dann erscheint *Taiji* als ihre Einheit. Bewegt man diese Einheit, dann trennen sich *Yin* und *Yang*.

WANG ZONGYUE:

„Das Taiji ist, was Wuji hat geboren. Es ist von Yin und Yang die Mutter. Bewegt man diese, dann ist Trennung. Beruhigt man sie, dann ist Vereinigung.“

Auf das körperliche Bewegen im Kampf bezogen wird das öffnende Strecken, das den Gegner bedroht, zum Beispiel als *Yang*, das sich zentrierende Beugen als *Yin* bezeichnet. Man könnte dies auch anders herum benennen, denn beim Ziehen verhält es sich hinsichtlich der Bedrohung genau umgekehrt als beim Schieben. Wenn man andererseits das harte angreifende Bewegen als *Yang*, das weiche ausweichende Bewegen dagegen als *Yin* bezeichnet, dann ist in dieser Sicht das Angreifen immer *Yang*, egal ob es ein Ziehen oder Schieben ist. Es kommt daher immer darauf an, was man gerade als „*so und anders*“ auseinanderhalten will und deswegen mit „*Yin und Yang*“ bezeichnet.

In jedem Falle geht es beim Kampf vorerst darum, „gewandt“ im Geschehen zu bleiben, bis der günstige Augenblick gekommen ist, um im Ereignis „geschickt“ zu handeln.

In der Phase der Gewandtheit geht es nun

- einerseits darum, dem Einwirken des Gegners so wenig Widerstand zu leisten, dass seine *Jin-Energie* meinen Körperschwerpunkt nicht kraftschlüssig erreichen kann,
- andererseits aber darum, mit meiner *Jin-Energie* auch mit der *Jin-Energie* des Gegners in Kontakt zu bleiben, denn unser leibliches Bewegen ist für uns nicht nur ein „Wirk-Werkzeug“ sondern auch ein „Wahrnehmungs-Werkzeug“.

Verlieren wir mit unserer *Jin-Energie* den Kontakt zum Wirken der *Jin-Energie* des Gegners, dann erfahren wir auch nichts über sein Wirken und wir bewegen uns dann wie im Nebel.

Der Rückzug auf die Ebene des muskulären Geschehens führt dann nur zu Verspannung und zum Ausspielen roher Muskel-Energie, was aber nicht zum Erfolg führt.

WANG ZONGYUE:

„Die Lehren dieser Kunst sind zahlreich. Obwohl die Gesten sich unterscheiden, so gibt es ausnahmslos nicht anderes, als dass der Kräftige den Schwachen schikaniert und der Langsame dem Schnellen unterliegt. Der Li-Energie hat schlägt den ohne Li-Energie. Ist die Hand langsam, so unterliegt sie der schnellen Hand. Dies alles sind angeborene und natürliche Fähigkeiten. Sie beruhen nicht auf dem Studieren der Li-Energie, und das ist es! Prüft man den Satz: Vier Unzen bewegen tausend Pfund, so ist es offensichtlich, dass nicht die Li-Energie es ist, die siegt. Betrachtet man die Erscheinung: Ein alter Mann widersetzt sich der Menge. Die Schnelligkeit, wie könnt' sie das erreichen.“

Deshalb entsteht eben aus dem Verstehen der *Jin-Energie* die „allstufige Geistesklarheit“, die dann ein anderes Kämpfen ermöglicht, als ein Herumtasten im Nebel beim Verlust des Kontaktes mit der *Jin-Energie* des Gegners.

- Wirke ich bei diesem Kontakt-Halten zu stark auf den Gegner ein, d.h. habe ich ein Übermaß an *Jin*, dann mindert sich meine Gewandtheit und der Gegner kann auf mich einwirken und mein Gleichgewicht stören.
- Verliere ich andererseits durch einen Mangel an eigener *Jin-Energie* den Kontakt zum Gegner, dann wird meine Geistesklarheit beeinträchtigt.

WANG ZONGYUE:

*„Obwohl die Variationen so mannigfaltig sind, ist das Prinzip doch ein durchdringendes. Durch sorgfältiges Studieren erlangt man allmählich das Verstehen der *Jin-Energie*. Aus dem Verstehen der *Jin-Energie* folgt allstufige Geistesklarheit. Doch ohne, dass man für eine lange Zeit Kraft anwendet, vermag man es nicht plötzlich zu durchdringen.“*

Wenn der Gegner auf mich eindringt, dann muss ich „gehen“ und „angemessen“ zurückweichen, um trotzdem am Gegner „kleben“ zu bleiben. Wenn der Gegner dagegen ausweicht, dann muss ich ihm folgen, damit ich „kleben“ bleiben kann.

Wenn ich dem Beugen des Gegners „klebend“ folge, dann erreiche ich dies mit eigenem Strecken, weiche ich dagegen „gehend“ seinem Strecken aus, dann erfolgt dies durch eigenes Beugen.

So ist im „Kleben“ jeweils beides gegeben, mein Bewegen ist „so“, das des Gegners entsprechend „anders“, was man mit *Yin* und *Yang* ausdrückt.

Wechselt der Gegner sein Bewegen „von so in anders“, dann schlägt auch mein Bewegen entsprechend gegenteilig „von anders in so“ um.

WANG ZONGYUE:

"Es gibt weder Übermaß noch Mangel. Folgt man der Beugung, dann erreicht man Streckung. Der andere ist hart, und ich bin weich: das nennt man Gehen. Ich folge nach (wenn) der andere zurückweicht: das nennt man Kleben. Ist die Bewegung eilig, dann reagiere (ich) eilig. Ist die Bewegung langsam, dann folge (ich) langsam."

"Will man diesen Mangel vermeiden, so muss man Yin und Yang verstehen. Kleben, und dann Gehen. Gehen und dann Kleben. Yang trennt sich nicht von Yin. Yin trennt sich nicht von Yang. Yin und Yang gehen ineinander über. Dies macht das Verstehen der Jin-Energie aus. Nach dem Verstehen der Jin-Energie wird diese dann mit zunehmender Übung immer feiner. Stillschweigend weiß man die Berührung zu schätzen. Und allmählich erreicht man das, was man sich von Herzen gewünscht hat."

III.

In den chinesischen Texten wird deutlich, dass das Wort „*Jin*“ für ganz unterschiedliche Energie-Formen gebraucht wird, was Verwirrung stiftet.

Einerseits wird die *Li-Energie*, welche die in den Muskeln fließende Energie bezeichnet, von der *Jin-Energie* unterschieden, die im mechanischen Wechselwirken mit dem Gegner und der Umwelt relevant wird.

Andererseits wird aber verwirrend mit dem Wort „*Jin-Energie*“ jede Energie bezeichnet, die vor das Auge der Geistesklarheit gebracht wurde.

Vor dieses Auge kann aber sowohl die *Li-Energie* als auch die *Jin-Energie* gebracht werden. Es verwirrt daher die Tatsachen, wenn man jede Energie, nur weil sie vor das Auge der Geistesklarheit gebracht wurde, als *Jin-Energie* bezeichnet.

Es gibt neben dem *Li* und dem *Jin* noch andere Energie-Flüsse, zum Beispiel die des *Xin* und die des *Yi*.

- Mit „*Xin*“ wird der emotionale Energie-Fluss bezeichnet, der mit dem Wertsein der Handlung verknüpft ist und als Entschluss-Energie, bzw. als Mut und als Wille betrachtet wird.
- Das Zentrum dieser *Xin-Energien* wird im Herzen angenommen, während das Zentrum der Energien des Vorstellens und Denkens, die wesentlich mit der Geistesklarheit zusammen gesehen werden, mit „*Yi*“ bezeichnet werden, dessen Zentrum im Kopf lokalisiert wird.

So gibt es diesem Gedanken-Modell entsprechend für die Kraft *Qi* auch jeweils einen bestimmten Sammlungs-Punkt, das sogenannte *Dantian*.

- für das *Li* (für die rohe Muskel-Energie) liegt es im Unterbauch;
- für das *Xin* (für dem Mut, für die Entschluss-Energie) in der Brust;
- für das *Yi* (für das Vorstellen und Denken) im Kopf;
- für das *Jin* (für das ganzkörperliche mechanische Wirken) würde das *Dantian* aber der Körper-Schwerpunkt sein, der beim Krümmen auch aus dem Körper hinauswandern kann. Dies ist im traditionellen chinesischen Weltbild aber noch nicht zur Sprache gebracht, was offensichtlich mit dem ungenauen Gebrauch der Wörter zusammenhängt, was die Tatsachen vernebelt und die Geistesklarheit behindert.

Das Bewegen im *Taijiquan* folgt auch der Absicht, den *Körper-Schwerpunkt* möglichst im Körper zu halten und mit der *Körper-Mitte* (dem Zentrum des *Li*) zusammenfallen zu lassen, wofür eine Reihe von Haltungsvorschriften sorgen, die sich nicht immer von einer Zweckmäßigkeit des Bewegens herleiten lassen.

Es gibt aber eine Fülle zweckmäßiger Vorschriften, zum Beispiel, wenn das „*So und Anders*“ auf den Stand bezogen und dabei entdeckt wird, dass es zweckmäßig ist, nicht beide Beine gleich zu belasten, sondern, um der „gewandten“ Bewegungs-Bereitschaft willen, eines der beiden Beine im Wechsel immer weniger zu belasten, bzw. „leer“ zu machen, wodurch wieder das pulsierende Zusammenspiel von „voll“ und „leer“ entsteht, das dann mit *Yin* und *Yang* zusammengedacht wird.

WANG ZONGYUE:

„Stehen wie die ausbalancierte Waage. Beweglich gleich dem Wagenrad. Einseitig sinkend, und dann folgen. Beidseitig schwer, dann stockt man. Oft ist zu sehen, dass man trotz vieler Jahre bloßen Übens das Umwandeln nicht anzuwenden vermag. Dies führt dazu, dass man vom anderen bezwungen wird. Den Mangel der beidseitigen Gewichtung hat man nicht verstanden.“

„Leer und wendig, die Jin-Energie des Scheitelpunkts. Das Qi sinkt in das Dantian. Nicht neigen und nicht lehnen. Plötzlich verbogen, plötzlich offensichtlich. Links ist schwer, dann Links ist leer. Rechts ist schwer, dann Rechts hinterlässt keine Spur. Schaut der andere zu mir hinauf, dann mache ich mich umso größer. Neigt der andere den Kopf, dann geh ich umso tiefer. Geht er vor, dann verlängere ich (die Entfernung zum anderen) umso mehr. Geht er zurück, dann nähere ich mich umso mehr. Eine Feder kann nicht hinzugefügt werden. Eine Fliege kann nicht sinken. Der andere kennt mich nicht. Ich allein kenne den anderen. Wohin sich der Held auch wendet, es gibt keinen Gegner. Dies alles erreicht man aufgrund dessen.“

IV.

WANG ZONGYUE:

„Die Wurzel ist, sich aufzugeben und dem anderen zu folgen. Viele verzichten fälschlicherweise auf das Naheliegende und streben nach dem Fernen. Dies nennt man: Weicht man um Haaresbreite ab, so führt das tausend Meilen in die Irre. Die Studierenden müssen das sehr genau trennen. Dies ist die Abhandlung.“

Über Taijiquan und Skilaufen

I.

Wenn man die „Bewegungen“ des *Taijiquan* mit jenen des Skilaufens vergleicht, die dort ausgeführt werden und von außen beobachtet werden können, dann wird schwer verständlich sein, was beides miteinander zu tun haben soll.

Vergleicht man dagegen das „Bewegen“, mit dem diese und jene „Bewegungen“ realisiert werden, dann wird deutlich, dass ihrer äußeren Form nach ganz verschiedene „Bewegungen“ mit einer ähnlichen inneren Einstellung (*Yi*) und Achtsamkeit (*Shen*), die das „Bewegen“ begleitet und leitet, realisiert werden können.

Für das Verständnis meiner Gedanken ist es daher wesentlich, sprachlich zwischen einer erscheinenden „Bewegung“ und dem achtsamen „Bewegen“ zu unterscheiden.

Man könnte nun darüber streiten, was eigentlich das *Taijiquan* ausmacht und was es zum Beispiel von langsam ausgeführten gymnastischen oder tänzerischen Bewegungen unterscheidet.

Sind es die spezifischen Formen des *Taijiquan*, die man auswendig lernen (*Yi*), sich merken und dann langsam und fließend realisieren soll, oder ist es das geistig präsente innere Bewegen der Achtsamkeit (*Shen*) beim Ausführen dieser Bewegungen, egal ob diese langsam oder schnell, ob sie fließend oder sprungartig sind?

Diese Frage lässt sich erst beantworten, wenn man in einer Inneren Empirie die eigenen Bewegungen (*Jing*) auch von innen her beachten (*Shen*) und sehen (*Yi*) kann.

In der achtsamen Präsenz (*Shen*) des „Bewegens“ wird nämlich der Sinn der „Bewegungen“ (*Yi*) und deren Zusammenhang sowohl mit dem eigenen Körper (*Jing*) als auch mit den äußeren Anforderungen (*Jing*) erkannt. Von diesem tatsächlichen Zusammenhang wird die Form der Bewegung wesentlich geprägt.

Dies gilt für die Zweckbewegungen.

Bei Ausdrucksbewegungen, die häufig den Tanz bestimmen, gilt es dagegen „auch“ den Zusammenhang mit dem Fühlen (*Xin*), das heißt mit dem Wertsein des Erlebens zu beachten.

Dieser Zusammenhang ist natürlich auch bei Zweckbewegungen gegeben. Erst ist aber bloß eingefaltet und bildet den nicht unwesentlichen Hintergrund. Im Vordergrund steht dagegen die Frage der „Zweckmäßigkeit“, die dazu drängt, das Bewegen so zu gestalten, dass es auch „aufgabengerecht“, „körpergerecht“, „werkzeuggerecht“, wie beim Skilaufen, sowie auch „kooperations- und teamgerecht“, wie zum Beispiel beim Fußballspiel, ist.

Diese Zusammenhänge werden durch die innere Präsenz (*Shen*) des Bewegens aufgenommen, die auch die Fäden zur tatsächlichen Umwelt (*Jing*) spannt und dadurch erst die Bewegung mit ihrem tatsächlichen Wesen (*Yi*) erfüllt.

Das Wesen der Bewegung ist nämlich nicht schon mit ihrer äußeren Erscheinung (*Yi*) gegeben, sondern es wird erst aus den Tatsachen (*Jing*) heraus durch die innere Präsenz des „Bewegens“ (*Shen*) an die äußere Erscheinung der „Bewegung“ (*Yi*) vermittelt. Ohne diese innere Präsenz (*Shen*) des achtsamen „Bewegens“ bleibt die Form der äußeren „Bewegung“ (*Yi*) hohl, obwohl sie als erscheinendes Muster ästhetisch schön sein kann. Dies gilt sowohl für Zweckbewegungen als auch für Ausdrucksbewegungen.

II.

Es geht hier nicht darum, die am gehenden und stehenden *Taijiquan* entwickelten ‚Prinzipien‘ des Bewegens auf das Skilaufen zu übertragen. Dies wäre nur eine aufgesetzte Kosmetik. Es soll vielmehr versucht werden, vom Grundgedanken des chinesischen Weltbildes, soweit es sich in unserem Geiste verstehen lässt, auszugehen. Es ist nämlich zu vermuten, dass sich beim Skilaufen selbst, wo wir dem Hang, der Gravitation folgend, hinabgleitenden, entsprechende Prinzipien entdecken lassen.

III.

Liest man sich deutsche Übersetzungen alter chinesischer Texte zum *Taijiquan*⁵¹ durch, dann gelangt man nicht zu der Überzeugung, dass den Schreibern dieser Texte immer klar war, wie die Wörter ‚*Qi*‘, ‚*Li*‘ und ‚*Jin*‘ unterschiedlich zu gebrauchen sind.

Es entsteht vielmehr der Eindruck, dass man das, was man jeweils als ‚gut‘ und ‚gewollt‘ erachtete, einmal mit ‚*Qi*‘, dann wieder mit ‚*Jin*‘ bezeichnete. Dies erweckt leicht den Verdacht, dass die mit diesen Wörtern auseinander zu haltenden Tat-Sachen (*Jing*) den Autoren dieser Texte in ihrer Praxis (in ihrer eigenen inneren Empirie) manchmal gar nicht gegenwärtig waren, und sie sich dann nur, einer Mode folgend, eines üblichen Wörtergebrauches bedient haben.

Dies vielleicht in der Hoffnung, dabei geheimnisvoll über etwas zu reden, was man ohnehin nicht wissen und daher auch nicht überprüfen könne.

IV.

In den deutschen Übersetzungen jener Texte wird dann zusätzlich noch Verwirrung gestiftet, indem ganz beliebig mit den Wörtern ‚*Kraft*‘ und ‚*Energie*‘ jongliert wird. Dies erfolgt wiederum entsprechend der gewohnten deutschen Umgangssprache, die auch wesentlich den Wörtergebrauch der Physik geprägt hat.

Wenn man sich nun mit diesem ungenauen Wörtergebrauch den chinesischen Denk-Modellen, mit ihrem zentralen Begriff ‚*Qi*‘, zuwendet und dabei auch seine eigene innere Empirie nicht aus dem Auge verliert, dann

⁵¹ Vgl. RAINER LANDMANN: „*Taijiquan – Konzepte und Prinzipien einer Bewegungskunst. Analyse anhand der frühen Schriften*“. Hamburg 2002. Band 2 der Schriftenreihe des Instituts für bewegungswissenschaftliche Anthropologie“ www.bewegen.org ISBN 3-936212-02-3

wird unmittelbar deutlich, dass man im Deutschen klar zwischen dem Gebrauch des Wortes ‚*Kraft*‘ und den Gebräuchen des Wortes ‚*Energie*‘ unterscheiden muss.

Man braucht nämlich ein dem chinesisches Wort ‚*Qi*‘ entsprechendes deutsche Wort, sonst hat und bekommt alles Herumreden in der deutschen Sprache keinen Sinn. Es geht beim Übersetzen chinesischer Texte zum *Taijquan* also darum, das deutsche Wort ‚*Kraft*‘ im Sinne von KONFUZIUS⁵² vorerst einmal „*richtig zu stellen*“.

V.

Daraus ergibt sich ein Denk-Modell, das die Kraft als das Fundamentale ansieht, das die unterschiedlichen Energien erfüllt und diese zum Fließen bringt. Von der Kraft gibt es also nur ‚eine‘, die eben nur in verschiedenen Energien, in unterschiedlichen Akten, d.h. in besonderen Bewegungen erscheint.

‚*Qi*‘ ist also dann die ‚eine‘ und überall selbe ‚*Kraft*‘, die ‚*All-Potenz*‘, das ‚*Sein-Können*‘. Dieses erfüllt dann das jeweilige ‚*Wirken*‘, die jeweiligen ‚*Akte*‘, das ‚*Seiende*‘, die verschiedenen ‚*Energien*‘.

Hinsichtlich der *Energien* (hinsichtlich der *Bewegungen*) gilt es dann, entsprechend dem chinesisches Modell, die Komplementarität von jeweils zwei gegensätzlichen aber zusammengehörenden Formen der jeweiligen *Energie* auszugehen. Dies entsprechend dem Gedanken von *Yin* und *Yang*. Als nächstes gilt es dann zu sehen, dass sich Energien wandeln und sich höher organisieren, d.h. dass sie höhere Bewegungs-Formen bilden können. So ist die Sonnen-Energie fundamentaler als die chemischen Energie-

⁵² vgl. KUNGFUTSE (Übers. RICHARD WILHELM): „*Gespräche*“ (*Lun Yü*). Buch 13/3. Jena 1921. siehe auch: HORST TIWALD: „*Bewegtes Philosophieren – Bewegungen–Sprache–Erkenntnis*“, dort das Kapitel „*Das Richtigstellen der Begriffe bei Konfuzius*“. Zum kostenlosen Download von meiner Homepage: www.horst-tiwald.de im Ordner: „*Buch-Manuskripte*“.

Formen. Es erscheinen somit die Energien, die Bewegungen, hierarchisch geschichtet.

Dies bedeutet aber nicht, dass deswegen die eine Energie wertvoller sei als die andere, sondern nur, dass sie unterschiedliche Funktionen erfüllen.

Hinsichtlich des *Qi*, hinsichtlich der Kraft, die jede Energie erfüllt, sind alle Energien gleichwertig. Das *Yin* ist genau so vom *Qi* erfüllt wie das *Yang*. Und die rohe Muskel-Stärke *Li* ist ebenso vom *Qi* erfüllt wie das ganzkörperlich-mechanische *Jin*.

Das *Jin* ist nicht besser als *Li*. Das *Jin* gehört bloß zu anderen Funktionen. Es wirkt auf einer anderen Ebene.

VI.

Das *Li* ist als „rohe Muskelenergie“ jene Energie, welche die Nahtstelle der Umwandlung von chemischer Energie in mechanische Energie bildet. Hinsichtlich des körperlich-mechanischen Bewegens wirkt es insbesondere durch Verkürzen der Muskel in ihrer Längsachse. Dadurch werden die Knochen in den Gelenken bewegt. Über Hebelwirkungen wird so die mechanische Kraft *Jin* erzeugt, die sich im ganzkörperlichen Bewegen vereint und dann kraftschlüssig durch den Körper fließt.

Das *Jin* ist sozusagen jene Energie-Währung, mit der im mechanischen Wechselwirken mit der Umwelt bezahlt wird.

Über das *Qi*, über die vereinende Kraft, wird diese vom *Li* herkommende *Jin*-Energie mit den *Jin*-Energien der Umwelt (mit der Gravitations-Energie, mit den einwirkenden Energien der Gegner, mit den mechanischen Widerstände usw.) zu einer „zweckmäßigen“ Einheit (*Jing*) verbunden.

Dadurch werden in das eigene körperliche Bewegen auch die fremden *Jin*-Energien eingebracht und können dann genutzt werden. Dadurch wird eigenes *Jin* und mittelbar auch eigenes *Li* „ökonomisch“ eingespart. Man spannt also das fremde *Jin* und über dieses auch das *Li* des Gegners vor den eigenen Karren.

VII.

Die Kraft (*Qi*) erfüllt also alle Energien. Ursprünglich erscheint die Energie als Polarität, als Komplementarität von *Yin* und *Yang*. Diese Polarität bzw. Komplementarität verwandelt sich ständig in andere ebenfalls komplementäre Formen.

Aus Sonnen-Energie wird chemische Energie, aus dieser Muskel-Energie (*Li*), aus dieser kann dann die „Energie der mechanischen Knochen-Bewegungen“ (*Jin*), aus diesen können dann ganzkörperliche Handlungen werden.

Die rohe Muskel-Energie (*Li*) kann ich unmittelbar als Stärke empfinden. Wenn ich mich zum Beispiel gegen einen Widerstand stemme, dann habe ich in den Muskeln das Empfinden einer starken Anspannung und Kraft-Fülle.

Ich kann zum Beispiel auch den gebeugten Arm ganz stark anspannen ohne ihn zu bewegen. Hier arbeitet dann meine Streck-Muskulatur gleichzeitig mit der antagonistisch gegenwirkenden Beuge-Muskulatur. *Yin* neutralisiert *Yang*.

Meine *Li*-Stärke als rohe Muskel-Stärke fühlt sich dann aber sehr stark an und täuscht mir eine starke mechanische Wirkung nach außen vor. Ich wirke aber nach außen überhaupt nicht, sondern „panzere“ nur meinen Körper. Meine mechanische Stärke des Arm-Streckens (*Jin*) ist dann also Null. Ich biete bloß starken Widerstand und lasse einwirkende Energien abprallen.

Das Empfinden des mechanischen Wirkens der Knochen (*Jin*) nach außen und das Empfinden des Begegnens dieser *Jin*-Energien mit den von außen auf mich einwirkenden *Jin*-Energien

(Gravitation, mechanische Energien von dinglichen Widerständen und Einwirkungen von Gegnern) ist also ein ganz anderes als mein Empfinden meiner rohen Muskel-Energie (*Li*).

Das Gefühl für *Jin*-Energien muss erst entwickelt werden. Ich kann zum Beispiel meinen Arm mit relativ geringer roher Muskel-Stärke (*Li*), die Antagonisten voll entspannt, aus der Schulter nach vorne schleudern.

Ich erreiche dann eine große *Jin*-Stärke mit relativ geringer *Li*-Stärke. Es geht daher im Bewegen nicht nur darum, ein Gefühl für die aufgewendete *Li*-Stärke zu entwickeln, sondern auch ein Gefühl für die über die Hebelverhältnisse der Knochen umgewandelten *Jin*-Stärken .

VIII.

Die mechanischen *Jin*-Energien des eigenen Bewegens erscheinen, dem *Yin* und *Yang* entsprechend, als eine Polarität, als eine antagonistische Einheit von Beugen und Strecken, von Ziehen und Schieben.

Ganz ähnlich ist auch das *Li* komplementär. Auch das *Li* hat, dem *Yin* und *Yang* entsprechend, zwei Energie-Formen.

- Das ‚Verkürzen‘ der Muskel wird über die Hebelwirkung der Knochen in das mechanisch ‚bewegende *Jin*‘ des Beugens und Streckens, des Ziehens und Schiebens, umgewandelt.
- Die Muskel ‚weiten‘ sich aber auch beim Verkürzen in ihrer Querachse. Dadurch wird aus dieser Form der *Li*-Energie die Panzerung des Körpers bewirkt. Diese Panzerung macht den Körper noch körperlicher und widerstandsfähiger. Dadurch entsteht aus dem *Li* das nach außen mechanisch ‚ruhende bzw. beharrende *Jin*‘, das dem fremden ‚bewegenden *Jin*‘ des Gegners beharrlich Widerstand leistet.

Das Erfüllen des *Li* mit *Qi* hat daher nicht nur heilende, d.h. den Körper vereinend ‚ganz‘ machende Bedeutung, sondern es ist auch grundlegend hinsichtlich der Umwandlung des *Li* in ‚bewegendes *Jin*‘ und ‚beharrendes *Jin*‘.

Es geht also darum, die unterschiedlichen Energien nicht wertend gegeneinander auszuspielen, sondern ihre spezifische Funktion zu erkennen und zu nutzen.

IX.

Dies ist auch wichtig zu wissen, wenn wir uns nicht nur mit der Leistung des Individuums beschäftigen, sondern mit jener eines Team.

Ganz einfach deswegen, weil das Team aus Individuen gebildet wird und seine Leistungsfähigkeit gerade davon abhängt, wie die Individualitäten im Team voll gewahrt bleiben und sich trotzdem oder vielleicht sogar deswegen zu einer Einheit vernetzen.

Die ‚Beweglichkeit‘ der Akzentuierung ist wesentlich. Eine ängstliche oder eitle Fixierung auf die Individualität ist nämlich genau so leistungsmindernd wie eine Fixierung auf eine aufgesetzte Gemeinschafts-Ideologie, mit der man die Individuen im Vorstellen ‚motivieren‘ möchte, ein Team zu bilden.

Diese Beweglichkeit, dieses offene Pulsieren der Akzentuierungen, ist schon in ganz einfachen Prozessen zu erleben und zu trainieren.

Wenn zum Beispiel das Individuum seine Achtsamkeit auf seine Muskulatur fixiert, sei es auf das Stärke-Erlebnis, dass jene vermittelt, oder auf die ästhetische Form, die sie nach außen zeigt, dann wird zwar das *Li* besonders mit *Qi* durchströmt, aber es erfolgt dann nicht unbedingt auch ein deutliches Umwandeln in ein ganzkörperliches *Jin*, das den Körper öffnet und mit der Umwelt und damit auch mit dem kooperierenden Teamgefährten vereint.

Im Gegenteil, das Individuum läuft Gefahr, sich in einem um seine Gesundheit besorgten, ängstlichen oder in einem ästhetischen Körperkult festzufahren und letztlich auch in das Vorstellen abzudriften.

X.

Auch das Aufgreifen der ‚Erbkoordinationen‘ (*Jing*), als den phylogenetisch erworbenen Mustern des ganzkörperlichen Bewegens, hat für das Entfalten der Teamfähigkeit besondere Bedeutung.

Die Erbkoordinationen bilden sozusagen für das *Jin* schon vorgegebene ‚Fließ-Muster‘ des ‚zweckmäßigen‘ Bewegens, und sie spannen auf diese Weise auch die vereinenden emotionalen Fäden zur Umwelt.

Diese Tat-Sache (*Jing*) kann man sowohl beim Bewegenlernen als auch beim Entfalten der Teamfähigkeit im ‚Hier und Jetzt‘ aufgreifen und nutzen.

Es geht dabei sowohl um den ‚kooperierenden‘ als auch um den ‚kämpferischen‘ Umgang mit dem Anderen.

Das Andere ist uns in der einfachsten Form als Gravitations-Energie gegeben. Mit ihr können wir beginnen, uns zu erproben.

Einerseits, um mit ihr in einen ‚gewandten‘ Einklang zu kommen, andererseits, um sie ‚geschickt‘ zu nutzen und vor den eigenen Karren zu spannen. Am Beispiel des Skilaufens kann man gut in dieses Üben einsteigen, da es dort eindeutige Sofort-Rückmeldungen gibt, die im Stürzen sichtbar werden.

Das Vereinen unseres *Jin* mit der Umwelt (*Jing*) und das Auseinandersetzen mit der Gravitations-Energie ist dagegen im Liegen oder im Stehen oder im Gehen, wie im *Taijiquan*, weniger klar. Dort sind die kämpferischen Chancen des Anderen, d.h. der Gravitations-Energie, ‚eingebremst‘. Daher kann uns auch dort das *Jin* der Gravitations-Energie weniger ‚lehren‘.

Es liegt daher gedanklich nahe, so etwas wie ein *Taijiquan* auf Skiern zu entwickeln.

XI.

Die Schwierigkeit des Verstehens dieses Denk-Modells besteht darin, dass man als ‚Dasein‘ etwas sucht, das getrennt von ‚Sosein‘ und ‚Wertsein‘ ist. Dasein, Sosein und Wertsein sind aber nur Aspekte des ‚Seienden‘ (*Jing*). Sei dieses ‚Seiende‘ nun das eigene innere Erleben oder die im Erleben widergespiegelte äußere dingliche Lebenswelt. Die Dimension ‚Dasein‘ unterscheidet sich aber in einem ganz wichtigen Punkt von den beiden Dimensionen ‚Wertsein‘ und ‚Sosein‘.

- ‚Wertsein‘ und ‚Sosein‘ sind die Aspekte hinsichtlich des ‚Wechselwirkens im Seienden‘. Das Seiende ist das Viele, das in unterschiedlich soseinenden äußeren Dingen oder im soseienden inneren Erleben erscheint. Jedes Ding ist einerseits mit allen anderen Dingen gemeinsam ‚da‘, andererseits ‚unterscheidet‘ es sich von allen anderen Dingen.
Was im Wechselwirken das Ding in seinem Bestehen erhält, das ist für das Ding selbst von positivem Wert. Dies ist das Wertsein des Dinges für sich selbst.

Was im Wechselwirken anderen Dingen für andere Dinge von Wert ist, das ist das Wertsein dieses Dinges für andere Dinge. So hängen alle verschiedenen Sosein im Wechselwirken der Welt in einem vielfältigen Wertsein zusammen.

- So, wie ‚Wertsein‘ und ‚Sosein‘ die ‚Aspekte des Wechselwirkens‘ des ‚Seienden‘ sind, so ist das Dasein der ‚Aspekt des verbindenden Widerspiegelns‘ im ‚Sein‘ des Beachtens bzw. des Verbindens der Lebenswelt in ihrem gemeinsamen krafterfülltem ‚Sein‘.

Das ‚Dasein‘ im Menschen (als innerster Kern des Achtens, d.h. des *Shen* betrachtet) ist ‚Nicht-Tun‘, ist ‚Nicht-Denken‘. Das ‚Dasein‘ ist bloß ‚Beachten ohne einzugreifen‘, es ist *der untätige Zeuge*‘.

Das ‚Dasein‘ ist als Achten (als Achtsamkeit, *Shen*, als *Qi*) daher vom soseienden ‚Vorstellen‘ und ebenfalls so-seienden ‚Denken‘ zu unterscheiden. Diese inneren Gedanken-Bewegungen werden in ihrer Form als ‚*Yi*‘

bezeichnet. Die einfachen uns bereits angeboren Bewegungen (*Jing*) bedürfen keiner Regelung durch ein ‚*Yi*‘. Hier dominiert das ‚*Xin*‘ (das Herz, der Mut, der Wille, die Entschluss-Energie), welches das Bewegen auslöst und intensivierend begleitet.

Das Wort ‚*Dasein*‘ wird häufig so gebraucht, als würde mit ihm die objektive Realität gemeint. Zum Beispiel die Welt, in der wir leben müssen und die deshalb unser Dasein ausmache. Dieses Dasein wird dann bewertet, als Glück geschätzt und als Unglück beklagt. Um die Dinge, die unser Dasein ausmachen, müssten wir daher kümmern und uns um sie sorgen.

Dies ist aber mit dem Wort ‚*Dasein*‘ nicht gemeint. Es bezeichnet kein Sosein, sondern bloß das Da-Sein eines solchen, das an eine Tat-Sache (*Jing*) gebunden ist.

Ein objektiv für uns vorhandener Tisch (*Jing*) ist ja auch nicht als spezielle Tat-Sache (*Jing*) unser Dasein und auch nicht das Dasein ‚für uns‘. Auch zwei Tische sind dies nicht. Auch nicht ein Tisch und ein Stuhl zusammen. Daher auch nicht alle Dinge (*Jing*) zusammen.

Das ‚Sein‘ ist nicht die Summe der Dinge, es ist nicht die Summe oder das Ganze des ‚Seienden‘ (*Jing*). Sondern das ‚Sein des Seienden‘, sei dieses ein Einzelnes oder das Ganze. Jedes Ding (*Jing*) hat daher Dasein und auch wir selbst ‚sind da‘.

Unser Dasein unterscheidet sich durch nichts vom Dasein irgend eines Dinges. Wir sind im Dasein mit allen Dingen (*Jing*) verbunden.

Wären wir mit den Dingen (*Jing*) in unserem Dasein (*Shen*) nicht verbunden, dann wären sie für uns nicht da.

- In unserem Erleben erleben wir uns als ‚da‘. Dies nenne ich die Erlebens-Dimension ‚*Dasein*‘ oder ‚*Da-Sein*‘.
- Wir erleben uns aber auch in einer bestimmten Art. Wir erleben uns heute anders als Morgen. Das Erleben ist eben einmal ‚so‘ und ein andermal wieder ‚anders‘. Diese Dimension des Erlebens nenne ich ‚*Sosein*‘ oder ‚*So-Sein*‘.

- Was wir nun erleben, das kann uns angenehm oder unangenehm oder auch neutral sein. Wir befinden uns einmal gut, ein andermal weniger gut, dann schlecht usw. Diese Dimension des Erlebens nenne ich nun ‚Wertsein‘ bzw. ‚Wert-Sein‘.

Dieses Erleben betrifft nun nicht nur unsere Befindlichkeit, sondern auch das, was wir erleben, zum Beispiel unsere Vorstellungen (*Yi*) oder die von uns wahrgenommenen Dinge (*Jing*).

Mit all dem, was wir erleben, sind wir im Dasein verbunden, sonst könnten wir es ja nicht erleben.

So denken wir uns, entsprechend unserem eigenen Erleben, dass alle Dinge einen formlosen inneren Kern haben, mit dem sie miteinander als Dasein verbunden sind. Denn auch wir selbst sind ja selbst in der Welt nur ein Ding unter den Dingen.

Von allen vorhandenen Dingen kennen wir jeweils nur ihre äußere Seite, die uns unsere Sinne zeigen. Von uns selbst kennen wir aber nicht nur unsere äußere Seite, sondern auch unsere innere Seite, unser Erleben. Wir haben nicht nur ein Bild unseres Soseins, sondern auch das Erleben unseres Daseins.

Wir ‚haben‘ nicht nur ein Bild (*Yi*) von uns, sondern wir ‚sind‘ (*Shen*) auch unmittelbar für uns ‚da‘ (*Jing*).

Und dieses Erleben unseres Daseins verbindet uns mit allem Da-Seienden. Alles ‚Seiende‘ ist so im ‚Sein‘ miteinander verbunden. Über unser eigenes Dasein berühren wir somit das Sein von allem.

Es gibt im Chan-Buddhismus viele Erzählungen, wo der Meister gefragt wird, was die wahre Buddha-Natur sei. Mit Buddha-Natur ist der innerste Kern, das Dasein, gemeint, das allen Dingen das ‚Selbe‘ ist.

Der Meister verblüfft dann oft seinen Schüler, der nach einem Sosein fragt, mit der Antwort: „*Die Zypresse im Hof!*“ oder auch „*Ein Bund Flachs!*“. Oder er hält schweigend einen Finger hoch. Der Schüler kopierte, der Er-

zählung nach, seinen Meister, indem er das Sosein des ‚einen-Finger-Hebens‘ überall als Antwort auf die Frage nach der wahren Buddha-Natur wiederholte. Als der Meister dies erfuhr, rief er den Schüler zu sich und schnitt ihm, als dieser antwortend seinen Finger heben wollte, den Finger ab. Wodurch, der Erzählung nach, der Schüler plötzlich erleuchtet wurde. Dem Eingeweihten, der in allem, und vor allem in sich selbst, das Dasein schauen kann, ist diese paradox erscheinende Antwort auch ‚logisch‘ klar. Dem Schüler dagegen, der das Dasein (*Shen*) noch im Sosein (*Yi*) sucht, den verwirrt diese Antwort. Manchmal eben so sehr, dass er plötzlich erleuchtet wird und die Differenz zwischen Dasein (*Shen*) und Sosein (*Yi*) schaut. Er gibt es dann auf, das Dasein als ein Sosein zu suchen oder die Existenz von einer Essenz abzuleiten. Er freut sich dann nicht mehr vorwiegend am Sosein des Lebens, sondern vorerst einmal an seinem Dasein.

XI.

Das *Yi* richtet als Vorstellen das Beachten (*Shen*, die Kraft, das *Qi*) auf ein vorgestelltes Sosein. Es lässt das *Qi*, das nichts anderes als die verbindende und da-seiende Kraft ist, der Vorstellung (*Yi*) entsprechend wirken und fließen. Das *Yi* macht im Menschen dadurch aus dem bloß da-seienden, nicht-tätigen, nicht-denkenden und bloß achtenden *Qi* (es macht aus der Kraft) die so-seiende gerichtete Energie, die ‚wirklich‘ ist und eben ‚wirkt‘.

Greift der Mensch auf jene ‚Fließmuster des *Jin*‘ zurück, die bereits angeboren im Menschen wirken (*Jing*), also nicht von einem Vorstellen, vom *Yi*, geleitet werden müssen, dann pumpt das *Xin* (Herz, Mut, Wille) das *Qi* in die bereits als Erbkoordination vorgegebenen ‚Fließ-Bahnen des *Jin*‘. Zum Beispiel in der einfachsten Form beim Atmen, aber auch beim Identifizieren mit Tierbewegungen, z.B. mit den Bewegungen des Kranichs oder

des Tigers. Oder aber auch in angeborene Fortbewegungs-Muster von Säugtieren, wie in das Galoppieren beim alpinen Skilaufen.

- Bei meinem Vermittlungs-Weg des Skilaufens greife daher zuerst auf biologisch bereits vorgegebenen Fließ-Muster des *Jin* zurück, indem ich erbkoordinative Bewegungs-Muster (*Jing*) durch Bewegungs-Aufgaben, die das Gelände (*Jing*) stellt, aktualisiere.
- Erst im zweiten Schritt orientiere ich dann die Achtsamkeit (*Shen*) des Schülers auf diese angeborenen, automatischen Bewegungen, damit der Schüler sich selbst eine differenzierte Vorstellung (*Yi*) von jenen erarbeitet. Diese Vorstellungen leiten dann als *Yi* das *Qi* und können dadurch das bereits vorhandene erbkoordinative Fließ-Muster (*Jing*) des *Jin* noch verbessern.

Ich arbeite also zuerst mit dem emotionalen *Xin* und transformiere dieses Bewegen (*Jing*) dann in ein *Yi*, das dann, zusätzlich zum *Xin*, das Bewegen optimieren hilft.

XII.

Auch die Schwer-Energie (umgangssprachlich: die „Schwerkraft“) der Erde hat als *Jin*, dem *Yin* und *Yang* entsprechend, zwei Wirkungen. Als ‚beharrendes *Jin*‘ gibt es uns auf der Piste Widerstand, gegen den wir zum Beispiel mit den Beinen treten können und dadurch Halt bekommen. Als ‚bewegendes *Jin*‘ zieht es uns zum Erdmittelpunkt. Die Schwer-Energie ist daher nicht nur ‚Treib-Energie‘, sondern auch ‚Halt-Energie‘

Das Bewegen selbst ist nicht Veränderung von *Yin* und *Yang*, sondern das Bewegen ist selbst schon Verändern. Vom Verändern, vom Bewegen, gibt es bloß zwei zusammengehörende Formen, das *Yin* und *Yang*.

Zu jedem Wirken gibt es ein Gegenwirken. Aber sowohl das Wirken selbst ist ein inneres Zusammenspiel von Wirken und Gegenwirken, wie auch das Gegenwirken in sich selbst eine innere Einheit von Wirken und Gegenwirken ist.

Nimmt im Wirken das innere Wirken zu, dann bedeutet dies, dass es selbst stärker als ihr äußeres Gegenwirken wird.

Yin und *Yang* beschreiben daher nicht das ‚Bewegen‘, sondern das Zusammenspiel von ‚Bewegungen‘. Es ist daher ein wesentlicher Unterschied:

- einerseits sein ‚Bewegen‘ zu regulieren, z.B. das *Jin* mittels des *Shen* mit mehr *Qi* zu durchströmen,
- andererseits das Zusammenwirken von ‚Bewegungen‘ (*Jing*) zu regulieren.

Die erste Frage betrifft das Problem, wie ich es schaffe, zum Beispiel das Wirken gegenüber dem Gegenwirken zu verstärken oder das Gegenwirken gegenüber dem Wirken zu schwächen, was ein ähnliches Verhältnis ergibt. Die zweite Frage betrifft dagegen das Problem, zu wissen, welche Wirkungen überhaupt verstärkt werden sollen. Hier brauche ich, wenn ich nicht unmittelbar meinen Erbkoordinationen (*Jing*) folge, also *Yi*.

Hier ist es ganz wichtig, zwischen ‚Harmonie‘ und ‚Ausgleich‘ zu unterscheiden, was man oft nicht tut.

Man meint nämlich oft, dass es darum gehe, Ungleichgewichte zwischen *Yin* und *Yang* festzustellen und dann ausgleichen zu müssen, also ein Gleichgewicht herzustellen. Dies ist aber ein Missverständnis. Es geht nicht darum, Wirkung und Gegenwirkung einander anzugleichen.

Es geht im Gegenteil gerade darum, den Ausgleich innerhalb von Grenzen aufzulösen. Es geht darum, entweder das Wirken oder das Gegenwirken ‚zweckmäßig‘ zu verändern, also gerade aus dem Gleichgewicht zu bringen, ohne es aber zu zerreißen.

Nicht der Ausgleich ist das zu berücksichtigende Maß, sondern die „Grenzen des Spielraumes“ innerhalb dessen der Widerspruch pulsieren kann, ohne den Zusammenhalt des Ganzen, d.h. die Harmonie des umfassenden

Ganzen zu ‚zer-stören‘.

Das Ganz wird nämlich nicht durch das Eliminieren der inneren Widersprüche erhalten, sondern gerade im Gegenteil. Die zweckmäßige Abstimmung der Widersprüche und ihr zweckmäßiger Wandel erhalten das Ganze.

Es geht also nicht um das Ausbalancieren von Ungleichgewichten und um das Herstellen von Gleichgewicht, sondern gerade um das zweckmäßige Spiel mit den Widersprüchen innerhalb von den „das Maß gebenden Grenzen“. Es geht also um das „Entwickeln von Augenmaß für Spielräume und Grenzen“. Deshalb geht es nicht um Ausgleich und Harmonie, sondern gerade um das zweckmäßige Spiel des ‚Störens dieser Harmonie‘ innerhalb eines möglichen Spielraumes.

Ob *Yin* zu hoch oder zu niedrig ist, das ist daher nicht danach zu beurteilen, ob es mehr oder weniger als das widerstrebende *Yang* ist, sondern ob sein Überschuss (sein ‚zu-hoch-Sein‘) für das aktuelle Problem angemessen und zweckmäßig ist oder nicht.

Die Harmonie des Ganzen bestimmt sich eben nicht als Gleichgewicht von *Yin* und *Yang*, sondern als Zusammenhalt des Ganzen trotz bzw. gerade wegen der inneren Ungleichgewichte d.h. wegen der aktiven Widersprüche, aus denen das die Not wendende ‚zweckmäßige‘ Bewegungen kommt.

Es geht daher beim eigenen *Yin* und *Yang* nicht um ein Verhältnis ‚zwischen *Yin* und *Yang*‘, sondern um ein ‚zweckmäßiges‘ Verhältnis ‚von *Yin-Yang* zur Praxis‘.

Wenn wir die Prinzipien des stehenden und gehenden *Taijiquan* auf das Skilaufen übertragen und bloß auf dieses aufsetzen, dann entsteht im Üben schnell die Vorstellung, beide Beine miteinander koordinieren zu müssen, also mit ihnen immer den Körper-Schwerpunkt in eine Mittelstellung stemmen zu müssen, wie es beim Pflugfahren im nordischen Ski-

laufen geschieht. Beim alpinen Skilaufen geht es dagegen aber gar nicht um das Zusammenwirken von zwei unterschiedlich belasteten Beinen. Daher macht man es sich unnötig schwer, wenn man sein Taijiquan-Modell auf das Skilaufen überträgt.

Das alpine Skilaufen sollte man als Anfänger vielmehr als Fahren auf einem Ski auffassen, das man eben abwechselnd auf dem linken oder rechten Bein machen kann.

Es geht daher gar nicht darum, mit welchem Bein man sich gegen den Körper-Schwerpunkt stemmt, sondern wie man seinen Körper-Schwerpunkt über dem Ski von der einen Seite des Skis auf die andere Seite des Skis bzw. der Skier bewegt. Dies geschieht eben im Ansatz nicht mit den Beinen, sondern mit Krümmen oder Gegen-Krümmen des ganzen Körpers bzw. der Wirbelsäule.

Krümme ich mich zu stark nach einer Seite, d.h. ist die Wirkung in dieser Richtung, zum Beispiel als *Yin* betrachtet, stärker als das gegenhaltende *Yang* (die eigenen gegengerichteten muskelaktivierte ,bewegenden *Jin*-Energien' bzw. die gegenhaltenden ,beharrenden *Jin*-Energien' der Schwere, die mir auf der Piste Halt geben) dann habe ich den Spielraum des Spiels mit dem Ungleichgewicht überschritten.

Das ,bewegende *Jin*' der Schwer-Energie schlägt dann voll zu und ich stürze. Wenn ich dies gedanklich weiß und als Vorstellung (*Yi*) in meinem Kopfe habe, dann erleichtert mir dies das Skilaufen und man stürzt dann auch weniger. Man braucht dann auch weniger Mut (*Xin*).

Wenn man allerdings, durch Übertragen der Vorstellungen des *Taijiquan*, ein falsches und zu starkes *Yi* in sein Bewegen eingebracht hat, dann stürzt man viel und kann mit dem ,*Jin* der Schwere' wenig Erfahrungen machen. Dafür wird aber das *Xin* (Herz, Mut, Wille) aktiviert, was mit dem Kopf

durch die Wand will, aber das Problem nicht löst, sondern nur als *Li* (rohe Muskel-Energie) die Muskulatur verspannt und hart macht.

Dies liegt an der falschen Vorstellung. Keine Vorstellung zu haben, wäre in diesem Fall sogar besser. Wenn man sein jeweiliges Vorstellen als *Yi*, weil gewohnt, fast ‚zwangsläufig‘ in sein Bewegen einbringt, dann kommt man nicht daran vorbei, sich eine treffende Vorstellung des Tatsächlichen zu erarbeiten. Hier kann die Biomechanik helfen, die sowohl im eigenen Wirken als auch im Wirken der Schwere/Piste viel genauer unterscheidet als das Denken bloß mit den Kategorien ‚*Yin*‘ und ‚*Yang*‘. Dann bekommt man auch ein besseres *Yi* (Vorstellen). Über ein treffendes und auch sprachlich differenziertes Denken lässt sich ein brauchbares *Yi* erarbeiten, über das man in sein körperliches Bewegen ein besser geleitetes *Qi* einbringen kann.

Es geht also nicht um Ausgleichen, sondern um zweckmäßiges Nutzen des Widerspruches von *Yin* und *Yang*, ohne diesen zu zerreißen. Um dies optimal zu können, muss man aber auch das *Qi* über das *Yi* regulieren.

Es geht also darum, auch ein zweckmäßiges *Yi* zu entfalten indem man die biomechanischen Tatsachen richtig zur Sprache bringt. Mit *Xin* alleine ist nämlich, wie man beim Neulernen von situativen Bewegungen als Erwachsener am eigenen Leib schnell erfahren kann, das *Qi* nicht zweckmäßig zu regulieren. Es bleibt dann nämlich meist als *Li* und als körperliche Verspannung im Körper stecken. Es wandelt sich dann nur in ‚beharrendes *Jin*‘ um, um den Körper zu panzern, damit er durch den im *Yi* vorausgesehen und vorgestellten Sturz nicht verletzt wird.

Dadurch dass man mit ‚beharrendem *Jin*‘ seinen Körper panzert, kann man aber auch nicht mit seinem ‚bewegenden *Jin*‘ in tastenden Kontakt

mit dem *Jin* des Gegners und Partners „Schwere-Energie“ kommen: weder in Kontakt mit der dem „beharrenden *Jin* der Schwere“ der Erde auf der Piste, noch mit dem „bewegenden *Jin* der Schwere“ der Erde, welche im Stürzen etwas lehren wollte.

Über das Schmecken von Yin und Yang

I.

Wenn wir von „*Yin und Yang*“ sprechen, dann denken wir, wie schon dargestellt⁵³, am besten an „*so und anders*“. Damit soll verhindert werden, in das Yin und Yang voreilig schon Eigenschaften wie „männlich“ oder „weiblich“ hineinzuinterpretieren.

Dieses „So-und-anders“ darf aber vorerst nicht wie eine Einheit von zwei verschiedenen „*Merkmalen*“ aufgefasst werden, sondern ganz radikal nur als ein „*Unterschied*“, der etwas trennt bzw. etwas aufreißt.

Es handelt sich um einen Unterschied, der aus einer Einheit bloß zwei Zentren macht. Dadurch bringt er ein „So-und-anders“ zur Welt. Diese beiden (durch etwas „*Nicht-Beschreibbares*“) aufgemachten Zentren sind aber noch keineswegs eingegrenzt. Daher sind sie auch nicht über ein „*Sosein einer scheinbaren Grenze*“ als ein Muster von Unterschieden „definiert“.

Das grenzsetzende und zwei Zentren „auseinanderhaltende Nichts“ macht es dem Geteilten bloß „un-möglich“, sich leicht zu vereinen. So lange diese relativ „ver-unmöglichende“ Grenze „notwendig“ wirkt, solange existiert auch das Geteilte (bzw. das Unterschiedene) als Anwesendes. Dies allerdings in einer „*Zwiefalt*“. Diese „*Zwiefalt*“ (*Jing*) ist dann für das Achten (*Shen*) des Menschen (*Jing*) die Grund-Lage des in ihm verkörperten „*Zweifeln*“. Aus diesem umfassenden *Zweifeln* (*Shen*) werden erst die so-seienden Merkmale (*Yi*) geboren.

Bei diesem Gedanken ist es wichtig zu beachten, dass im fundamentalen „*Ur-Teilen*“ der Achtsamkeit (*Shen*), im Schmecken von *Yin und Yang*,

⁵³ vgl. auch: HORST TIWALD: „*Yin und Yang – Zur Komplementarität des leiblichen Bewegens*“. Immenhausen bei Kassel 2000 (ISBN 3-934575-10-2).

keine Formen (d.h. keine Merkmale!) einander gegenübergesetzt werden. Bereits der griechische Philosoph PARMENIDES⁵⁴ hat vor diesem Fehler gewarnt. Er schrieb⁵⁵:

„Sie haben nämlich entschieden, zwei Formen zu benennen – von denen nur eine zu benennen nicht erlaubt ist: darin liegt ihr Fehler. So haben sie der Gestalt nach als Gegensätze geschieden und voneinander getrennte Merkmale festgelegt.“ (8, S. 15)

Mit Blick auf HERAKLIT⁵⁶ (man könnte ergänzen: auch mit Blick auf die *Yin-Yang-Theorie*⁵⁷) schrieb er dann:

„Nachdem alles als Licht und Nacht benannt und das ihrem jeweiligen Vermögen Entsprechende diesem und jenem Einzelnen beigelegt wurde, ist alles voll von Licht und unsichtbarer Nacht zusammen – die beide gleich sind -, da es nichts gibt, das nicht einem der beiden zugehört.“ (9, S. 15)

Das Problem des Philosophierens besteht nun darin, den richtigen Einwand von PARMENIDES (hinsichtlich des „identisch“ ruhenden „Seins“) mit den Gedanken des HERAKLITS (hinsichtlich des widersprüchlich bewegten „Seienden“) in „einen“ Blick zu bekommen.

PARMENIDES zielt eben auch darauf hin, dass es keine gegensätzlichen „Merkmale“ sind, die den „Unterschied“ erzeugen.

⁵⁴ PARMENIDES lebte um 540 bis um 470 v. Chr.

⁵⁵ Vgl. PARMENIDES: „Über das Sein“ (Hrsg. HANS VON STEUBEN) Universalbibliothek Reclam, Stuttgart 1981, ISBN 3-15-007739-7. Die Zahlen in der Klammen geben die Fragmente des Lehrgedichtes (Übersetzt von JAAP MANSFELD), bzw. die Seitenzahl des Buches an.

⁵⁶ HERAKLIT lebte 540-480 v. Chr.

⁵⁷ Die Ying-Yang-Theorie leitet sich vom „Buch der Wandlungen“ („Yi-jing“) her, als dessen Verfasser der legendäre chinesische Kaiser FU-HSI gilt. Es spielte in der ersten historischen chinesischen Dynastie, der SHANG-DYNASTIE (ca. 1500-1050 v. Chr.) als Orakelbuch eine bedeutende Rolle. Tradiert und interpretiert wurde dieses Buch insbesondere über den Gründern der CHOU-DYNASTIE, dem KÖNIG WEN und dem HERZOG VON CHOU, sowie über KONFUZIUS (551 bis 479 v. Chr.),

Nicht die „gegensätzlichen Merkmale“ sind es, die erst ein „Unterscheiden“ möglich machen! Sondern umgekehrt. Das „primäre Unterscheiden“ trennt ein Ganzes in Teile. Diese Teile können dann später als gegensätzlich „erscheinen“. Nicht „Yin“ und „Yang“ sind also als „Eigenschaften“ primär, sondern primär sind das „unterscheidende“ (*Shen*) und das das Unterschiedene (*Yi, Jing*) „verbunden“ haltende „*Taiji*“.

Dieser im Denken von PARMENIDES steckende Einwand ist berechtigt. Aber auch HERAKLITS Meinung (*Yi*) trifft die Tat-Sachen (*Jing*). Es geht daher darum, beides zusammen zu schauen.

Dies wird möglich, wenn man ernst nimmt und beachtet, dass PARMENIDES

- einerseits gesagt hat, dass nur das „Sein“ (*Wuji*) ist, das „Nichts“ aber nicht sein kann,
- andererseits aber sieht, dass das „anwesende Sein“ (*Dao*) als eine Zwiefalt (*Yin-Yang*) von einer Grenze, von der Notwendigkeit (*Dao, Logos*) gehalten wird.

Nach PARMENIDES ist es diese wirkende Zuteilung (ist es diese entfaltende Schickung), die „*gewährend verteilt und so die Zwiefalt entfaltet*“, wie HEIDEGGER es ausdrückt.⁵⁸ .

PARMENIDES schrieb über das Sein:

„Auch teilbar ist es nicht, da es als Ganzheit ein Gleiches ist. Es ist ja nicht irgendwie an dieser Stelle ein Mehr oder an jener ein Weniger, das es daran hindern könnte, ein geschlossen-Zusammenhängendes zu sein, sondern es ist als Ganzheit von Seiendem innen erfüllt. Dadurch ist es als Ganzes ein Geschlossen-Zusammenhängendes; denn Seiendes schließt sich Seiendem an.

Andererseits ist es unbeweglich/unveränderlich in den Grenzen gewaltiger Fesseln, ohne Anfang, ohne Aufhören; da Entstehung und Zerstörung in weiteste Ferne verschlagen worden sind: verstoßen hat sie die wahre Verlässlichkeit. Als ein selbes und im

⁵⁸ MARTIN HEIDEGGER in: PARMENIDES: „Über das Sein“ (Hrsg. HANS VON STEUBEN) Universalbibliothek Reclam, Stuttgart 1981, ISBN 3-15-007739-7. Seite 68

selben verharrend und für sich selbst befindet es sich und verbleibt in dieser Weise fest am selben Ort. Denn die mächtige Unentrinnbarkeit hält es in den Fesseln der Grenze, die es ringsum einschließt;...“ (8, S 11-13)

Es ist hier nicht zu übersehen, wie PARMENIDES zwischen „Sein“ (*Wuji*) und „seiendem Ganzen“ (*Dao*) gedanklich hin und her schwimmt.

Ein entscheidende Gedanke schließt meiner Ansicht nach die Lücke zwischen der parmenideischen zur heraklitischen Sicht. Es ist dies die Frage danach, was diese bei PARMENIDES noch im Mythischen gehaltene und noch nicht ins Philosophische gehobene „grenzsetzende Macht“ ist, die es schafft:

- einerseits eine Zwiefalt entstehen zu lassen;
- andererseits diese aber auch so in Fesseln zu legen, dass als Trägheit (eines inerten Zentrums) eine scheinbare Ruhe entsteht. Was also das Bewegen aufhält, so dass (in einer scheinbaren Ruhe) die Bewegung in „*weiteste Ferne verschlagen*“ wird.

Diese Frage versuche ich mir, wie schon dargelegt, dadurch nahe zu bringen, dass ich:

- beim „Sein“ (*Wuji*) an die ‚Möglichkeit‘,
- beim „Nichts“ dagegen an die sichere und unerbittliche „Unmöglichkeit“ denke, die eben nicht sein kann und sich daher „notwendig“ (die Not des Nichts wendend) selbst negiert. Dadurch erscheint das „nicht-unmögliche“ und relativ träge „Seiende“ (*Dao*) in seiner Vielfalt (*Jing*) und seiner relativen Dauer.

Über das widersprüchliche Bewegen dieses nicht-unmöglichen Seienden (*Dao*) zu sprechen, das war insbesondere das Anliegen von HERAKLIT.

PARMENIDES bemühte sich gedanklich dagegen vorwiegend darum:

- einerseits die All-Möglichkeit (*Wuji*) selbst zur Sprache zu bringen;
- andererseits dem Problem nachzugehen, wie das Verändern aufgehalten werden kann, wodurch erst das Entstehen von län-

ger geltenden Allgemein-Begriffen und damit von Denken und Sprache (*Yi*) möglich wird.

Für PARMENIDES lag es daher nahe, das (scheinbar unveränderlichen Gesetzen der Logik folgende) Denken (*Yi*) mit dem Sein (*Wuji*) in Eins zu setzen und damit dem IDEALISMUS den Weg zu bereiten. Dies kann man in PLATONS Dialog ‚*Parmenides*‘ gut nachvollziehen⁵⁹.

Es gibt also auch berechtigte Einwände gegen das Denk-Modell von PARMENIDES.

In meinem Gedanken-Gang geht es aber hier aber bloß um die Nahtstelle zwischen Dasein (*Shen*) und Sosein (*Yi*). Diese Nahtstelle kann man leichter schauen, wenn man beim „Unterschied“ nicht schon an verschiedene „Merkmale“ denkt und dann meint, dass die Merkmale zuerst seien und diese es erst möglich machen würden, einen Unterschied festzustellen.

Die Tat-Sache (*Jing*) des Achtens (*Shen*) verhält sich nämlich gerade anders herum. Das „Unterscheiden“ (*Shen*) ist als das auf das Dasein (*Shen*) der Tat-Sachen (*Jing*) bezogene Ur-Teilen (*Shen*) das Fundamentale. Das auf das Sosein der Tat-Sachen (*Jing*) bezogene „Beschreiben“ (*Yi*, als ein vergleichendes Bestimmen von Merkmalen, *Yi*) das Spätere.

Ich will dies etwas veranschaulichen. Man könnte an ein kleines Kind denken, das gerade Sprechen lernt. Dieses Kind hat nun irgendetwas Vorhandenes (*Jing*) als Da-Seiendes (*Jing*) ‚gerafft‘, d.h. zentriert und unterschieden (*Shen*). In seinen ersten Sprech-Versuchen sagt es nun zu diesem „Gerafften“ nicht „so!“ sondern „da!“. Das für das Kind „Da-Seiende“ (*Jing*) ist für das Kind daher noch kein in seiner Form (*Yi*), in seinem Sosein (*Yi*), erfassbares „An-Wesendes“ (*Jing-Yi*).

⁵⁹ vgl. PLATON: ‚*Parmenides*‘ (Übers. U. Hrsg. EKKEHARD MARTENS) Reclam Universal-Bibliothek, Stuttgart 1987, ISBN 3-15-008386-9.

Das Kind lernt nämlich erst allmählich im vorhandenen „da!“ (in dem vor seinen Händen „da“ Liegenden) dann noch mehrere „da“ zu unterscheiden.

Es lernt dabei aber auch, diese verschiedenen „da“ auch verschieden zu artikulieren, wodurch ihm erst ein „da“ liegendes „So“ (*Jing-Yi*) auch in seinem „Wesen“ (*Yi*) erfassbar und beschreibbar wird.

Diese Vielfalt von achtsam erarbeiteten Unterschieden bildet dann für die „Ein-Bildungskraft“ (für das neben dem Ur-Teilen zweite Bewegen der komplementären Achtsamkeit, *Shen*) erst die Grundlage für das ‚In-Eins-Binden‘ des Sosein, das dann als „Merkmal“ fungieren kann.

Es wird also in einem einheitlichen „Da-Sein“ (*Jing-Shen*) vorerst nur etwas „Anderes“ unterschieden und mit Aufmerksamkeit (*Shen*) belegt. Das durch das achtsame Unterscheiden (*Shen*) zentrierte (nicht definierte!) „Andere“ fasziniert (*Shen*) das Kind und ringt ihm in seinem „mitbewegenden“ Hinweisen (*Jing*) vorerst nur ein ganzkörperlich gestikulierendes und lautlich artikulierendes „da!“ (*Jing-Yi*) ab.

Es geht also vorerst gar nicht darum, über das „Yin und Yang“ schon geseheit herumzureden. Es geht nicht darum, es voreilig mit Prädikaten wie „gut und böse“, „positiv und negativ“, „Tag und Nacht“, „hell und dunkel“, „männlich und weiblich“, „spitz und stumpf“, usw. zu verwirren und zu vernebeln. Dies mag alles sprachgeschichtlich und soziologisch sehr interessant sein. Mir geht vorerst darum, ganz unmittelbar zu lernen, etwas „selbständig“ achtsam zu unterscheiden (*Shen*). Man sollte vorerst das eigene „Staunen“ und „Zweifeln“ zulassen. Das selbständige Denken kommt dann wie von selbst.

In der Achtsamkeit (*Shen*) geht es nämlich vorerst darum, seinen eigenen und selbständigen „Geschmack“ (seine eigene Weisheit“

⁶⁰⁾ für das entdeckende Begegnen mit „*Yin und Yang*“, für das Begegnen mit dem Unterschied, für das Entdecken dessen, was auch anders sein kann, d.h. für das Erkennen von Variablen zuzulassen.

Das selbständige Denken ist nicht ein Privileg von „geschulten“ Eliten, sondern eine Tat-sächliche Chance für Jeden.

⁶⁰ Das deutsche Wort „*Weisheit*“ bedeutet das, was im Lateinischen mit dem Wort „*sapientia*“ bezeichnet wurde. Dieses Wort leitet sich von dem Wort „*sapio*“ her, was „ich schmecke“ bedeutet.

Über die ‚Mitte‘ in das ‚In-Form-Sein‘

I.

Das Einfache (das Unauffällige, das „Fade“, das „Geschmacklose“) gilt in der chinesischen Kultur als eine Qualität der „Mitte“ und des „Grundes“. ⁶¹ Dieser Weg unterscheidet sich vom buddhistischen Weg der Achtsamkeit (*Shen*), wie er auch im Chan (Zen) gegangen wird.

Im Chan gelangen wir zum Grund (zum *Wuji*, zur Leere) unmittelbar über das „Beachten der Achtsamkeit“ (*Shen-Shen*).

Wenn wir also mit der Achtsamkeit (*Shen*) nicht irgendetwas (*Jing-Yi*) beachten, sondern vom Sosein (*Yi*) und Wertsein (*Xin*) „loslassen“ und das Beachten (*Shen*) selbst beachten.

Wenn wir also über die Dimension des Da-Seins (*Jing-Shen*) gehen.

Der „Weg des Fadens“ wendet sich dagegen achtsam (*Shen*) dem Sosein der Tat-Sachen (*Jing-Yi*) zu. Dort sucht er die „Mitte der Tat-Sachen“ (*Jing*).

Mit „*dem Faden bleiben im Bereich der sinnlichen Erfahrung (auch wenn sie uns an die Grenze des Sinnlichen versetzt, dort, wo es am feinsten ist). Die Fadheit ist konkret – wie diskret sie auch immer sein mag.*“⁶²

Es geht mir nun darum,

- jene von der Sinnlichkeit achtsam abgelöste „Mitte“, die im *Wuji* des „Subjektes“ gesucht wird (die sich also vom *Wuji* des „Achtenden“ her zu den Tat-Sachen hin öffnet);
- von jener „Mitte der Sinnlichkeit selbst“ (*Jing*) zu unterscheiden. In der „Mitte der Sinnlichkeit selbst“ ist das „Beachtete“ (*Jing*) im *Wuji* verankert. Hier wird also das *Wuji* im „Objekt“ aufspürt.

Es geht mir nun darum, einerseits deren Unterschied, andererseits aber deren Identität aufzuzeigen.

⁶¹ Vgl. FRANCOIS JULLIEN: „Über das Fade – eine Eloge. Zu Denken und Ästhetik in China“. Berlin 1999. Merve Verlag (ISBN 3-88396-151-5)

⁶² a.a.O.S. 23.

Es handelt sich nämlich um ein und die selbe Mitte, die aber auf zwei verschiedenen Wegen zu erreichen ist:

- folgt der Chan (Zen) mehr dem Weg über das „Beachten der Achtsamkeit“ zum Grunde (*Wuji*) hin und von diesem dann über das sogenannte „*Satori*“ in einer „Wende“ hinein in die Tat-sächliche Welt (*Dao, Jing*) der sinnlichen Unterscheidungen (wobei dieser Weg zum Grunde hin bei der Methode des Koans über das grenzsetzend definierende „Nichts der beachteten Sprache“ läuft);
- so wird in der chinesischen Kunst, insofern sie mit dem „Faden“ achtsam „umgeht“, der Weg (vorerst im „Ganzen“ des *Dao* bleibend) über die fade „Mitte der beachteten Sinnlichkeit“ (*Jing-Yi*) zum „Grunde“ (*Wuji*) hin gegangen. Man sucht also jenen Bereich, in welchem sich die beachtete Sinnlichkeit (*Jing-Yi*) über die Erlebens-Tiefe (*Shen*) im „Grund“ (*Wuji*) verankert. Dadurch wird es möglich, dass das „Unsichtbare“ des Grundes (das Da-Sein, *Wuji*) im Erleben durch das „So-Sein des Beachteten“ (*Jing-Yi*) durchscheint, bzw. dieses „erfüllt“. Es wird also (am Beispiel eines Bogen-Wechsels im Skilaufen erläutert) jener Punkt achtsam zu erleben gesucht, an dem das „Eine“ in das „Andere“ umschlägt. Wo also eine Wende-Tangente beide Bögen berührt ohne einem der beiden Bögen anzugehören. Ein scheinbarer Ort also, der hinsichtlich dieser beiden Bögen „Nichts“ ist. In welcher der neue Bogen den „Tod“ das alten Bogens „lebt“. Es läuft also auch dieser Weg zum Sein (*Wuji*) über ein Grenz-Erleben des „Nichts des Beachteten“.

II.

Die Wörter „*Aufmerksamkeit*“ und „*Achtsamkeit*“ verwende ich, um einen Unterschied zu markieren, der beim Selbst-Beachten der eigenen „Intentionalität“, d. h. des „Richtens des Widerspiegelns“ (*Shen*), wesentlich ist.

Im Selbst-Beachten (*Shen*) des eigenen Beachtens (*Shen*) lässt sich nämlich entdecken, dass man meist durch die Um-, Mit- oder durch seine eigene Innen-Welt (*Jing*) fasziniert wird. Diese Faszinationen saugen die eigene Achtsamkeit (*Shen*) an. Dadurch wird die Richtung der eigenen Intentionalität (sowohl von innen als auch von außen her) fremd-bestimmt festgelegt wird.

Dieser als fremd-bestimmt erlebbaren Intentionalität gebe ich, wie schon dargelegt, den Namen „Aufmerksamkeit“ (*Shen*), im Unterschied zur der vorwiegend als selbstbestimmt erlebbaren Intentionalität, der ich den Namen „Achtsamkeit“ (*Shen*) gebe.

Diese Unterscheidung legt allerdings das Missverständnis nahe, dass die eine „Bewegung des Richtens“ gut, die andere dagegen schlecht sei. Hier sei gleich angemerkt, dass beide Formen des „Richtens des Widerspiegels“ (*Shen*) eine komplementäre Einheit bilden. Jede der beiden Formen der Intentionalität bewahrt die jeweils andere in sich auf.

Das Problem liegt daher nicht darin, ob ich selbst es bin, der suchend und fragend seine Intentionalität frei umherschweifend richtet, oder ob (in meinem Wechselwirken mit der Welt) mich eine beglückende oder bedrohende Situation fesselt, sich mir als Problem vorwirft und als Einstell-Wirken⁶³ (des *Jing, Dao*) mein zweckmäßiges Handeln fördert und fordert.

III.

Auch Tiere haben beides: sie werden sowohl in ihrer Intentionalität durch lebensrelevante Reize unmittelbar fasziniert, was zu unbedingten Reaktionen führt, als auch im spielenden oder suchenden Appetenz-Verhalten vom Situationsdruck relativ freigesetzt.

⁶³ Zum Thema „Einstell-Wirkung“ siehe meine Texte zum Projekt „Musik-Gesundheit-Bewegen“. Internet: www.horst-tiwald.de

Es ist auch bekannt, dass man Tiere zum Unterscheiden (*Shen*) eines für sie in ihrem Wahrnehmen vorerst gleichwertigen So-Seins (*Yi*) dadurch zwingen kann, dass man dieses undifferenziert wahrgenommene So-Sein (*Jing-Yi*) mit klar differenzierbaren Dimensionen des Wert-Seins (*Xin*), zum Beispiel die Farbe „Hellgelb“ mit einem Stromschlag (*Jing-Xin*) und das etwas dunklere Gelb mit einer Futtergabe (*Jing-Xin*) verknüpft.

Bedeutete für das Tier vorher sowohl Hell- als auch Dunkel-Gelb (*Yi*) „Futter“ (*Jing*), so lernt das Tier über die Koppelung mit der Dimension „Wert-Sein“ (*Xin*) das vorerst noch globale So-Sein (*Yi*) der gelben Farbe nun zu unterscheiden (*Shen*).

Dies sind alles lebenswichtige Prozesse, die auch das Leben (*Jing*) des Menschen fördern und schützen.

Das Problem liegt für den Menschen (*Jing*) daher nicht hier, sondern vielmehr in den Chancen und Gefahren seiner Gewohnheitsbildungen (*Jing-Yi-Xin*, Rhythmus, *Yang*), die ihn meist zu stark festlegen.

Auch Tiere bauen über sog. „bedingte Reflexe“ (*Jing-Yi-Xin*) für ihre tatsächliche Verhaltens-Steuerung (*Jing*) Symbole (*Yi*) auf, die Kommendes ankündigen.

Es geht dabei darum, aus der Gegenwart (*Jing*) auszubrechen und eine Art Früh-Erkennen (*Yi*) aufzubauen.

Die auf die Zukunft gerichtete lebendige Einstellung der Tiere sucht (*Shen*) Teile (*Jing*) eines Gesamt-Ereignisses (*Jing*), bzw. sucht vorerst sachlich Fremdes (*Jing*) (z. B. einen Glockenton), das nicht zum sachlich Ganzen (*Jing*) (Futter-Fressen) gehört. Diese sog. neutralen Reize (*Jing*) werden im Erleben „aufmerksam“ (*Shen*) in das Gesamt-Ereignis (*Jing*) einbezogen.

Sie bekommen durch das „vereinende Bewegen“ (*Yin*) der Aufmerksamkeit (*Shen*), trotz ihres „Anders-Seins“ (*Yi*), eine erlebbare ‚Identität‘ mit dem Ganzen (*Jing*).

Das Gesamt-Ereignis (*Jing*) wird allerdings über das Wert-Sein (*Xin*) der Bedürfnisse der Tiere (*Jing*) als „Feld“ (*Jing*) aufgespannt.

Der neutrale Reiz (*Jing*) muss deshalb sehr deutlich oder deutlich immer wiederkehrend (*Yang*, Rhythmus) innerhalb dieses vom aktuellen Bedürfnis (*Jing-Xin*) gespannten raum-zeitlichen Feldes verabreicht werden, damit er später als Symbol (*Yi-Jing*) stellvertretend für das Ganze stehen und dieses auch ankündigen kann. Nur ein hungriges Tier (*Jing-Xin*) hat die Bereitschaft, das Fressen ankündigende Symbole (*Jing-Yi*) zu suchen und zu lernen!

IV.

Diese zukunftsorientierte Frage verweist aber sofort auf die Frage, wie etwas Vergangenes (*Yi-Jing*), das später das Kommende (*Jing*) ankündigen (*Yi*) soll, überhaupt gefasst, d. h. in der Gegenwart (*Jing*) aufgenommen werden kann.

Die „Frage nach der Prognose“ baut auf der „Frage nach dem Erinnern“ auf, d. h. auf der Frage, wo denn das Vergangene in einem Gedächtnis (*Yi-Jing*) festgehalten wird und mit welchem Bewegen (*Shen, Jing*) man beim Erinnern in die Vergangenheit gehen kann.

Hier bietet sich zur Erklärung ein Modell der „Zeit-Umkehr“ an, wie es PAVEL FLORENSKIJ⁶⁴ gebildet hat.

In meinem bewegungswissenschaftlichen Modell, in dem das Bewegen fundamentaler als die Zeit und der Raum erscheint, hat der Begriff „Zeit-Umkehr“ keinen Sinn. Es ließe sich in meinem Modell nur nach einer Bewegungs-Umkehr fragen. Dies erübrigt sich aber, da mein Modell ohnehin von einer Komplementarität von zwei Bewegungen ausgeht.

⁶⁴ PAVEL FLORENSKIJ: „*Die Ikonostase. Urbild und Grenzerlebnis im revolutionären Russland*“. Stuttgart 1988. Verlag Urachhaus. (ISBN 3878385870)

Das, was als Zeit-Umkehr erscheint, müsste sich in meinem Modell also mit diesen beiden fundamentalen Bewegungen verdeutlichen lassen.

Ich unterscheide hinsichtlich ihrer Intentionalität zwei Bewegungen:

- das vorwiegend den Raum und die Zeit aufspannende, sich öffnende, ausbreitende, verbindende Bewegungen (*Yin*);
- das vorwiegend, grenzsetzende, unterscheidende, zentrierende und letztlich einem zentralen Nichts zustrebende, bzw. ein in das Nichts zusammenfallendes Bewegungen (*Yang*).

Das eine Bewegungen (*Yin*) öffnet sich räumlich und schreitet zeitlich vergehend fort, das andere (*Yang*) drückt bzw. fällt in sich zusammen und bildet so den raum-zeitlichen Gegenspieler.

In meinem Modell ergibt es daher keinen Sinn, z. B. bei der Gravitation von einer „Anziehung“ zu sprechen, für die dann die Fiktion einer anziehenden Masse (als Zentrum und als Kraft-Ursprung dieses allseitigen Zuges) unterstellt werden muss.

Die Gravitation erscheint in meinem Modell vielmehr als implodesives „Sich-zusammen-Schieben“ (*Yang*), welches das explosive raumaufspannende Bewegungen (*Yin*) begrenzt, krümmt und zum relativ beruhigten Bewegungs-Wirbel (*Jing*) verdichtet, der dann als Masse (*Jing*) erscheint.

Die sogenannte Materie bzw. Masse (*Jing*) ist daher nicht die Ursache, sondern die Folge des Aktes der Gravitation (*Yang*), die als Anti-Energie (als kräftiges grenzsetzendes Bewegungen) die komplementäre sich ausweitende Bewegungsform (*Yin*) vorübergehend gefangen hält.

Diese sich ausweitende Energie (*Yin*) versucht ihrer Natur gemäß zu entfliehen, dies mit oder ohne komplementäre ‚Bewacher‘ (*Yang*), an die sie angekettet erscheint.

Gelingt es ihr, möglichst ohne ankettende Bewacher (*Yang*) zu entfliehen, dann bleibt eine Übermacht an Bewacher ohne Häftling zurück, gierig dar-

auf, im Umfeld neue Energien als Häftlinge einzufangen und zusammenzudrücken.

Nicht die Frage nach Raum und Zeit ist das für die Erkenntnis der Welt Fundamentale, sondern die Frage nach dem Bewegen: Raum und Zeit müssen über das Bewegen erklärt werden, nicht das Bewegen mit Hilfe von Raum und Zeit!

V.

Sogenannte „Zeit-Phänomene“ treten auch in der „Arbeit der Achtsamkeit“ (*Shen*) auf. Das sogenannte „Dehnen der Zeit“ habe ich an anderer Stelle⁶⁵ bereits ausführlich behandelt. Es ging dabei um das Problem, wie durch intensiv beachtendes Unterscheiden (*Shen*) ein beachtetes schnelles Bewegen (*Jing*) subjektiv langsamer erscheinen kann.

Wie also zum Beispiel im Schwertkampf durch die Arbeit der Achtsamkeit (*Shen*) das Tat-sächlich (*Jing*) blitzartig auf mich niedersausende Schwert als relativ langsames und beherrschbares Ereignis (*Jing*) wahrgenommen und ihm daher auch erfolgreich begegnet werden kann.

Die hier zu besprechende sogenannte „Umkehr der Zeit“ wird dagegen relevant, wenn es beim vernünftigen Schließen darum geht, in der Achtsamkeit (*Shen*) das Gedächtnis (*Yi*) in das Wahrnehmen des gegenwärtig Gegebenen (*Jing*) einzubringen. Hier „läuft der Film rückwärts“ ab, aber ohne dass das Geschehen selbst auch rückwärts läuft.

Wenn ich mich als laufend träume, dann laufe ich im Traum nicht rückwärts nach hinten, wie es beim Rückwärtslaufen eines Filmes erscheint. Der Traum entfaltet sich bloß vom (inneren oder äußeren) aktuellen Anlass (*Jing*) her in die Vergangenheit (*Yi-Jing*) hinein⁶⁶. Es wird gleichsam zum Hier und Jetzt des Traum-Anlasses (*Jing*) eine Phantasie-Geschichte (*Yi*) geschrieben, die

⁶⁵ vgl. meinen Text: „*Theorie der Leistungsfelder. Achtsamkeit und Bewegen-Lernen*“ www.horst-tiwald.de dort im Ordner „*Texte zur Theorie des MuDo*“.

⁶⁶ vgl. PAVEL FLORENSKIJ: „*Die Ikonostase. Urbild und Grenzerlebnis im revolutionären Russland*“. Stuttgart 1988.

sich von der Gegenwart in die Vergangenheit hinein sukzessive aufbaut.

Aber jedes geträumte Geschehen (*Yi-Jing*) läuft sehr wohl auf den gegenwärtigen Traum-Anlass (*Jing*) hin in die Traum-Zukunft (*Yi*) hinein.

Bildlich gesprochen „paddle“ ich in meinem träumenden Beachten (*Shen*) nicht vorwärts (d. h. mit Blick in die Fahrtrichtung) in die Vergangenheit hinein, sondern ich „rudere“, mit Blick auf das Hier und Jetzt des Traum-Anlasses (*Jing*), mit dem Rücken voran in die Vergangenheit (*Yi-Jing*).⁶⁷

Ich blicke bei dieser Fahrt in die Vergangenheit sozusagen hinter die „Kulissen des Werdens“, was mir eine „phantastische“ Vielfalt von Alternativen (*Yi*) zeigt, die im Leben gar nicht realisiert wurden, aber als Chancen sehr wohl vorhanden waren.

Das beachtende „Paddeln“ in die Vergangenheit lässt dagegen das Werden als einen „linearen Rinnsal kausal verknüpfter Fakten“ erscheinen, ähnlich wie Historiker ihre „wahren“ Geschichten schreiben.

Bei abendlichen Meditationen, die den vergangenen Tag reflektieren, soll man daher auch nicht zuerst an das Aufwachen am Morgen des nun zu Ende gehenden Tages denken. Es geht vielmehr auch hier darum, in einer sogenannten Zeit-Umkehr das am Abend gegenwärtige Im-Bett-Liegen (*Jing*) durch die Frage (*Shen*) „*Was war unmittelbar vorher?*“ usw. sukzessive in die Vergangenheit (*Yi-Jing*) hinein als eine ganzheitliche und umfassende Vorstellung (*Yi*) aufzubauen. Auch hier soll man nicht in die Vergangenheit hinein „paddeln“, sondern (hinter die Kulissen des im Traum nochmals werdenden Tages schauend) in sie hinein „rudern“!

⁶⁷ Vgl. hierzu auch meine Ausführungen in: HORST TIWALD: „*Talent im Hier und Jetzt*“, Hamburg 2003, Band 11 der Schriftenreihe des Instituts für bewegungswissenschaftliche Anthropologie (www.bewegen.org), ISBN 3-9362212-10-4. . Zum kostenlosen Download von meiner Homepage: www.horst-tiwald.de im Ordner: „*Buch-Manuskripte*“.

Jedes erinnerte Geschehen (*Yi-Jing*) selbst „paddelt“ aber, wie in der vergangenen Realität (*Jing*), sehr wohl in die Zukunft zum Hier und Jetzt des Meditierens (*Jing*) hin.

Der Raum des Erinnerns wächst durch die sogenannte Zeit-Umkehr sukzessive in die Vergangenheit hinein.

Die Zeit kehrt sich aber eigentlich nicht um, sondern sie läuft deutlich in zwei entgegengesetzte Richtungen. Der Raum spannt sich also in beide Richtungen auf, sowohl in die Vergangenheit als auch in die Zukunft hinein.

Ähnlich „phantasie-geladene“ (*Yi*) Phänomene stellen sich beim Erreichen der „Mitte“, beim „In-Form-Sein“ ein, deshalb habe ich hier ausführlicher darauf Bezug genommen.

VI.

Auch die Achtsamkeit (*Shen*) ist eine komplementäre Einheit dieser beiden Arten des Bewegens (*Yin* und *Yang*). Sie verbindet (*Yin*) und unterscheidet (*Yang*). Dementsprechend sind auch zwei Formen eines „Ganzen“ (*Jing*) zu Unterscheiden.

- zum einen das ‚Holon‘, das dadurch entsteht, dass ein Ganzes (*Jing*) durch unterscheidendes Bewegen (*Shen, Yang*) auseinandergesetzt wird,
- zum anderen ein ‚System‘, das als Ganzes (*Jing*) durch verbindendes Bewegen (*Yin*) entsteht.
- im Holon (*Jing*) werden die Glieder (*Jing*) durch verbindendes Bewegen (*Yin*) zusammengehalten,
- im System (*Jing*) werden die Teile (*Jing*) durch grenzsetzendes Bewegen (*Yang*) definiert.

Die Achtsamkeit (*Shen*) setzt auf ähnliche Weise ein sinnlich anschauliches Holon (*Jing*) im sogenannten ‚Verstand‘ (*Yi-Jing, Yang*) zu kleineren Bedeutungs-Einheiten (*Yi-Jing*) ‚ur-teilend‘ (*Yang*) auseinander und verbindet (*Yin*) andererseits logisch schließend und kreativ assoziierend mit

der sogenannten ‚Vernunft‘ (*Yi-Jing, Yin*) kleinere Einheiten (*Jing*) zu größeren Sinn-Einheiten (*Yi-Jing*), zu Systemen.

Die Achtsamkeit (*Shen*) kann nun bei dieser Arbeit einerseits von der äußeren Realität (*Jing*) fasziniert, eingestellt und geführt werden, andererseits kann sie aber auch von der inneren Realität (*Yi-Jing*) ‚vor-ur-teilend‘ dazu verleitet werden, dort Grenzen zu ziehen (*Yang*), wo objektiv keine sind, oder auch Einheiten zu bilden (*Yin*), die objektiv gar nicht gegeben sind.

Dadurch kommt es in der Erkenntnis zwangsläufig zum Konflikt zwischen den beiden Fremdbestimmungen der äußeren (*Jing*) und der inneren Realität (*Jing*).

Zwei Faszinationen (*Shen*) prügeln sich gleichsam um die Vorherrschaft. In diesem Zweikampf zwischen diesen zwei Faszinationen (*Shen*) gerät das, was mit ‚selbstbestimmter Intention‘ (Achtsamkeit, *Shen*) bezeichnet wurde, leicht aus dem Blick.

Aus der fundamentalen Dialektik zwischen freier Intention (Achtsamkeit, *Shen*) und bedürfnisrelevant von außen her faszinierter Intention (Aufmerksamkeit, *Shen*) wurde eine von der freien Intention (Achtsamkeit, *Shen*) entfremdete Dialektik zwischen innerer (*Yi-Jing*) und äußerer (*Jing*) Fremdbestimmung (Aufmerksamkeit, *Shen*), bei der zunehmend die vorurteilende innere Fremdbestimmung (*Yi-Jing*) die Oberhand gewinnt.

Dieser Realitätsverlust (Verlust des *Jing*), bzw. diese Dominanz der inneren Fremdbestimmung (*Yi-Jing*) ist wiederum ein ‚gefundenes Fressen‘ für die Manipulation des Menschen durch den Menschen.

In dieser Asymmetrie erscheint dann das fixierte Hinwenden zu bloß einer dieser beiden Faszinationen wie eine Befreiung. Dieses Hinwenden wird daher oft als eine Annäherung an die selbstbestimmte Achtsamkeit fehlinterpretiert.

Das Fixieren auf eine der beiden Arten der Faszinationen bzw. der Umschlag in die bloß andere Art der Faszination erscheint

wie ein besonderer psychischer Ausnahmezustand vor allem auch deshalb, weil durch die starke Faszination der inneren oder äußeren Praxis das schwankende Bewusstsein (*Shen*) sozusagen ‚auf den Punkt gebracht wird‘ und sich als scheinbar beruhigt und ‚frei von‘ erlebt.

Der Weg zur selbstbestimmten Achtsamkeit führt daher nicht selten

- von der flatternden und schwankenden Faszination, die den Menschen fremdbestimmt ‚im Dreieck springen lässt‘;
- über die auf den Punkt gebrachte und relativ beruhigte Faszination;
- hin zur sich vorerst frei und selbstbestimmt erlebenden Achtsamkeit.

Benutzt man auf diesem Weg, um die faszinierte Aufmerksamkeit auf den Punkt zu bringen, vorerst besonders auffällige Faszinationen (entweder spektakuläre äußere Reize (*Jing*) oder beeindruckende innere Erlebnisse (*Yi-Jing*), so wendet man sich dann, wenn man die Aufmerksamkeit auf diese Weise auf den Punkt gebracht hat, zunehmend unauffälligen Erscheinungen (*Jing*) zu. Zum Beispiel sucht man beim Bemühen, Gleiches zu wiederholen (wie beim Uchi-Komi im Judo)⁶⁸, während des Wiederholens nach kleinen Unterschieden, oder man wendet sich dem Einfachen und „Faden“ zu, das vorerst nicht die Gefahr der manipulierenden Faszination zu liefern scheint.

Auf diesem Wege entdeckt (*Shen*) man in sich das, was ich im Unterschied zur faszinierten „Aufmerksamkeit“ mit dem Wort „Achtsamkeit“ bezeichnet habe.

Das sich dabei einstellende glückliche Erleben verlockt allerdings dazu, das Werkzeug „Achtsamkeit“ (*Shen*) selbst zum Werkstück zu machen und an ihm, in immer weltabgewandteren Situationen (losgelöst vom *Jing*) immer mehr herumzufeilen. Dies führt dann zum ‚Kult der Achtsamkeit‘, der gut beraten ist, in der Einsam-

⁶⁸ Vgl. HORST TIWALD: „Zur Psychologie des Uchi-Komi-Trainings“. Internet: www.horst-tiwald.de im Ordner „Texte zur Theorie des MuDo“.

keit zu bleiben und den Prüfstand der Praxis, den Prüfstand der tatsächlichen Welt (*Jing*), zu meiden.

Aus christlicher Sicht beschreibt PAVEL FLORENSKIJ den Weg von der Aufmerksamkeit zur Achtsamkeit so⁶⁹:

„Wenn aber die Aufmerksamkeit geübt ist und nicht durch den äußeren Eindruck dazu geführt wird, sich auf ein bestimmtes Objekt zu konzentrieren, wenn sie aus sich heraus fähig ist, aus dem Lärm der sinnlichen Eindrücke ein Merkmal oder ein Objekt herauszugreifen, obwohl es sich unter anderen frappierenden, jedoch für das Verständnis nicht erforderlichen Dingen verliert, so entfällt die Notwendigkeit sinnlicher Stützen für die Aufmerksamkeit.

Und im Gebiet des übersinnlichen Schauens ist es nicht anders: Die geistige Welt, das Unsichtbare, ist nicht irgendwo fern von uns, sondern umgibt uns; ...“ (S. 70/71)

„Da das geistige Auge der Betenden schwach ist, muss die Kirche in Fürsorge um sie der geistigen Schläffheit Abhilfe schaffen: Sie muss diese hellen, klaren und lichten Visionen markieren, stofflich befestigen, ihre Spur durch Farbe binden.

Aber diese Krücke der Geistigkeit, die stoffliche Ikonostase, verbirgt nichts vor den Gläubigen – keine interessanten und pikanten Geheimnisse, wie es sich manche in Ignoranz und Selbstliebe vorgestellt haben -, im Gegenteil, sie weist ihnen, den Halbblinden, die Geheimnisse des Altars, eröffnet ihnen, den Lahmen und Krüppeln, den Zugang in eine andere Welt, die ihnen aufgrund ihrer eigenen Geistessträgheit verschlossen ist, schreit ihnen vom Himmelreich in die tauben Ohren, da sich erwiesen hat, dass die Rede in gewöhnlicher Lautstärke nicht zu ihnen dringt.

Natürlich ist dieser Schrei all der feinen und der reichen Ausdrucksmittel beraubt, die die ruhige Rede besitzt; aber wer trägt denn die Schuld, wenn letztere nicht nur nicht geschätzt, sondern nicht einmal bemerkt wird, und was bleibt dann anderes als der Schrei?“ (S. 69)

VII.

⁶⁹ PAVEL FLORENSKIJ: *„Die Ikonostase. Urbild und Grenzerlebnis im revolutionären Russland“*. Stuttgart 1988.

Auf dem Weg zur Achtsamkeit (*Shen*) kann man nicht nur in dieser selbst oder in der starken Faszination durch den ‚Schrei‘, wie FLORENSKIJ es bildhaft ausdrückt, stecken bleiben, sondern auch das Erreichen der „gewöhnlichen Lautstärke“ (des *Jing*) kann einen festhalten und in einen „Kult der Einfachheit“, in einen „Kult des Fadens“ führen, in welchem man dann bemüht ist, dieses einfache So-Sein (*Yi*) als selig machend zu kultivieren.

Alle diese Angebote der Selbsterfahrung gibt es. Sie haben alle ihre gesellschaftliche Funktion.

Sowohl das einseitige Beschäftigen mit der Achtsamkeit (*Shen*) als auch die achtsame Analyse des „Fadens“ (im *Jing*) bringen aber auch wesentliche Erkenntnisse:

- über das Kultivieren der Achtsamkeit, d.h. über das „vertiefende Beachten der Achtsamkeit selbst“ gelangt man im Erleben immer mehr zum Da-Sein als einer fundamentalen Dimension des Erlebens und kann dann verstehen, was mit den Wörtern „*Wuji*“ „*Leere*“, „*Grund*“ und „*Mitte*“ (als einer achtsamen Meta-Position des *Shen*) in meinem Modell bezeichnet wird; man bekommt dann auch ein „Gespür“ dafür, was MEISTER ECKHART als „Gottheit“ (*Wuji*) vom „Gott“ (*Dao*) unterschied;
- über das achtsame ‚Kultivieren des Fadens‘ (im *Jing*) gelangt man dagegen immer mehr zum Erleben des So-Seins (*Yi*) in seinen fundamentalen Formen; man arbeitet dann mit „Grenzen-Erleben“ und kann dann besser verstehen, was in meinem Modell einerseits mit „Nichts“ und andererseits mit „*Dao*“, mit „*Ganzem*“ und mit „*Mitte*“, als einem „In-Form-Sein“ (*Jing*), bezeichnet wird. Hier bekommt man akzentuiert ein „Gespür“ dafür, was ECKHART als „Gott“ (*Dao*) von der „Gottheit“ (*Wuji*) unterschied.

Bei MEISTER ECKHART werden die drei Positionen der Drei-Einigkeit: („heiliger Geist“, „Sohn“ und „Vater“) klar unterschieden. Die Position des „heiligen Geistes“ nennt er „Gottheit“ (*Wuji*). Sie ist in meinem Sinne der

„Grund“, sie ist die „Fülle an Kraft“, sie ist die „Leere an Form“, sie ist das „umfassende Sein-Können“ als umfassende „Möglichkeit“, als „Potenz“.

In östlichen Philosophien wird diese Position das „*Brahma*“, das „*Wuji*“, die „*Sunnata*“ usw. genannt. LAO DSE nennt sie auch das „*Dao*“

ECKHART legt Wert darauf, diese wirkungslos in ihrer „Kraft“ ruhende „Gottheit“ vom „energisch“ wirkenden „Gott“, dem „Vater“ (dem umfassenden „Ganzen“, der Natur im weitesten Sinne), zu unterscheiden.

Von diesem „Vater“ (*Dao*) gehen auf den Menschen (auf den „Sohn“) ein äußeres und inneres Einstell-Wirken (*Jing*) aus, die dieser mit seinem „Glauben“ aber nur dann als „Gnade“ (als eine innere Stimme) vernehmen kann, wenn er mit seiner Seele (*Shen*), wenn er mit seinem ‚Fünklein‘ (mit seinem „Atman“) als „Sohn“ unmittelbar eins geworden ist mit der „Gottheit“, mit dem „Grund“ (*Wuji*).

Der „Grund“ ist also so etwas wie ein untätiger, wirkungsloser Spiegel, der den „Sohn“ (Menschen) mit dem „Vater“ (*Dao*), der den Menschen (*Jing*) durch die innere „Identität“ (Dasein) der Dreieinigkeit mit der Natur (*Jing, Dao*) „unmittelbar vermittelt“.

Über dieses innere Einswerden mit dem „Grund“ (*Wuji, Shen*) erlangt der Mensch (Sohn, *Jing*) seine freie in die ‚Ungewissheit‘ geworfene, aber trotzdem im „Grund“ (*Wuji*) geborgene „Mitte“. In dieser gründlichen „Mitte“ darf er das Einstell-Wirken der ihn umgebenden Natur (*Jing*) und die des umfassend wirkenden „Ganzen“ (*Dao, „Vater“*) im „Wagnis“ (*Xin*), wie es PETER WUST⁷⁰ vielleicht ausdrücken würde, ausbalancieren muss.

MEISTER ECKHART sagte⁷¹:

⁷⁰ Vgl. PETER WUST: „*Ungewissheit und Wagnis*“. Graz 1937.

⁷¹ Aus der Predigt: „*Nolite timere eos.*“ In: DIETMAR MIETH (Hrsg.): „*Meister Eckhart*“. Olten 1979

„Gott und ‚Gottheit‘ sind so weit voneinander verschieden wie Himmel und Erde. Ich sage noch mehr: Der innere und der äußere Mensch sind so weit verschieden wie Himmel und Erde. Gott aber ist es um viele tausend Meilen mehr. Gott wird und entwird. Nun komme ich auf mein Wort wieder zurück: Gott schmeckt sich selbst in allen Dingen....“ (S. 191/192)

„So also reden alle Geschöpfe von Gott. Und warum reden sie nicht von der ‚Gottheit‘? (Weil) alles, was in der ‚Gottheit‘ ist, Eins ist, und davon kann man nicht reden. Gott wirkt, die ‚Gottheit‘ wirkt nicht, sie hat auch nichts zu wirken, in ihr ist kein Werk; sie hat es niemals auf ein Werk abgesehen. Gott und ‚Gottheit‘ sind unterschieden nach Wirken und Nichtwirken.

Wenn ich in Gott zurückkomme und nicht dabei stehen bleibe, dann ist mein ‚Durchbrechen‘ viel edler als mein Ausfließen.

Ich allein bringe alle Geschöpfe in ihrem geistigen Sein in meine Vernunft, so dass sie in mir eins sind.

Wenn ich in den Grund, in den Boden, in den Strom und in die Quelle der ‚Gottheit‘ komme, so fragt mich niemand, woher ich komme und wo ich gewesen bin. Dort hat mich (ja) niemand vermisst, dort entwird Gott.“ (S. 193/194)

VIII.

Da ich im ersten Teil dieses Buches und auch an anderen Stellen wiederholt versucht habe, das für das Verstehen östlicher Gedanken wesentliche Thema „Da-Sein“ (*Shen* des *Jing*) und „Leere“ zu verdeutlichen, möchte ich mich nun dem Thema „Mitte“ von der Seite des So-Seins (*Yi* des *Jing*) her nähern, wozu das Thema des „Faden“ ein guter Einstieg ist.

Zwei Phänomene sind in diesem Zusammenhang wichtig:

- einerseits der Umschlag in eine neue bzw. andere Qualität, beispielsweise beim sogenannten „Aktsprung“ (zum Beispiel: bei zunehmender Geschwindigkeit vom Gehen zum Laufen und dann zum Galoppieren);
- andererseits der Umschlag in das Gegenteil, wie es im Bild des *Yin* und *Yang* symbolisiert wird.

Beide Ereignisse sind wichtiger Bezugspunkt für das Entfalten der Achtsamkeit (*Shen*) bzw. des Entfaltens des *Yi* im *Jing*.

Man kann zum Beispiel entweder im Pass-Gang gehen oder nach dem sog. Diagonal-Prinzip gehen. Beides lässt sich isoliert voneinander gut üben (*Jing*).

Interessant ist nun aber, darauf zu achten (*Shen*), was in mir und in meinem äußeren Bewegungen (*Jing*) beim Übergang von einer Gangart (*Jing*) in die andere (*Jing*) geschieht.

Genau so lassen sich verschiedene Rhythmen trommeln (*Jing*). Auch diese Rhythmen kann man isoliert voneinander einstudieren. Für das Entwickeln der Achtsamkeit (*Shen*) ist aber von besonderem Interesse, das innere und äußere Geschehen (*Jing*) genau beim Übergang von einem Rhythmus (*Jing*) in den anderen (*Jing*) zu beachten (*Shen*).

Beim Skilaufen kann man sich zum Beispiel einen zunehmend steiler werdenden Hang suchen und im flacheren Teil mit Schlittschuh-Schritt auf den Ski-Innenkanten sich aktiv fortzubewegen beginnen. Irgend wann kommt der notwendige Übergang vom Schlittschuh-Schritt auf den Ski-Innenkanten zum Schlittschuh-Schritt auf den Ski-Außenkanten.

Was geschieht an dieser „inneren Grenze“, und wo und wann erreicht man sie?

Auf diesem Weg gelangt man (nach Überschreiten dieser „inneren Grenze“) mit zunehmender Hangneigung und zunehmender Geschwindigkeit auch zur „äußeren Grenze“ und erlebt im „Abenteuer“ des Extremen die entsprechenden „Grenz-Erfahrungen“.

Ähnliches kann man beim schnellen Bergab-Laufen, bzw. Galoppieren, über Geröllhalden oder in Bächen erleben.

In diesen riskanten „Abenteuern“ stellt sich ein „In-Form-Sein“, ein Offen-Sein zu allen Bewegungen hin, und eine mit der Wahrnehmung raum-zeitlich enorm vorausseilende Wachheit (*Shen*) und Gelassenheit (*Xin*) ein, in der Angst (*Xin*) keinen Platz hat, denn diese wäre unter Umständen tödlich.

Das „In-Form-Sein“ in der „Mitte“ (*Jing*) zwischen zwei Extremen (*Jing*) kann dagegen insbesondere der Skilauf-Anfänger erleben, wenn er sich achtsam bemüht, jene „Grenze“ zu finden, wo es sich nicht mehr lohnt, um Stabilität zu kämpfen und es zweckmäßiger ist, aktiv seinen Sturz mitzugestalten.

In diesem Falle ist ein voreiliges, präventives Stürzen genau so wenig erstrebenswert wie ein kämpferisches zu lange Warten.

Beim achtsamen Experimentieren (*Shen*) mit dem Gleichgewicht (*Jing*) kann man hier ebenfalls seine „Mitte“ (im *Jing*) und sein „In-Form-Sein“ finden und dann aus dieser „antennigen“ Freiheit (*Shen*) heraus souverän das Einstell-Wirken⁷² der Umwelt (*Jing*) aufnehmen und sein zweckmäßiges Bewegung entwickeln.

Wer dagegen glaubt, Skilaufen ohne zu stürzen erlernen zu sollen, bzw. beabsichtigt, möglichst schnell das Stürzen zu meiden, dem ist allerdings dieser achtsame Weg zur „Mitte im *Jing*“ verwehrt.

Wer allerdings glaubt, Stürzen alleine sei schon gut, je spektakulärer desto besser, der hat den „faden“ Weg des achtsamen Experimentierens (*Shen*) mit dem Gleichgewicht (*Jing*) nicht verstanden.

Es geht nicht um einen „Kult des Stürzens“ (*Yi-Jing*), der vielleicht „hart macht“, sondern um achtsame „Grenz-Erfahrungen“ in der unfassbaren und unsichtbaren „faden Mitte“ des *Jing*.

Für das Thema der „Mitte“ ist, wie schon aufgezeigt, das Beachten (*Shen*) des Umschlages ins Gegenteil, sind „Grenz-Erfahrungen“, sehr wichtig, zum Beispiel auch die Frage danach, wo die Qualität „kalt“ in die Qualität „warm“ übergeht. Wo ist die „Grenze“?

Ohne Unterschiede, ohne „Grenzen“ gibt es keine Qualitäten, aber wo sind jene zu finden?

IX.

⁷² Vgl. meine Beiträge: „*Querverbindungen von Heinrich Jacoby zum MuDo-Ansatz des Bewegtenlernens*“ sowie „*Einstellwirkung und Empathie – Gedanken zu Heinrich Jacoby*“ und „*Einstellwirkung im Sinne von Heinrich Jacoby in der Inneren Empirie*“. Internet: www.horst-tiwald.de im Ordner „*Texte zum Projekt Musik-Gesundheit-Bewegen*“.

Die Grenze ist entweder ein „hartes Nichts“, das eben „nicht“ zu finden ist, oder „nicht Nichts“ und als solches eben keine harte Grenze, sondern ein verlaufend erscheinendes Feld.

Es zeigt sich im Erleben, dass es zwischen den Extremen in ihrer „Mitte“ eigentlich gar keine inneren Grenzen gibt, sondern dass diese sogenannten inneren Grenzen selbst „Felder“ (*Jing*) sind, die durch die Extreme an den äußeren „Grenzen“, die im Abenteuer gesucht werden, erst als innere Unterschiede erkennbar gemacht werden.

In ihrer „Mitte“ sind sie aber weder das Eine noch das Andere. Die innere Grenze der „Mitte“ hat sich als trennendes und formgebendes „Nichts“ selbst negiert und sich zu einem erscheinenden „Feld“ (*Jing*) gespannt.

Wo ist in der konkreten Realität die Grenze zwischen „hell und dunkel“, zwischen „schwarz und weiß“, zwischen „Tag und Nacht“, zwischen „Haut und Umwelt“, zwischen „*Yin* und *Yang*“?

Je weiter das Gegebene auseinanderliegt, je größer die Unterschieds-Schwelle ist, um so klarer weiß man, was ‚eigener Körper‘ (*Jing*) und was ‚Umwelt‘ (*Jing*), was ‚Subjekt‘ (*Jing*) und was ‚Objekt‘ (*Jing*) ist.

Das harte qualitative Problem erweist sich hier dann als ein verlaufend quantitatives.

Dass es eine eindeutige Grenze gibt, schließt man bloß irrtümlich aus der eindeutigen Unterscheidbarkeit der Extreme. Die „Mitte“ (dort wo auch eine Grenze vermutet wird) ist aber diffus, unauffällig, „grau in grau“, „faded“, „ohne Geschmack“, letztlich „unfassbar“ und auch „unsichtbar“.

Die „Mitte“ zwischen „schwarz“ und „weiß“ erscheint als „grau“, bzw. als graues Feld (*Jing*). Das „Grau“ wäre dann seiner „Soheit“⁷³ nach der Inbe-

⁷³ Unter ‚Soheit‘ verstehe ich die auf den Punkt gebrachte spezifische Qualität des jeweiligen ‚ganzen‘ Bewusstseins. Die ‚Soheit‘ (‚Tathata‘) ist undifferenzierte, aber benennbare Qualität im Hier und Jetzt. Ihr ausformbarer Gehalt, ihr

griff der Farbe überhaupt. Setze ich den Inbegriff der Farbe in sich „grenzsetzend“ in die uns gegebene Buntheit auseinander und suche ich, diese Vielfalt der Farben vermischend, wieder ihre „Mitte“, dann lande ich wiederum beim farblosen „Grau“.

Das „Grau“ erscheint hier gewissermaßen als die „ruhende Mitte“, als Mitte eines Rades, um die sich alle Speichen drehen, als Mitte eines Feldes bzw. als ein mittleres Feld.

Wenn ich mich, zum Beispiel beim achtsamen Variieren einer Bewegung (*Jing*), achtsam dem So-Sein (*Yi*) der ‚Mitte‘ dieser Variationen zuwende, also jenen Bereich suche, der weder das eine noch das andere, aber auch sowohl das eine als auch das andere ist, dann kann sich im Erleben das „In-Form-Sein“ einstellen, das sich in nichts von dem unterscheidet, was man über das „ein-seitige“ Hinwenden (*Shen*) zur Achtsamkeit (*Shen*) bzw. zur „Leere“ (*Wuji*) erreichen kann.

Das „unsichtbare“ Da-Sein (*Shen, Wuji*) erfüllt auch im „Weg zur Mitte des So-Seins“ erlebens-intensiv das „sichtbare“ So-Sein (*Yi des Jing*).

Man erfasst hier zum Beispiel unmittelbar konkret etwas allen Farben „Gemeines“ (*Yi*), das selbst aber gar nicht erscheint (*Yi*). In der Malerei des CHAN (Zen) geht es zum Beispiel darum, immer wieder Bambus (*Jing*) zu malen und dabei selbst Bambus (*Yi-Jing*) zu werden.

Man zeichnet dann keinen bereits erschienenen Bambus ab, sondern man „schöpft“ kreativ (in dieser „Ur-Form“ Tat-sächlich [*Jing*] seiend) einen neuen Bambus. Diesen neuen Bambus gab es in dieser Form aber gar nicht. Kein Bambus gleicht dem anderen. Es ist nämlich vollkommen unmöglich,

‚So-Sein‘, ist nicht als differenziertes ‚Bewusstsein‘, sondern bloß als ‚Bewusstheit‘, als Möglichkeit und Chance des Wissens präsent.

irgend etwas exakt zu kopieren. Die Kunst ist also, wenn sie Kunst ist, wie die Natur selbst ein schöpferischer Akt.

HENRI MATISSE drückte dies, in Hinblick auf einige Portraits, die ihm seiner Ansicht nach gelungen sind, so aus:

„In diesen Zeichnungen, scheint mir, ist meine ganze Einsicht in das Wesen der Zeichnung, die ich während vieler Jahre ständig vertieft, enthalten. Es ist die Erfahrung, dass weder ein genaues Abbilden der in der Natur vorgefundenen Formen noch ein geduldiges Anhäufen scharf beobachteter Einzelheiten die Eigenart einer Zeichnung ausmachen, wohl aber das tiefe Gefühl, das der Künstler dem von ihm gewählten Objekt entgegenbringt, auf das er seine ganze Aufmerksamkeit richtet und in dessen Wesen er eingedrungen ist.

Zu dieser Einsicht bin ich auf Grund von Erfahrungen gekommen. Ich habe, um ein Beispiel zu nehmen, die Blätter eines Feigenbaumes beobachtet und gesehen, dass jedes Blatt, obgleich es seine besondere Form hat, dennoch einer gemeinsamen Form teilhaftig ist; trotz des phantastischen Formenreichtums gaben sich diese Blätter unverwechselbar als Feigenblätter zu erkennen. Das gleiche habe ich bei anderen Pflanzen, Früchten und Gemüsen beobachtet.

Es gibt somit eine innere, eingeborene Wahrheit, die in der äußeren Erfahrung eines Objektes enthalten ist und die in seiner Darstellung aus ihr heraussprechen muss. Dies ist die einzige Wahrheit, die gilt. ...

Jede dieser Zeichnungen verdankt ihren Ursprung einer einmaligen Erfindung. Der Künstler ist so weit in sein Objekt eingedrungen, dass er mit ihm eins wird; er hat sich selbst im Objekt gefunden, so dass seine Ansicht des Objektes zugleich eine Aussage über sein ureigenes Wesen ist. ...

Die innere Wahrheit offenbart sich in der Biagsamkeit der Linie, in der Freiheit, mit der sie sich den Anforderungen des Bildaufbaues unterzieht.“⁷⁴

„Alles, was wir im täglichen Leben sehen, wird mehr oder weniger durch unsere erworbenen Gewohnheiten entstellt, und diese

⁷⁴HENRI MATISSE: „Genauigkeit ist nicht Wahrheit“ (1947). In: HENRI MATISSE: „Farbe und Gleichnis – Gesammelte Schriften“. Hamburg 1960, Fischer Bücherei S. 85-90.

Tatsache ist in einer Zeit wie der unsrigen vielleicht in einer besonderen Weise spürbar, da wir vom Film, der Reklame und den Illustrierten Zeitschriften mit einer Flut vorgefertigter Bilder überschwemmt werden, die sich hinsichtlich der Vision ungefähr so verhalten wie ein Vorurteil zu seiner Erkenntnis. Die zur Befreiung von diesen Bildfabrikaten nötige Anstrengung verlangt einen gewissen Mut, und dieser Mut ist für den Künstler unentbehrlich, der alles so sehen muss, als ob er es zum erstenmal sähe. Man muss zeitlebens so sehen können, wie man als Kind die Welt ansah, denn der Verlust dieses Sehvermögens bedeutet gleichzeitig den Verlust jedes originalen, das heißt persönlichen Ausdrucks. ...

Der erste Schritt zur Schöpfung besteht darin, jede Sache in ihrer Wahrheit zu sehen, und dies setzt eine stete Bemühung voraus.

Schöpfen heißt, das ausdrücken, was man in sich hat. Jede echte schöpferische Anstrengung spielt sich im Inneren ab. Aber auch das Gefühl will genährt werden, was mit Hilfe von Anschauungsobjekten, die der Außenwelt entnommen werden, geschieht. Hier schiebt sich die Arbeit ein, durch die der Künstler die äußere Welt sich stufenweise angleicht und sich einverleibt, bis das Objekt, das er zeichnet, zu einem Bestandteil seiner selbst wird, bis er es in sich hat und als eigene Schöpfung auf die Leinwand werfen kann. ...

Das Kunstwerk ist also das Ergebnis eines langen Arbeitsprozesses. Der Künstler schöpft alle Möglichkeiten der Außenwelt, die seine innere Vision stärken können, restlos aus, und zwar direkt, wenn das Objekt, das er zeichnet, in dem Bild als solches vorkommen soll, oder sonst durch Analogie. Auf diese Art versetzt er sich in einen schöpferischen Zustand. Innerlich bereichert er sich mit Formen, denen er Meister wird, und die er eines Tages nach einem neuen Rhythmus anordnet. Erst wenn er diesem Rhythmus Ausdruck gibt, ist der Künstler wahrhaft schöpferisch tätig; der Weg dahin führt aber nicht über ein Anhäufen von Details, sondern über deren Bereinigung.“⁷⁵

Auch hier zeigt sich der revolutionäre Einfluss, den der japanische Künstler HOKUSAI KATSUSHIKA (1760-1849) auf die europäische Malerei, ins-

⁷⁵ HENRI MATISSE: „Man muss zeitlebens die Welt mit Kinderaugen sehen“ (1953). a.a.O. S. 113-117.

besondere in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts, ausgeübt hat. Dieses Beispiel aus der Kunst sollte die Einheit der beiden Wege deutlich machen.

Auf dem Weg über das So-Sein (*Yi im Jing*) gelange ich ‚im Leben‘ nämlich nicht wo anders hin, als auf dem (sich immer mehr vom So-sein der sinnlichen und gedanklichen Welt isolierenden) Weg über das Da-Sein (*Shen im Jing*).

Deshalb fasziniert das tiefe Erleben des „Faden“ (im *Jing*) ähnlich wie das Kultivieren der Achtsamkeit (des *Shen im Jing*).

Der Sog, jenes „Erlebens der faden Soheit der Mitte“ zum in sich kreisenden „Erlebnis“ zu kultivieren (und dieses zum differenzierten „Bewusstsein“ [*Yi*] auszuformen) ist daher ebenso verführerisch.

Dieses Kultivieren würde zum Beispiel bedeuten, das Grau selbst zur Farbe zu machen und in ihm dann verschiedene Arten des Grau zu unterscheiden, es zum So-Sein zu differenzieren.

Die erlebens-intensive Farb-Mitte ‚grau‘ ist aber kein bereits bewusst differenziertes So-Sein (*Yi*), sondern, als ‚Bewusstheit⁷⁶ der Farbe überhaupt‘, die in einer achtsamen ‚Sammlung‘ (*Shen, Taiji*)⁷⁷ genau auf den Punkt gebrachte Vielfalt der Farben.

Als negierte Grenze, als negiertes Nichts, ist die ‚Mitte‘ aber nicht die ‚formlose Leere‘, sondern als ‚Soheit‘ bloß die ‚in sich‘ unterschiedlose ‚Form‘ (*Yi*). Sie ist als (zwar benennbares aber undifferenziertes) ‚Ganzes‘ (*Jing*) in gewisser Hinsicht eine Urform bzw. ein ‚Ur-Phänomen‘ im Sinne GOETHES⁷⁸. Sie ist das,

⁷⁶Hier sind drei Wörter auseinander zu halten: ‚*Bewusstheit*‘ als Möglichkeit und Chance des Wissens, ‚*Bewusstsein*‘ als Wirklichkeit des Wissens und ‚*Willkür*‘ als selbstbestimmtes Umsetzen des Wissens. Vgl. mein Projektpapier Nr. 3: „*Bewusstsein, Willkür und Bewusstheit im Gewandtheits- und Achtsamkeitstraining*“. (3. 12. 1998). Zum kostenlosen Download von meiner Homepage: www.horst-tiwald.de im Ordner: „*Buch-Manuskripte*“.

⁷⁷ vgl. mein Projektpapier Nr. 16 „*Konzentration im Gewandtheits- und Achtsamkeitstraining. Zur Erinnerung an ELSA GINDLER.*“. Zum kostenlosen Download von meiner Homepage: www.horst-tiwald.de im Ordner: „*Buch-Manuskripte*“.

⁷⁸ vgl. HENRI BORTOFT: „*Goethes naturwissenschaftliche Methode.*“ Stuttgart 1995. Verlag Freies Geistesleben. (ISBN 3-7725-1544-4.)

was wir zwar als ‚spezifische Qualität‘ unmittelbar ‚kennen‘ und ‚benennen‘, aber nicht ‚erkennen‘⁷⁹ können.

Weil diese so-seiende Ganzheit (*Yi-Jing*) ohne innere Differenzierung ist, scheint sie der durchschimmernden „unsichtbaren“ Leere des Da-Seins (*Shen, Wuji*) besonders nahe.

X.

Die erlebens-intensive Mitte „Grau“ ist aber keine Farbe und doch kann sie (den „Grenzen“ entsprechend) „der Chance nach“ sowohl „Weiß“ als auch „Schwarz“ oder auch jede Farbe werden. Sie ist das relativ dauerhafte „konkret All-Gemeine“ (*Yi-Jing*) der Farbe, d.h. sie ist als konkret „dauerhaftes“ („träges“ d.h. „relativ beruhigtes“) Ur-Phänomen (*Yi-Jing*) kein gedanklich abstraktes Allgemeines (*Yi*).

Die erlebensintensive Mitte „Grau“ ist das, was allen Farben konkret gemeinsam ist, so lange es überhaupt Farben gibt.

Hier liegt allerdings das Missverständnis nahe, das „Grau“ als eine äußere Farbe (*Yi*) von ihrem erlebens-intensiven Begegnen (*Jing*) mit dem Menschen (*Jing*) zu trennen.

Es geht daher nicht darum, das „Fade“ zu Substantialisieren, es vom Akt seines wahrnehmenden Beachtens (*Shen-Jing*) zu trennen und zu objektivieren. Im Gegenteil, die Einheit des objektiv „Faden“ (*Yi-Jing*) mit dessen subjektivem Beachten (*Shen-Jing*) ist das Entscheidende.

Es gibt nichts objektiv „Geschmackloses“ (*Yi-Jing*), wenn es kein subjektives ‚Schmecken‘ (*Shen-Jing*) gibt.

Das ‚Fade‘ ist als das ‚Geschmacklose‘ daher auch der Inbegriff des ‚Schmeckens‘ (als subjektivem Akt).

⁷⁹ Zur Unterscheidung des schauenden ‚Kennens‘ von ‚Ganzheiten‘ und dem theoretischen ‚Erkennen‘ ihrer nach innen und außen differenzierten Struktur siehe: HORST TIWALD: „*Bewegung und Wissenschaft*“. Internet: www.horst-tiwald.de im Ordner „*Kritische Sporttheorie*“.

Genau so ist die ‚Weisheit‘ (Yi) nichts, was man vom Menschen (Jing) ablösen könnte.

„Weisheit“ ist zwar das auf den Punkt gebrachte Wissen (Yi), aber sie ist auch voll des gründlichen ‚Schmeckens‘ (Shen-Jing), was das lateinische Wort für Weisheit „Sapientia“ (von lat. „sapio“, „ich schmecke“) treffend ausdrückt.

PAVEL FLORENSKIJ drückte dies so aus:

„Anders gesagt sind die wesentliche Erkenntnis, als Akt des erkennenden Subjekts, und die wesentliche Wahrheit, als erkanntes reales Objekt – real ein und dasselbe, obwohl sie sich im abstrakten Verstande unterscheiden.“ (4. Brief „Das Licht der Wahrheit“)

„Wenn dem aber so ist, dann ist der Akt des Erkennens nicht nur ein gnoseologischer, sondern auch ein ontologischer, nicht nur ein idealer, sondern auch ein realer Akt.

Die Erkenntnis ist ein reales Aus-Sich-Herausgehen des Erkennenden oder – was dasselbe ist – ein reales Hineingehen dessen, was erkannt wird, in den Erkennenden – eine reale Vereinigung des Erkennenden und des Erkannten.

Das ist die fundamentale und charakteristische These der gesamten russischen und überhaupt der östlichen Philosophie.“ (4. Brief „Das Licht der Wahrheit“)

„Wie immer wir über die menschliche Vernunft denken mögen, so haben wir doch ohne weiteres die Möglichkeit zu behaupten, dass sie ein Organ des Menschen, seine lebendige Tätigkeit, seine reale Kraft, lógos, ist.

Im gegenteiligen Falle, im Falle, dass sie uns als ‚an sich‘ seiend und daher als ein Irreales – diánoia – gilt, sind wir unvermeidlich zu einer ebenso unbestreitbaren und von vornherein feststehenden Verneinung der Realität des Wissens genötigt.

Wenn nämlich die Vernunft des Seins nicht teilhaftig ist, so hat auch das Sein an der Vernunft nicht teil, d. h. es ist alogisch.

Dann ist der Illusionismus unvermeidlich und jeglicher Nihilismus, der in einen schwächlichen und kläglichen Skeptizismus mündet.“ (4. Brief „Das Licht der Wahrheit“)

„In der Tat:

der Verstand in seinen konstitutiven logischen Normen ist entweder durch und durch unsinnig, wahnsinnig bis in seine feinste Struktur hinein, aus unbewiesenen und daher völlig zufälligen Elementen zusammengesetzt, oder aber, er hat das Überlogische zu seiner Grundlage.

Eines von beiden:

entweder muss man die prinzipielle Zufälligkeit der logischen Gesetze annehmen, oder aber die Anerkennung der überlogischen Grundlage dieser Normen ist unvermeidlich – einer Grundlage, welche vom Standpunkt des Verstandes selbst postulativ notwendig ist, aber eben deshalb für den Verstand ein antinomische Gepräge hat.

Das eine wie das andere führt über die Grenzen des Verstandes hinaus.“ (3. Brief „Die Trinität“)⁸⁰

Was hier beschrieben wird, das ist der Weg im So-Sein (*Yi*) des Ganzen (*Jing, Dao*). Dieser Weg des „achtsamen Schmeckens“ (*Shen-Yi-Jing*) ist aber, das kann nicht oft genug betont werden, klar zu unterscheiden von dem anderen Weg des achtsamen „Beachtens der Achtsamkeit“ (*Shen-Shen-Jing*) selbst:

- Der Weg des achtsamen „Beachtens der Achtsamkeit“ baut keine Meta-Ebenen des So-Seins (*Yi*) auf und legt auch nicht im So-Sein (*Jing-Yi*) relativ ruhende ‚Ur-Phänomene‘ (*Yi-Jing*) bloß.

Im ‚Beachten der Achtsamkeit‘ wird vielmehr die Achtsamkeit selbst als widerspiegelndes und wirkungsloses Da-Sein (*Shen, Wuji*) immer mehr vom So-Sein (*Yi*) isoliert, bzw. das sinnliche So-Sein (*Jing-Yi*) wird sukzessive ausgeblendet, wodurch der Grund der ‚Leere‘ (*Wuji*) nahezu „übrigbleibt“. Das Einstrahlen dieser unsichtbaren ‚Leere‘ (*Wuji*) gibt dem So-Sein (*Jing-Yi*) das Erhabene einer zeitlosen Ewigkeit.

Dieses zeitlose „Ewig-Sein“ darf aber nicht verwechselt werden mit der in der Zeit beharrlichen, trägen, „relativ beruhigten“, zeitlich das Hier und Jetzt überdauernden „Soheit“ der

⁸⁰ PAVEL FLORENSKIJ: „Der Pfeiler und die Grundfeste der Wahrheit“. in: PAVEL FLORENSKIJ: „An den Wasserscheiden des Denkens“. Berlin. Kontext Verlag (ISBN 3-931337-05-7)

Ur-Phänomene, die über die Mitte des So-Seins (*Jing-Yi*) erreicht werden.

- Das „Schmecken“ ist dagegen ein Akt des So-Seins (*Yi-Jing*), ein Akt der achtsamen Sinnlichkeit (*Shen-Yi-Jing*). In der Erlebens-Tiefe gelangt man über diesen achtsam-sinnlichen Akt (*Jing*) zum lebendig konkret allgemeinen So-Sein (zur „Soheit“) als der in sich unterschiedlosen Qualität, die jedoch alle ihre besonderen Ausformungen in sich begreift und zu diesen hin konkret offen ist.

Hier erlebe ich das „In-Form-Sein“ als Freiheit und Kompetenz zu jedem situativ zweckmäßigen Tun hin offen und auch fähig zu sein.

Hier dehnt sich das Hier und Jetzt zeitlich in die Vergangenheit und in die Zukunft, wie ich es am Beispiel des Traumes beschrieben habe.

Hier werden das Hier und Jetzt überdauernde Ur-Phänomene (zeitlich langfristig wirkende Formen, Ordnungen und Gesetze) gegenwärtig. Diese sind aber nicht „ewig“ im Sinne des zeitlosen Da-Seins (*Shen*), sie sind nicht „ewig“ im Sinne des „Grundes“ (*Wuji*).

Da im Beachten (*Shen*) dieser in der Zeit „beharrenden“ Ur-Phänomene (*Yi-Jing*) die form-, wirkungs- und vergehenslose ‚Ewigkeit‘ des unsichtbaren ‚Grundes‘ (*Wuji*) durchtönt, erscheint es im Erleben fast so, als wären diese im Erleben gegenwärtigen Ur-Formen und „Ideen“ im platonischen Sinne auch „ewige“ und „jenseitige“ Ur-Bilder.

Die Differenz zwischen der „relativen Ruhe“ bzw. der „prägenden Beharrlichkeit“ der Ur-Phänomene „in der Zeit“ des „Ganzen“ (*Dao*) einerseits, und der „zeitlosen Ewigkeit“ des unsichtbaren „Grundes“ (*Wuji*) andererseits, wird im Erleben als „fundamentaler Widerspruch“ erst „klar“, wenn man nicht nur den Weg zur Mitte des So-Seins (*Yi*) hin, sondern auch jenen des „Beachtens der Achtsamkeit“ (*Shen*) einigermaßen beschritten hat.

Die auf den Punkt eines „eingipfeligen Bewusstseins“ gebrachte „Bewusstheit“ (*Shen*) eines So-Seins (*Yi*) erscheint als eine konkret-allgemeine Ur-Form mehrerer besonderer So-Sein (*Jing*).

Diese „Bewusstheit“ unterscheidet sich, wie schon wiederholt betont, aber vom achtsamen Erleben der Formlosigkeit der „Leere“, das über das „Beachten der Achtsamkeit“ unmittelbar erreicht werden kann.

Der unsichtbare „Grund“, die „Leere“ (*Wuji*) ist nämlich nicht einmal „geschmacklos“ oder „fade“, denn die Achtsamkeit (*Shen*) kann nicht schmecken!

Schmecken, d. h. einen Geschmack (*Yi*) erwarten, das kann nur das dem so-seienden „Ganzen“ (*Dao*) zugewandte „achtsam-sinnliche Erinnern“ (*Shen-Yi*).

Das achtsame Begegnen mit der formlosen „Leere“ (*Wuji*) des Tat-sächlichen Da-Seins (*Jing*) ist dagegen gewissermaßen die formlose Kehrseite des Schmeckens der geschmacklosen „Mitte“ des So-Seins.

XI.

Auch beim Hören von Musik kann ich die „Mitte“, in welcher im So-Sein (*Yi*) das unsichtbare Da-Sein (*Wuji*) durchleuchtet, bzw. in der dieses das Tat-sächliche So-Sein (*Jing*) erfüllt, im So-Sein (*Jing-Yi*) selbst auf zwei Wegen erreichen:

- zum einen kann ich versuchen, im So-Sein (*Yi*) der Musik durch achtsames „Hinhören“ (*Shen*) die Musik als so-seiendes „Ganzes“ (*Jing*) auf den Punkt zu bringen. Es kann mir dabei gelingen, sie als eine „ganze“ Einheit zu beachten, die mich ergreift oder die ich selbst achtsam ergreife und in meiner „Sammlung“ (*Shen, Taiji*) auf den Punkt ihrer „Soheit“ bringe. Dadurch kann ich in der Präsenz eines musikalischen „Ur-Phänomens“ zum „erhabenen“ durchleuchtenden Da-Sein (*Wuji*) gelangen;
- ich kann aber andererseits die Musik auch als „Grenz-Erfahrung“ zur Stille hin erleben. Ich kann das So-Sein der Töne (*Yi*) dabei als einen „Umgang mit der Stille“ begreifen. Die Töne der Musik (*Yi*) umkreisen bei diesem Beachten (*Shen*) dann die „Mitte“ einer „hörbaren Stille“ (*Jing-Yi*), in der das „Unhörbare“, das „Unsichtbare“, das „Erhabene“ (*Wuji*) durchleuchtet.

In diesem Weg des „Grenz-Erfahrens zur Stille hin“ werde ich allerdings nur von jener Musik angezogen, bzw. nur von jener auf mich wirkend „eingestellt“ (*Jing*), die es auch darauf anlegt, in die „Stille“ zu führen.

Diese „Stille“ erlebte ich zum Beispiel, als ich achtsam die „Grenze“ eines verklingenden Glockenschlages suchte, d. h. jenen Punkt, an dem der Ton (*Yi*) unmittelbar verklungen war. Diesen Punkt kann man allerdings in Konzerten selten erleben, denn der Applaus zerstört oft das „Voll-Enden“, d.h. das voll „ihre Spannung entladende“ und mit der „Fülle der Stille“ (*Wuji*) endende Kunstwerk .

Mir ist der erste Weg, das So-Sein (*Yi*) der Musik in einer achtsamen „Sammlung“ (*Shen, Taiji*) auf den Punkt zu bringen, mangels Vertrautheit mit den Mustern dieses So-Seins (*Yi*), mehr oder weniger verschlossen. Wohl aber ergreifen mich in der Musik manche Phasen als eine „Ganzheit“ (*Jing*), die über ihr „Einstell-Wirken“ mein „Hinhören“ auf den Punkt bringt.

Ich erlebe dann fasziniert ein Durchleuchten des Da-Seins (*Wuji*), des „Un-sichtbaren“, des „Erhabenen“ durch die Musik. Dies ist aber bei mir keine Leistung meiner „Achtsamkeit“ (*Shen*), sondern bloß ein Phänomen meiner zuhörenden und faszinierten „Aufmerksamkeit“ (*Shen*).

Ganz anders ist es für mich, wenn ich achtsam einem verklingenden Ton einer Glocke oder eines Gamelan-Orchesters, wie ich auf JAVA hörte, lauschen kann und, an der „Grenze zur Stille“, die „Soheit des Hörens“, analog zu „Soheit des Schmeckens“, erleben kann.

Für mein Erleben ist daher Musik nicht ein „schönes“ Muster von Geräuschen, sondern ein gekonnter „Umgang mit der Stille“.

Beim Hören der Musik von ANTON BRUCKNER⁸¹ habe ich oft den Eindruck, dass der ganze „Lärm“ seiner göttlichen Musik nur aufgeführt wird, um einen „demütig-triumphalen Zugang zur Stille“ (*Wuji*) zu zeigen.

Über den achtsamen „Umgang“ mit dem So-Sein (*Jing-Yi*) gelangen wir also über die „Soheit“ zu „Ur-Phänomenen“, die es erleichtern, das unsichtbare Da-Sein (*Wuji*), das eigentlich überall zu spüren wäre, besonders zu erleben.

Dieser Weg ist eine gute Einstiegshilfe in das Beachten (*Shen*) der Welt wie sie ganz profan ist (*Jing*). Auch im Profanen ist nämlich das „Unsichtbare“ des Da-Seins, das *Wuji*, die „Gottheit“ im Sinne MEISTER ECKHARTS, gegenwärtig.

Diese ist aber im Profanen nicht so leicht und nicht jedermann zugänglich, aber erlebens-intensiv „ahnen“ lässt sie sich.

Es wäre daher ganz verkehrt, über die Kunst einen Sog zu den Ur-Phänomenen hin, die es leicht machen „in der Welt zu sein“, zu erzeugen und dadurch von dem „gründlichen“ Begegnen mit der komplexen Welt (*Jing, Dao*) abzulenken.

Die Kunst (*Jing-Yi-Jing*) kann eine „gründliche“ (*Shen, Wuji*) Einstiegshilfe in die Tat-sächliche Welt (*Jing, Dao*) sein. Aber sie kann kein (künstlicher) Ersatz für die Welt (*Jing*) sein.

Ähnlich verhält es sich, wenn man im Sport beim Entwickeln des Bewe-gens zum Beispiel mit dem Bewusstmachen von „Erb-Koordinationen“ (wie sie als angeborene Bewegungs-Muster zum Beispiel unser Atmen, unser Balancieren und Fortbewegen prägen) beginnt.

Diese einfachen Formen des Bewe-gens, die sich als „phylogene-tische Gewohnheiten“ in uns zu „tragen“, aber doch „zweckmä-ßigen“ Gesetzmäßigkeiten (*Jing*) verfestigt haben, sind nämlich als Ur-Phänomene des menschlichen Bewe-gens ebenfalls leichter

⁸¹ zum Beispiel bei der letzten, der unvollendeten „Neunten“ Symphonie von ANTON BRUCKNER, die in der Zeit von 1887 bis zu seinem Tode 1896 entstand.

auf den Punkt der Achtsamkeit (*Shen*) zu bringen als komplexe Kultur-Bewegungen.

Über das Beachten der Erb-Koordinationen ist es daher relativ leicht, „Bewusstheit“ und das „In-Form-Sein“ zu erreichen, was sich auch im Eins-Werden mit der Umwelt (*Jing*) zeigt. In dieser Hinsicht sind über unsere Erb-Koordinationen unsere „Fäden zur Umwelt“ gespannt, über die wir das „Einstell-Wirken“ der Umwelt optimal aufnehmen können.

Bei den Erb-Koordinationen aber stehen zu bleiben, aus ihnen einen Kult zu machen und sie nicht bloß als Einstiegshilfen zu betrachten, wäre ähnlich „ab-wegig“.

XI.

Wir haben im Sinne von MEISTER ECKHART also zwei Wege zu unterscheiden:

- den des Beachtens der formlosen Achtsamkeit, der zur „Gottheit“ (*Wuji*) führt;
- den des achtsamen Schmeckens der geschmacklosen Mitte, der zu „Gott“ (*Dao*) führt.

Letztlich geht es aber, im Sinne der christlichen Dreieinigkeit, um den die beiden ersten Wege umfassenden „Weg des Sohnes“, um den „Weg der liebenden Tat“, der (in der „Geborgenheit“ der beiden anderen Wege) dann im „freien“ Begegnen mit der „Ungewissheit“ der praktischen Welt (*Jing*) den „Mut (*Xin*) zur unvollkommenen Tat (*Jing*)“ eben „wagen“ (*Xin*) muss.

Wenn ich von „Tat“ spreche, dann folge ich weitgehend dem Verständnis von SERGEJ L. RUBINSTEIN, der schrieb:

"Das Verhalten des Menschen kann man nicht auf einen einfachen Komplex von ‚Reaktionen‘ reduzieren. Es umschließt ein System mehr oder weniger bewusster ‚Handlungen‘ oder ‚Taten‘. Eine bewusste Handlung unterscheidet sich von einer Reaktion durch eine andere Beziehung zum Objekt.

Für die Reaktion ist der Gegenstand nur Reiz, das heißt die äußere Ursache oder der Anstoß, der sie hervorruft.

Das Handeln ist ein bewusster Akt der Tätigkeit, der auf ein Objekt gerichtet ist.

Die Reaktion wird zum bewussten Handeln in dem Maße, wie sich das gegenständliche Bewusstsein ausbildet.

Das Handeln wird ferner zur ‚Tat‘ in dem Maße, wie die Beziehung des Handelns zum handelnden Subjekt, zu sich selbst und zu anderen Menschen als Subjekten die Ebene des Bewusstseins erreicht, das heißt, wie sie zu einer bewussten Beziehung wird und somit das Handeln zu regulieren beginnt.

Die Tat unterscheidet sich vom Handeln durch eine andere Beziehung zum Subjekt. Das Handeln wird zur Tat in dem Maße, wie sich die Selbsterkenntnis ausbildet.

Die Genesis von Tat und Selbsterkenntnis ist ein verwickelter, meist von inneren Widersprüchen durchsetzter, aber einheitlicher Prozess, ebenso wie die Genesis des Handelns als einer bewussten Operation und die Genesis des gegenständlichen Bewusstseins ein einheitlicher Prozess sind.

Die verschiedenen Ebenen und Typen des Bewusstseins bezeichnen gleichzeitig auch verschiedene Ebenen und Typen des Verhaltens (Reaktion, bewusstes Handeln, Tat).

Die Entwicklungsstufen des Bewusstseins bezeichnen die Veränderungen der inneren Natur des Handelns oder der Akte des Verhaltens; die Veränderung ihrer inneren Natur aber bedeutet eine Veränderung der psychologischen Gesetzmäßigkeiten ihres äußeren, objektiven Verlaufs.

Darum kann die Struktur des Bewusstseins prinzipiell nach dem äußeren, objektiven Verlauf des Handelns bestimmt werden. Mit der Überwindung der behavioristischen Konzeption des Verhaltens wird gleichzeitig die introspektive Konzeption des Bewusstseins überwunden"⁸²

"Für das Verständnis des Verhaltens in dem spezifischen Sinne, den dieses Wort in der russischen Sprache hat, muss man den Begriff der Handlung von dem der Tat unterscheiden.

Eine Tat ist jene Handlung, die ein durch Dinge verwirklichtes Verhältnis des Menschen zu anderen Menschen ausdrückt. Für eine Tat ist das wesentlich und bestimmend.

⁸² S. L. RUBINSTEIN: "Grundlagen der Allgemeinen Psychologie". Berlin-Ost 1962, S. 30.

Eine Tat entsteht aus dem Handeln im Ergebnis einer spezifischen Verallgemeinerung. Sie setzt die Generalisierung des Handelns hinsichtlich ihres Verhältnisses zum Menschen und hinsichtlich des Effekts, den eine Handlung nicht auf ein Ding als solches, sondern auf den Menschen ausübt, voraus.

Ein und dieselbe Handlung kann deshalb unter verschiedenen Bedingungen, in verschiedenen Systemen menschlicher Beziehungen ganz verschiedene Taten bedeuten, genauso wie hinsichtlich ihres dinglichen Effekts verschiedene Handlungen ein und dieselbe Tat sein können.

Es verhält sich überhaupt nicht so, dass sich Handlungen als äußere, ausführende Akte vollziehen können, die ihrer eigenen Gesetzmäßigkeit folgen, ohne die psychische, insbesondere die gnostische Tätigkeit in irgendeiner Weise einzuschließen.

Dabei würde nämlich diese entweder in den Verlauf der materiellen menschlichen Tätigkeit von außen hineingepresst werden (wobei unweigerlich ihre spezifische Gesetzmäßigkeit zerstört würde), oder sie fiel selbst aus dem gesetzmäßigen Verlauf der Tätigkeit heraus. Diese beiden alternativen Voraussetzungen sind falsch:

Die Gesetzmäßigkeit der menschlichen Tätigkeit, des Verhaltens tritt nur dann zutage, wenn der ausführende und der sinnlich-gnostische Abschnitt des Handelns als Einheit betrachtet werden"

⁸³

XII.

Mit diesen Zitaten will ich deutlich machen, wie die Entwicklung des menschlichen Verhaltens (*Jing*) sukzessive einerseits zum „Beachten des Selbst und des eigenen Tuns“, andererseits zum „Beachten der mitmenschlichen Bezüge“ fortschreitet und dadurch als „Ver-Antworten“ (*Xin*) immer umfassender wird.

Der „Weg der Tat“ ist daher mehr als nur ein „Beachten der Achtsamkeit“, mehr als nur ein „Beachten des Fadens“ und auch mehr als ein „Beachten der Grenz-Erfahrungen“ im tätigen Abenteuer. Sei dies im individuellen oder im kooperativen Tun.

⁸³ S. L. RUBINSTEIN: *"Sein und Bewusstsein"*. Berlin- Ost 1964, S. 229-230.

Offene, d.h. „gründliche“ (*Wuji*), mitmenschliche „Solidarität“ ist mehr als „Team-Fähigkeit“.

Im Team geht es bloß darum, den Synergie-Effekt der Kooperation zu erkennen, aus dem sachlich folgt, dass es hinsichtlich der Team-Leistung notwendig ist, sich im Kooperieren auch gegenseitig zu „sichern“ und zu ‚helfen‘.

Dies ist aber noch nicht der sich (in einer „Identifikation“) auch gegenseitig „rettende“ Geist der Solidarität.

Der Unterschied zwischen „Team-Geist“ und „Solidarität“ wird an der „äußeren Grenze“ der extremen Beanspruchung deutlich, zum Beispiel im Team-Geist des bergsteigerischen Extrem-Sportes, insofern dieser streckenweise auch Synergien einer Kooperation nützt.

Im äußeren Grenz-Bereich des Extremes kann nämlich der Team-Geist „notwendend“ in individuellen Egoismus zerbrechen, weil das Retten des anderen in dieser extremen Situation oft den gemeinsamen Untergang bedeuten würde.

Sport bedeutet als Spiel immer eine aus dem alltäglichen Leben isolierte Situation.

Nur hier kann man sich das Suchen des Abenteuers auch leisten, was im umfassenden Leben verantwortungsloser Frevel wäre.

Solidarität ist im Sport daher selten, zumindest konstituiert sie diesen nicht.

Was hier vielfach zählt, das ist Team-Geist.

Im sportlichen Team, wie auch im wirtschaftlichen, werden Mitspieler, die den Kontakt zum Team verlieren oder wenn das Team den Kontakt zu jenen verliert, einfach ausgetauscht und mehr oder weniger fallen gelassen. Probleme entstehen erst, wenn das Team selbst zerbricht und man alle Spieler entlassen müsste. Oder wenn man merkt, dass der ausgetauschte Spieler im Sinne der Einkauf-Kosten sehr teuer war und ohne weitere Kosten nicht so leicht zu ersetzen ist.

Hier wird erst deutlich, dass das Team nicht alleine über rationale Einsicht in die Notwendigkeit der Kooperation und in die individuellen Vorteile, die Synergien bringen können, aufzubauen ist⁸⁴.

Ohne einen „Keim“ a-rationaler Solidarität scheint auch das Team seinen „Nerv“ zu verlieren und es ist dieser auch nicht ohne achtsame „Identifikation“ (vom „Grunde“, vom *Wuji* her) wieder aufzubauen.

Beim Aufbau von Team-Fähigkeit ist daher auch das a-rationale Element der Solidarität zu beachten und es ist zu berücksichtigen, dass alle genannten Wege der Achtsamkeit zwar einen Beitrag zur Entwicklung der Team-Fähigkeit leisten können, dies aber nicht zwangsläufig auch tun.

„Die Genesis von Tat und Selbsterkenntnis ist“, wie RUBINSTEIN schrieb, „ein verwickelter, meist von inneren Widersprüchen durchsetzter, aber einheitlicher Prozess, ebenso wie die Genesis des Handelns als einer bewussten Operation und die Genesis des gegenständlichen Bewusstseins ein einheitlicher Prozess sind.“

Es geht daher darum, in einer „unvollkommenen“ Balance seine „gründliche“ (*Wuji*) personale Mitte zu finden und von dort her die „Identifikations-Fähigkeit“ achtsam und umfassend zu entfalten.

In diesem Geschehen ist es wesentlich, das „Beachten“ (*Shen*) nicht mit der „Reflexion“, d. h. mit dem „sich Gedanken über Erlebnisse oder über Gedanken machen“, zu verwechseln.

Die gedankliche Reflexion gelangt nicht zum Tat-sächlichen Da-Sein der „Bewusstheit“ (*Jing-Yi*), sondern bleibt im „Bewusstsein“ (*Yi*) stecken. Sie baut in diesem bloß meta-sprachliche Ebenen des symbolischen So-Seins

⁸⁴ Vgl. HORST TIWALD: *„Analyse der Mitmenschlichkeit - Zur Didaktik der Leibesziehung“*. Internet: www.horst-tiwald.de im Ordner *„Texte zur Theorie des MuDo“*.

(Yi) auf:

- ohne „Beachten“ (*Shen-Jing*) wird keine ‚Bewusstheit‘ (*Yi-Jing*), keine „Mitte“, kein „Aus-sich-Heraustreten“ (*Wuji*), kein „In-Form-Sein“ und kein „antenniges“ Aufnehmen des „Einstell-Wirkens“ des *Jing* bzw. des *Dao* erreicht;
- aber ohne selbst-tätiges, „ur-teilendes“ und deutliche „Formen“ (*Yi*) und gedankliche „Ordnungen“ (*Yi*) schaffendes „Bewusstsein“ gibt es auch keine mitmenschliche „Ver-Antwortung“.

XIII.

Das aus sich selbst heraustretende „Verstehen“ ist daher nicht nur „Grund-Lage“ (*Wuji*) der Erkenntnis der Welt, sondern auch „Grund-legend“ für unsere „Tat in der Welt“ (*Jing*).

Auch für PAVEL FLORENSKIJ ist das Verstehen über dessen Seins-Bezug direkt mit dem für die Tat wesentlichen Wert-Sein (*Xin*) des menschlichen Tuns verknüpft:

„Die Sünde besteht in dem Nicht-heraustreten-wollen aus der Selbstidentität, aus der Identität ‚Ich=Ich‘, oder, genauer, ‚Ich!‘. Die Selbstbehauptung, die Behauptung seiner selbst, ohne seine Beziehung zum anderen – d.h. zu Gott und zur ganzen Kreatur -, das Eigen-Beharren im Nichtheraustreten aus sich selbst ist eben die Ursünde oder die Wurzel aller Sünden.

Alle besonderen Sünden sind nur Spielarten, nur Manifestationen des Eigenbeharens der Selbstheit.

Anders gesagt, die Sünde ist jene Kraft der Selbsterhaltung, als der Erhaltung seines Ich, welche die Persönlichkeit zum ‚Selbst-Götzen‘, zum Götzen seiner Selbst macht, das Ich durch das Ich und nicht durch Gott ‚erklärt‘, das Ich auf das Ich und nicht auf Gott gründet.

Die Sünde ist jener wurzelhafte Trieb des Ich, durch welchen es sich in seiner Besonderheit, in seiner Abgeschiedenheit behauptet und aus sich selbst den einzigen Punkt der Realität macht.

Die Sünde ist dasjenige, was vor dem Ich die ganze Realität verbirgt, denn die Realität schauen, das bedeutet eben aus sich heraustreten und sein Ich in das Nicht-Ich, in das andere, in das Geschaute übertragen –d.h. lieb gewinnen.“ (7. Brief. Die Sünde)⁸⁵

Für PAVEL FLORENSKIJ ist Sünde „*jene Scheidewand, die das Ich zwischen sich und die Realität setzt*“, sie ist „*das Dunkel, die Undurchdringlichkeit für das Licht, die Finsternis*“, denn für FLORENSKIJ ist das Licht „*das In-Erscheinung-Treten der Realität; das Dunkel aber umgekehrt die Abgeschiedenheit, die Zerstückelung der Realität – die Unmöglichkeit gegenseitigen Erscheinens, die Unsichtbarkeit des einen für den anderen.*“

- FLORENSKIJ spricht hier das an, was ich mit der Komplementarität von zwei fundamentalen Bewegungen zu modellieren suche.
- Mit dem Wort „Unsichtbares“ bezeichne ich aber in meiner Terminologie die „Leere“, die „Gottheit“, das *Wuji*. Von dort her wird nämlich kein „Sehen“, kein „Schmecken“, kein „Hören“ usw. „eingestellt“.
- Ganz anders verhält es sich beim „Nichts“, bei der „Grenze“ im So-Sein (*Jing-Yi*). Die „Grenze“ gaukelt (durch die von der „Mitte“ entfernten Extreme!) eine „Sicherheit des Sehens“, des „Schmeckens“, des ‚Hörens‘ usw. vor. Sie lockt die Einstellung des „Sehens“, des „Schmeckens“, des „Hörens“ usw. Die Grenze lässt sich aber durch das „Sehen“, durch das „Schmecken“, durch das „Hören“ usw. (bzw. letztlich durch das „Denken“) nicht „fassen“.
- Die „Grenze“ ist als „Nichts“ für mein Begreifen daher „unfassbar“.
- Deswegen bezeichne ich die „Grenze“ (das „sichere“ Trennung vorgaukelnde „Nichts“) als das „Unfassbare“ im Unterschied

⁸⁵ PAVEL FLORENSKIJ: „*Der Pfeiler und die Grundfeste der Wahrheit*“. in: PAVEL FLORENSKIJ: „*An den Wasserscheiden des Denkens*“. Berlin. Kontext Verlag (ISBN 3-931337-05-7)

zum „Unsichtbaren“ der „Leere“ (*Wuji*). Das *Wuji* bildet als die unsichtbare „Fülle“ den „Inhalt“ (die reale „Grund-Lage“) der erscheinenden „Form“ (des *Jing*, des „negierten Nichts“, des „Nicht-Unmöglichen“).

- Das umfassende „Ganze“ (*Dao*) wiederum, kann sich als „Ganzes“ nie für irgend einen Beachtenden (*Shen-Jing*) „ereignen“. Es „entzieht“ sich bzw. es bleibt „verborgen“. Hierfür habe ich noch kein Wort. Wenn ich alle drei Dimensionen (des Verborgenen-Seins) zur Sprache bringen möchte, dann brauche ich auch in der Sprache drei verschiedene Wörter. Damit könnte man diese Dimensionen besser auseinander halten und auch ihre innere Verbundenheit besser sagen. Man könnte dann unterscheiden zwischen dem im übertragenen Sinne „Unsichtbaren“ (dem „Grund“, dem *Wuji*), dem „Unfassbaren“ (dem „Nichts“, dem Tod, dem Nicht-Sein)) und dem, was nur „geschehen“, sich aber als Ganzes für einen Beachtenden (*Jing*) nie „ereignen“ kann (dem „Ganzen“, dem *Dao*).

Dies habe ich angemerkt, weil sich hier ein wesentlicher Unterschied zwischen meinem Modell und jenem von PAVEL FLORENSKIJ gut aufzeigen lässt. Weil aber auch die Gemeinsamkeiten beider Modelle so besser deutlich werden.

Im Modell von PAVEL FLORENSKIJ geht es nämlich, wie in meinem Modell, beim Thema „Sünde“ ebenfalls nicht um ein Abweichen von einer von Dogmen und Normen (*Xin, Yi*) gesteuerten Moral, also nicht „vorerst“ um ein Abweichen von „Formen“ (*Yi*).

Nicht eine hinhörende Offenheit zu sprachlichen „Formen“ (*Yi*) der richtungweisenden Ratschläge (als „Vorkenntnis“ des richtigen oder falschen Tuns) ist das Fundamentale, sondern die „gründliche“ (*Wuji*) Offenheit zur Realität selbst (*Jing, Dao*) hin.

Hier ist die selbe Gründlichkeit (*Wuji*) Notwendend, die im *Dao-de-jing* von LAO-ZI angemahnt wird. Dort heißt es gleich zu Beginn des zweiten Buches:

„Höchste Tugend weiß von der Tugend nicht, daher gibt es die Tugend.

Niedere Tugend lässt von der Tugend nicht, daher mangelt die Tugend.

Höchste Tugend ist ohne Tun, ist auch ein Grund, warum sie täte.

Niedere Tugend tut, hat auch einen Grund, warum sie tut.

Höchste Menschlichkeit tut, aber ohne Grund, warum sie tut.

Höchste Redlichkeit tut, doch mit einem Grund, warum sie tut.

Höchste Sittsamkeit tut und wenn ihr niemand erwidert, zwingt sie die anderen mit aufgekrempeelten Ärmeln.

Wahrlich:

Wer den Weg verliert, ist nachher tugendhaft.

Wer die Tugend verliert, ist nachher gerecht.

Wer die Rechtlichkeit verliert, ist nachher sittsam.

Wohl!

Die Sittsamkeit ist eine Verkümmernng von Lauterkeit und Treue, des Haders Anfang ist sie.

Vorkenntnis ist eine prangende Blüte des Weges, aber der Torheit Beginn.

Deshalb der große gereifte Mann hält sich an das Völlige und verweilt nicht beim Kümmerlichen. Hält sich an den Kern und verweilt nicht bei der Blüte.

Wahrlich:

Von jenem Lass! Dieses erfass! "⁸⁶

Um „Dieses“ zu erfassen, gibt es eben mehrere Wege.

Wenn man aber den „Grund“ (*Wuji*) sucht, dann darf man die an Wörter (*Yi*) gebundene „Vorkenntnis“ (*Yi*) nicht meidend „ver-achten“ (*Xin-*

⁸⁶ LAO-TSE (Übers. GÜNTHER DEBON) „*Tao-te-King. Das Heilige Buch vom Weg und von der Tugend*“. Stuttgart 1961 (ISBN 3-15-006798-7)

Shen), nur weil sie bloß eine „*prangende Blüte des Weges und der Torheit Beginn*“ ist.

Der Mensch (*Jing*) ist nämlich auch in die Sprache (*Jing-Yi*) gebunden. Wenn man ihm helfen will, muss man ihn daher dort abholen, wo er erreichbar ist.

Eine Flucht aus der Sprache (*Yi*) (über das ‚Beachten der Achtsamkeit (*Shen-Jing-Shen*) ist zwar eine Chance. Die Sprache selbst, mit „gründlichem“ (*Wuji*) Blick auf die Realität (*Jing*) hin, sprachkritisch „auf die Hörner zu nehmen“ ist aber auch eine Chance: dieser grenz-erfahrende Weg (im So-Sein der Realität, im *Jing*) ist sogar eine ‚gründliche‘ (*Wuji*) Chance.

XIV.

Mir ging es darum, verschieden Wege zum „In-Form-sein“ aufzuzeigen. Dabei wollte ich die „Eigen-Ständigkeit“ und „Ein-Seitigkeit“ des Weges des „Beachtens der Achtsamkeit“ unterscheiden. Dieser Weg führt über die Dimension „Da-Sein“ (*Shen*) unmittelbar zum Grund (zur Leere, zum *Wuji*) hin. Von diesem schlägt er dann „plötzlich“ um. In einer „Plötzlichkeit“, die im Chan (Zen) *Satori* genannt wird, bricht er in die „Welt der Unterscheidungen“ (*Jing, Dao*) durch. Der Andere Weg zum „In-Form-Sein“, bemüht sich dagegen in die „Welt der Unterscheidungen“ (*Jing, Dao*) im „Grenz-Erfahrens des So-Seins“ (*Jing-Yi*) klar unterscheiden.

Dieses klare Unterscheiden scheint mir erforderlich, um zur „gründlichen“ (*Wuji*) Einheit der verschiedenen Wege (die sich im „gründlichen Widerspruch“ zwischen „unsichtbarer voller Möglichkeit“ und bloß „wahrscheinlichen Nicht-Unmöglichkeiten“ zeigt) vorzudringen und nicht von einer Ein-Seitigkeit in die andere zu verfallen.

Die Leere (der Grund, das *Wuji*) erlebt sich auf dem Weg des „Beachtens der Achtsamkeit“ als ungerichtete, nicht wirkende „Kraft“, als „Potenz“ (als unsichtbare aber erfüllende „Möglichkeit“ im „singulären“ und allumfassenden Sinne).

Nichts ist in dieser Leere dem Erleben gegenwärtig oder in ihm „eingefaltet“ was „unmöglich“ oder was als unterscheidbare, spezifische Qualität „nicht-unmöglich“ wäre.

Erst auf dem Weg des „Grenz-Erfahrens“ im So-Sein (*Jing-Yi*) begegnet man im Erleben der Frage „Sein oder Nicht-Sein“. Hier „gaukelt“ und „zaubert“ erst die „Negation der Möglichkeit“ (nämlich die „Unmöglichkeit“) als ein „sicheres“ aber „unfassbares Nichts“.

Dieses „unfassbare Nichts“ ist aber „nicht“ die „unsichtbare Leere“, die im Erleben als „Fülle der Möglichkeit“ (als „Kraft“, nicht als „Energie“!) „ein-fach“ (nur im Singular!) da ist.

Jenes „Sicherheit vorgaukelnde“, aber als So-Sein „unfassbare Nichts“ erweist sich im Weg des „Grenz-Erfahrens“ (der eigentlich als Weg des „Nichts-Erfahrens“ antreten möchte) als eine bloß „scheinbare“ bzw. „wahr-scheinliche“ Grenze.

Diese scheinbare Grenze erweist sich aber ebenfalls als ein Zugang zur „Fülle des Da-Seins“ (*Wuji*), die sich hier (im „wahr-scheinlichen“ Feld des „Nicht-Unmöglichen“ (*Jing, Dao*) der sich selbst negierenden, d.h. der sich selbst auflösenden Grenze) als das „unsichtbar Erhabene“ (*Wuji*) selbst erlebt.

III.

Zum abendländischen und chinesischen Gottes-Begriff

I.

Der abendländische Gottes-Begriff hat eine ganz spezifische Entwicklung durchgemacht.

Vorerst wurde auf dem „meditativ-weltorientierten Weg“:

- jenes energische Wirken in der Natur (*Dao, Jing*) beachtet (*Shen*), welches nützt (*Xin*) oder schadet (*Xin*). Es ging also um das Wert-Sein (*Xin*) der Natur (*Dao, Jing*). Das energisch-bedrohliche Wertsein (*Xin*) wurde in der Natur (*Jing*) in Form von Göttern hervorgehoben. Diese Götter wurden aber von der Natur (*Jing, Dao*) noch nicht losgelöst. Die Götter wurden daher auf dem „meditativ-weltorientierten Weg“ in der Natur (*Dao, Jing*) selbst gesucht.
- später beachtete man nicht nur das Wertsein (das Gute und Böse), sondern auch das Sosein (das Schöne und das Hässliche). Dieses Beachten (*Shen*) des Soseins (*Yi*) war aber noch stark verknüpft mit dem Wertsein (*Xin*). Das Hässliche (*Yi*) wurde daher mit dem Bösen (*Xin*), das Schöne (*Yi*) mit dem Guten (*Xin*) zusammen gesehen.
- Später beachtete man auch die Sprache. Es wurde erkannt, dass in Symbolen (*Yi-Jing*) Sachen (*Jing*) verkörpert (*Yi-Jing*) werden können. Nun kam zu den Eigenschaften des Guten (*Xin*) und des Schönen (*Yi*) des Gottes noch seine Qualität, „Zeichen“ (Symbole, *Yi-Jing*) setzen zu können. Damit konnte der Gott bzw. es konnten die Götter den Menschen eine Wahrheit (*Shen-Yi*) auch als Sosein (*Yi*) offenbaren.

Später wurde dann auch auf dem nach innen gerichteten „meditativ-mystischen Weg“ das *Wuji* (die spiegelgleiche Leere, das Sein) erfasst. Dieses Sein (*Wuji*) schien irgendwie „fremd“ und „jenseits“ des dinglichen Wechselwirkens (*Dao*) zu sein. Diese „jenseits der Formen“ (*Yi*) und „jenseits der Werte“ (*Xin*) seiende „Fülle“ wurde dann als die eigentliche

Wahrheit (des *Yi* und des *Xin*), als das eigentliche Dasein (*Shen*) aufgefasst.⁸⁷

Es wurde damit:

- einerseits der „wirkende Gott“ (*Dao*) als eine „Gottheit“ (*Wuji*) von der Welt (*Jing, Dao*) isoliert,
- andererseits wurde aber die so-seiende Welt (*Dao*) in diese Leere (*Wuji*) hineininterpretiert.

So wurde eine „Einheit von *Wuji* und *Dao*“ zum „Gott“ verschmolzen. Diese Einheit hatte dann aber in sich die Welt (*Dao, Jing*) als Ur-Bild (*Yi, Xin*) eingefaltet. Dieser isolierte „Gott“, dieses „Eine“, wurde dann mit Qualitäten, sog. „Transzendentalien“ bedacht. Zum Beispiel mit:

- dem Guten (Wertsein, *Xin*)
- dem Wahren (Dasein, *Shen*, die verbindende Liebe, das unterscheidendes Wort)
- dem Schönen (Sosein, *Yi*).

II.

Problematisch wurde diese Vermengung von *Wuji* und *Dao*, bzw. die daraus folgende Abwertung der Welt (des *Jing*) zu einem Abbild, als die Frage nach dem „Menschen“, bzw. später auch nach der „Menschheit“, auftrat. Mit den „Religions-Stiftern“ und ihren „Gemeinden“ warf sich nämlich die Frage auf, wohin sie eigentlich gehörten.

Nun ging es darum, die Einheit von *Wuji* und *Dao* wieder zu entfalten und als Drittes den Menschen sichtbar zu machen.

Vorerst versuchte man zu unterscheiden⁸⁸:

- den christlichen „Gott des Neuen Testaments“ als den „Gott des *Wuji*“, als „Gott der verbindenden Liebe“, als den „Erlöser-Gott“;

⁸⁷ Vgl. ADOLF VON HARNACK: „*Marcion – Das Evangelium vom Fremden Gott*“. Berlin 1960 und HANS LEISEGANG: „*Die Gnosis*“, Stuttgart 1955.

⁸⁸ MARKION, MARCION VON SINOPE, geb. um 85 n. Chr.

- vom „Gott des Alten Testaments“, von dem „Schöpfer-Gott“, von dem strafenden „Gott der Gerechtigkeit“ (des Wertseins, *Xin*) und des vertraglich-rituellen Soseins (*Yi*)

JESUS wurde dabei als der Verkünder des „Erlöser-Gottes“ (*Wuji*, Liebe) betrachtet.

Dies warf naturgemäß die Frage auf⁸⁹:

- ob JESUS als „Gottes-Sohn“ mit „Gott“ wesens-eins
- oder bloß ein „Mittler zwischen Mensch und Gott“ sei.

Das Christentum hat sich dann demokratisch darauf „abgestimmt“⁹⁰, dass JESUS dem Gott wesensgleich und Gott eine „Drei-Einheit“ sei.

Bei MEISTER ECKHART⁹¹ wird dann diese „Trinität“ sehr klar differenziert:

- der „Gott der Liebe“ wurde bei ihm zur „Gottheit“, zum „wirkungslosen Grund“ (*Wuji*), zum hl. Geist (*Shen*, Liebe, Achtsamkeit);
- der „Schöpfer-Gott“ wurde bei ihm zum „Gott“, zum „wirkenden Ganzen“ (*Dao*), zum „Vater“;
- für den „Gottes-Sohn“, bzw. für den Menschen, wurde damit die Lücke aufgetan. Er war damit:
 - sowohl der „Innen-Gott im Menschen“, das vom *Wuji* erfüllte „Fünklein“ als die Quelle der Liebe (*Shen*, *Ren*)
 - als auch der in seiner Tat (*Jing*) vom Ganzen („Gott“, *Dao*) in der „Gnade“ eingestellte Mensch;
 - sowie die Chance, das durch „Gottes-Wort“ (bzw. durch die Sprache, *Yi*) im „Glauben“ verbundene mitmenschlich-nächstenliebende Wirken (*ren*) der

⁸⁹ Im Streit zwischen ARIUS (gest. 336 n. Chr.) JESUS ist „nicht wesens-eins“ mit Gott) und ATHANASIUS (gest. 333 n. Chr.) JESUS ist „wesens-eins“ mit Gott.

⁹⁰ auf dem KONZIL IN KONSTANTINOPEL im Jahr 381 n.Chr.

⁹¹ MEISTER ECKHART (gest. 1328 n. Chr.)

Menschheit (als Gemeinde) zu sein bzw. im „freien Wagnis“⁹² zu werden.

III.

Etwas anders verlief diese Entwicklung in CHINA. Hier stand anscheinend vom Anfang an das „Erleben eines Verbundenseins mit einem Umfassenden“ (*Dao*) zur Diskussion.

Vorerst war dieses Umfassende (*Dao*) die Natur bis zum Sternen-Himmel hin. Man erlebte und entdeckte sich von diesem Ganzen her „wirksam eingestellt“ (*De*). Die Zeichen dieses Ganzen (*Dao*) versuchte man als Symbole zu deuten. Das *Dao* war also vorerst die Natur als ein „Ganzes“. Der Mensch sah sich aber von jener nicht getrennt.

Später trat dann das „menschlich Umfassende“ als Familie, als Gruppe, als Gesellschaft, als Staat, als Menschheit in den Vordergrund.

Der individuelle Mensch war nun in zwei Richtungen hin (Natur und Menschheit) auf ein umfassendes Ganzes (*Dao*) eingeordnet und von diesem her „wirkend eingestellt“ (*De*)⁹³. Zum *Dao* wurde jetzt:

- sowohl die Ordnung der Natur
- als auch die wirksam ordnende (*De*) umfassende Menschlichkeit (*Ren*)⁹⁴.

Es ging daher nun darum, in beide Richtungen, die letztlich aber eine Einheit bilden, innerlich „hinzuhören“ (*Shen, Xiao*).

Es trat nun auch die Sprache in den Vordergrund, mit deren Hilfe das Zusammenleben der Menschen organisiert wird. Die Sprache sollte das *Dao* „richtig“ wiedergeben. Deswegen das intensive Bemühen von KONFUZIUS, die Begriffe bzw. die Wörter „richtig zu stellen“. Mit ihrer Hilfe sollte das praktisch „gerechte“ Handeln geleitet werden.

⁹² Vgl. PETER WUST: „*Ungewissheit und Wagnis*.“ Graz 1937.

⁹³ vgl. hierzu die pietätvolle Fügsamkeit (*Xiao*) des KONFUZIUS.

⁹⁴ Vgl. hierzu die Mitmenschlichkeit (*Ren*) des KONFUZIUS.

Es ging hier um ein dem *Dao* allseitig „gerecht werdendes“ harmonisches Handeln (*De*) innerhalb der gesellschaftlichen Ordnung (*Li*).

Sich der gesellschaftlichen Ordnung (*Li*) und der Mitmenschlichkeit (*Ren*) gemäß zu verhalten, das bedeutete bei KONFUZIUS die Pflichterfüllung (*Yi*), d.h. die Ordnung mit Maß zu praktizieren.

Die Mitmenschlichkeit (*Ren*) wurde so zum Mittel, die Ordnung (*Li*) mit Augen-Maß, bzw. mit *Dao*-Maß durchzusetzen.

Das menschliche Verhalten habe sich daher einerseits an der gesellschaftlichen Ordnung (*Li*) zu orientieren (*Yi*), aber über die Mitmenschlichkeit (*Ren*) vom *Dao* her ihr Tat-sächliches Maß zu gewinnen.

Das *Yi* bzw. das *Li* war also das, was als Ordnung die Menschen trennt (*Yang*).

Während die Mitmenschlichkeit (*Ren* bzw. *Xiao*) das war, was die Menschen verbindet (*Yin*).

Das Hinhören (*Shen*) auf das *Dao*, die pietätvolle Fügsamkeit (*Xiao*), war dabei die Wurzel des *Ren*.

IV.

Das praktische gesellschaftliche Leben machte anscheinend sichtbar, dass das Zusammen-Leben dann optimal funktioniert, wenn es eine hierarchische Organisations-Struktur (*Li*)⁹⁵ besitze.

In dieser „Ordnung“ (*Li*) habe dann jeder, wie in einem erfolgreichen Team, jenen Platz, für den er geeignet ist. Dadurch „nützt“ jeder dem Ganzen (der Menschheit) Tat-sächlich am besten.

⁹⁵ vgl. hierzu die hierarchische Stufung und Einordnung in die Gesellschaft (*Li*) des KONFUZIUS (KONG-ZI bzw. KONG-FU-ZI). Siehe RALF MORITZ: „*Die Philosophie im alten China*.“ Berlin 1990. ISBN 3-326-00466-4. S. 62ff

Das Ganze und jeder Einzelne gewinnen, wenn jene führen, die einen „guten Draht“ (*Xiao*) zur „Ordnung des gesamten Geschehens“ (zum *Dao*) haben.

Ihrem Überblick (*Yi*) und ihrem Hinhören (*Xiao*) auf das Ganze (*Dao*) entsprechend könnten sie nämlich Tat-sächliche „Situationspotentiale“ (*Jing*) „richtig“ und „frühzeitig“ erkennen. Dies setze sie in die Lage, die „Weichen des gesellschaftlichen Handelns“ rechtzeitig und richtig stellen. Dies ohne „verschwenderische Energie-Vergeudung“ zum Nutzen aller.

Es sollten daher in der hierarchischen Struktur der Gesellschaft die Plätze danach besetzt werden, in welchem Grade jeder Einblick (*Xiao*) in die Ordnung (*Yi*) des *Dao* habe.

Interessant ist, dass später nicht mehr der „Schaden“ als unmittelbarer Gegensatz zum „Nutzen“ betrachtet, sondern das „Verschwenden“ als „Gegensatz des Nützens“ entdeckt wurde⁹⁶.

Wer also das „Maß“ verliere und „verschwenderisch“ würde, der „schade“. Alles komme auf die „Dosis“ an. Das „maßlose“ Kumulieren von Macht, Geld, Lust usw. zerreiße den gesellschaftlichen Zusammenhang und „schade“ sowohl dem „Ganzen“ (*Dao*), als auch den anderen Teilen (*Jing*), die das Ganze (*Dao*) „versorgen“. Es gehe daher um ein „maßvolles Haushalten“, bzw. um eine maßvolle Pflege des Hauses (*Dao*).

V.

Es wurde aber auch praktisch sichtbar, dass der Mensch dazu neigt, selbstsüchtig seine jeweilige Position auszunutzen. Hier lag es dann nahe, anzunehmen, dass der Menschen in seinem Kern böse und schlecht sei⁹⁷.

⁹⁶ eine gedankliche Leistung von MO-ZI, (geb. ca. 470 v. Chr.). Vgl. RALF MORITZ: „*Die Philosophie im alten China.*“ Berlin 1990. ISBN 3-326-00466-4. S. 79.

Die Stärkeren bereichern sich auf Kosten der Schwächeren und sorgen dafür, dass nach ihnen nicht die Geeignetsten ihre Position übernehmen, sondern familiär Verwandte.

Auf diesen Missbrauch gab es naturgemäß, vom *Dao* her, bestimmte Reaktionen. Zum Beispiel den Vorschlag (*Yi*), die hierarchische Struktur mit ihrer Ausbeutungs-Chance zwar zu belassen, aber dafür zu sorgen, dass die Macht nicht mehr erblich weitergegeben, sondern an die jeweils Weisesten (*Xiao*) und Tüchtigsten (*De*) vergeben werde.

Diesem Anliegen entsprechend sollte daher jeder die Chance haben, über Bildung seine Eignungen zu vervollkommen.

Dieser Vorschlag blieb aber (ebenfalls naturgemäß) nur ein ideologischer Appell. Erfahrungsgemäß werden gesellschaftliche Machtpositionen nicht freiwillig geräumt.

Die Ordnungen gerieten daher in Misskredit. Es wurden nun Wege gesucht, die Ordnungen zu ändern.

Nicht eine Orientierung an einem abstrakten Ganzen, für das angeblich die Oberen der Gesellschaft als Anwalt fungieren, sollte nun das Maß geben.

Es wurde vielmehr die Orientierung am Tat-sächlichen Ganzen (*Dao*), d.h. es wurde die Orientierung an den konkreten Bedürfnissen der Menschen gefordert. Es ging dabei um ein dem *Dao* allseitig „gerecht werdendes“ harmonisches Tat-sächliches Handeln, welches die Welt auch Tat-sächlich (*Jing*) „menschlich“ verändert und so der Menschheit unmittelbar „nützt“. Dies war der Gedanke von MO-ZI.

Das Gedanken-Modell von MO-ZI verändert daher das Gedanken-Modell des KONFUZIUS.

⁹⁷ Dies war die Position von XUN-ZI (313-238 v. Chr.), einem Zeitgenossen von MENCIVS (MENG-ZI), der weniger auf das Hinhören (*Xiao*) auf das *Dao* vertraute, sondern auf den Ordnungen schaffenden Menschen selbst. Er vertraute auf die Chance, den in seinem Kern noch nicht guten Menschen mittels der vom Menschen geschaffenen Ordnungen zum Guten hin zu bilden bzw. zu erziehen.

MO-ZI löst die allgemeine Menschenliebe (*Ren*) von ihrer Unterordnung (*Yi*) unter die bestehende gesellschaftliche Ordnung (*Li*). Er löste aber auch die Bindung der Menschenliebe (*Ren*) an die mystische Orientierung am *Dao* (*Xiao*).

MO-ZI trat für eine Welt-Orientierung ein. Er wollte aus der Orientierung auf die Bedürfnisse (*Jing*) der Menschen die alle vereinigende Menschenliebe (*Jian-ai*) und das Maß (*Yi*) gewinnen. Herrscher, die diese Orientierung an den Bedürfnissen des Volkes (*Jing*) verlieren, sollten daher vom Tatsächlichen *Dao* (vom Volk) abgesetzt werden.

Diese Vorschläge setzten sich aber „naturgemäß“ in der Praxis ebenfalls nicht um.

Dies hatte nun ebenfalls „naturgemäß“ zur Folge, dass die individualistische Ausbeutung der Schwächeren in der Gesellschaft zunahm und die Gesellschaft dadurch ihren Zusammenhalt letztlich immer mehr verlor.

VI.

In dieser Ausweglosigkeit (in dieser Phase eines „naturgemäßen Wandels“) kam es dann „naturgemäß“ zum Entdecken des Individuums auch im „selbstbestimmten Sinne“, nicht nur im „ausbeutenden Sinne“.

In diesem Zusammenhang wurde der Weg zur Innerlichkeit noch weiter geöffnet.

Der Zusammenhang mit dem äußerlich Umfassenden, der sozial verloren schien, wurde dabei weitgehend aufgegeben.

Auf diese Weise kam es:

- einerseits zum parasitären Egoismus;
- andererseits zur Weltflucht.

Der parasitäre Egoismus richtete sein Leben nach dem individuellen Lustgewinn aus. Er machte dadurch aber erneut die „Dialektik zwischen dem Ganzem und seinen Teilen“ sichtbar.

An die Stelle der Dialektik zwischen:

- den „Werten (*Xin*), die das einzelne Individuum erhalten“
- und den „Werten“ (*Xin*), welche die umfassende Gesellschaft und die anderen Individuen erhalten, bzw. im weiteren ökologischen Sinne auch die Natur (*Dao*)“,

trat der Konflikt zwischen:

- den „Werten (*Xin*) des Lustbefindens des Individuums“
- und den „Werten (*Xin*) der Gesundheit seiner Organe (Elemente)“.

Wer nämlich nur seiner Lust nachjagt („verschwenderisch“ ist), der laufe nämlich Gefahr, die Gesundheit mancher seiner Organe (*Jing*) zu ruinieren.

Damit gefährde er aber auch seine Gesamt-Gesundheit.

Es trat also hier der gleiche Konflikt auf, der bereits auf der gesellschaftlichen Ebene aufgetreten war. Dort wollten Einzelne ihren Gewinn, Nutzen, Vorteil bzw. ihre Macht „maximieren“ und haben dadurch die gesellschaftlichen, ökonomischen und ökologischen Grundlagen zerstört.

Auf der Ebene des individuellen „lustorientierten Egoismus“ wiederholten sich daher naturgemäß auch die Rettungsversuche. Man forderte daher auch hier maßvolles „Optimieren“ statt blindes „Maximieren“⁹⁸.

Das „Maß“ und das „Maßhalten“ wurden wichtig. Wo war aber das „Maß“, die „Mitte“ zu finden?

Es ging nun wieder darum, sowohl auf das „eigene Ganze“ (den Menschen) als auch auf seine „inneren Organe“ (*Jing*) und deren „harmonisches“ Zusammenwirken „hinzuhören“ (*Shen*).

Das „Hinhören“ (*Shen*) wurde also wieder „grundlegend“.

Es vermischten sich aber:

⁹⁸ Vgl. die Lehre des YANG ZHU, der in der ersten Hälfte des 4. Jahrhunderts v. Ch. lebte.

- die egozentrischen Wege der Ich-Optimierung (bzw. der maßvollen Lust-Optimierung mit dem Ziel des „ewigen Lebens“ als „Maximum“)
- mit den weltflüchtigen „selbsterlösenden“ Ansätzen, welche über das „Hinhören“ (*Shen*) das Hinhören „selbst“ (*Shen*) entdeckt hatten und dieses nun weltflüchtig „maximieren“ wollen⁹⁹.

So wurde:

- für die „Apostel der Lust“, für die Apostel der Gesundheit und des „ewigen Lebens“ die „Natur“ wieder zum *Dao*. Dies aber mit besonderer Betonung des „Inneren Kosmos“, der den „äußeren Kosmos“ wiederhole,
- für die „Welt-Flüchtlinge“ wurde das *Dao* dagegen zum *Wuji*.

Da sich im DAOISMUS aber beide Wege vermischten, blieb der Begriff „*Dao*“ weiterhin undifferenziert.

VII.

Man könnte auch hier verschiedene Richtungen des Verbundenseins unterscheiden:

- das Verbundensein mit dem „Grund“ (*Wuji*), das über den „meditativ-mystischen Weg“ erlebbar ist;
- das Verbundensein mit dem „Ganzen“ (*Dao*), das sich auf dem „meditativ-weltorientierten Weg“ zeigt.

Dies:

- einerseits als ein inneres Verbundensein mit dem *Dao* über das *Wuj*, das im Dasein (*Shen*) der Welt (*Dao*) erlebbar wird (*Xiao*);
- andererseits als ein werdendes symbolisches Verbundensein mit dem *Dao* mittels der Sprache (*Yi*) bzw. mittels der werdenden

⁹⁹ Vgl. die Lehren von ZHUANG-ZI, (365-290 v. Chr.) und von MENG-ZI (371-289 v. Chr.), sowie das Buch „*Dao-de-jing*“, das LAO-ZI zu Beginn des 3. Jahrhunderts v. Chr. verfasst haben soll.

mittels der werdenden symbolisier-
ten Ordnungen (*Yi*) in der Kultur.

Die kulturelle Tradition (das zur Sprache Gebrachte und sich auch in kul-
turellen Ordnungen bereits Objektivierte) wurde in der chinesischen Tradi-
tion mehr geachtet als anderswo. Es wurde meist versucht, Bewährtes
nach Möglichkeit zu behalten und durch Neues zu ergänzen.

In einer sokratischen Haltung wurden die gesellschaftlichen Ord-
nungen (*Yi*) als ein hohes Gut geschätzt.

Da aber der Bezug (*Xiao*) zum „Ganzen“ (*Dao*) über das *Wuji* nur weni-
gen Menschen klar (*Shen*) und auch deutlich (*Yi*) gegeben ist, war es von
besonderer Bedeutung, ein für alle Menschen gemeinsames symbolisches
Gebäude (Sprache, Riten, Kult, Ordnungen) zur „Ausrichtung der Men-
schen“ zu entwickeln.

Es war daher ganz wesentlich, den „qualitativen“ Gegensatz von
„Gut“ und „Schlecht“ als einen „quantitativen“ Umschlag (als
maßlose Verschwendung!) zu entdecken.

Die Frage danach, ob der Mensch in seinem Kern gut oder schlecht sei, ver-
änderte sich dadurch.

Es wurde aber immer mehr angenommen, dass er egoistisch ver-
schwenderisch und ausbeutend dann werde, wenn er den inneren
Zusammenhang (*Xiao, Jian-ai*) mit dem Ganzen (*Dao*) verliere.

**„Sünde“ war also primär nicht „Schlechtes zu tun“, sondern die Verbindung und den
Zusammenhang mit dem Ganzen (*Dao*) und dadurch dessen „Maß-gebendes“ Einstell-
Wirken (*De*) zu verlieren. Dadurch entstehe nämlich erst das egozentrierte „Ver-
schwenden“ mit dessen negativen Folgen.**

Es ging daher:

- einerseits darum, Möglichkeiten aufzuzeigen, wie diese Verbin-
dung und dieser Zusammenhang mit dem Ganzen wieder ge-
funden werden könne. Dies entweder auf einem unmittelbar
mystischen (*Xiao*) oder auf einem weltorientierten Weg über
Einsicht (*Jian-ai*) in Ordnungen (*Yi*);

- andererseits ging es aber auch darum, zu entscheiden was zu tun sei, wenn diese Chance nicht gegeben sei, bzw. nicht realisiert werden würde. Dann sollten „Weg-weisend“ entweder Verlocken durch individuelle Vorteile oder Androhen individueller Nachteile einsetzen. Also „mittelbare“ Maßnahmen, welche in die Ordnungen hinein sozialisieren.

Es ging also dann auch darum, den Vorteil (den Nutzen) auch in seiner Abhängigkeit vom Nachteil (Schaden) sichtbar zu machen. Entweder direkt durch Einsicht in die Tat-Sache (*Jing*) oder indirekt über Tatsächliche gesellschaftliche Sanktionen (*Jing*), was ein Not-Behelf ist.

Man versuchte auf diese oder jene Weise den Menschen Tatsächlich (*Jing*) erlebbar zu machen, dass Rück-Sicht auf den Anderen zum eigenen Vorteil sei.

VIII.

Der uneinsichtige egoistische Missbrauch ist aber auf allen Ebenen der gesellschaftlichen Hierarchie gegeben. Das Problem kann daher nicht gelöst werden, wenn man meint:

- dass der Fisch nur beim Kopf ausbeutend zu stinken beginne,
- und dabei übersieht, dass auch der Schwanz zu faulen beginnen und gute gesellschaftliche Strukturen ebenfalls durch parasitär-egoistischen Missbrauch unterlaufen kann.

Meist ist beides der Fall. Deswegen ist das Problem so schwer zu lösen. Es braucht Zeit. Es „geht seinen WEG“.

Das *Dao* ist ein „werdendes *Dao*“, das sich nur im Mitwirken des Menschen (*De*) vollendet. Worauf insbesondere MO-ZI, YANG ZUHU und XUN-ZI hinzielten. Es geht darum, die Eigenverantwortlichkeit auf allen gesellschaftlichen Ebenen einerseits einzufordern, andererseits deren „Maß“ (*Li*) zu kontrollieren bzw. auch über Erziehung herzustellen.

Letztlich kommt es daher auf den Menschen, bzw. die konkrete Menschheit (worauf MO-ZI hinarbeitete) selbst an.

In diesem Gedanken wird neben dem Ganzen (*Dao*, Gott, Vater) und dem Grund (*Wuji*, Gottheit, Hl. Geist) als drittes der Mensch bzw. die Menschheit (Sohn) sichtbar und wirksam (*De*).

Dies scheint im Kern wiederum sehr ähnlich dem westlichen Prozess zu sein, der zur christlichen Trinität führte.

IX.

Die Bedeutung des Menschen innerhalb der gesellschaftlichen Ordnung kann man ganz unterschiedlich sehen.

Es erscheint nämlich etwas ganz anderes als sinnvoll, je nachdem man „in der“ Gesellschaft „von oben nach unten“ oder „von unten nach oben“ blickt.

Wieder anders erscheint das Problem, wenn man „auf die“ Gesellschaft „von oben“ draufschaut.

Sieht man „in“ der gesellschaftlichen Hierarchie „von oben nach unten“, dann erscheint das Problem:

- wenn man auf Harmonie des Ganzen hinsteuert, als ein Erziehungs- und Bildungsproblem der Massen;
- steuert man dagegen die Stabilisierung und Maximierung der gegebenen Verhältnisse an, dann erscheint es als ein Problem des Erarbeitens von Ordnungen und des Durchsetzens von Sanktionen. Die Bildung der Massen ist hier nicht erwünscht. Es werden nur Eliten gebraucht.

Sieht man „in“ der Hierarchie „von unten nach oben“, dann erscheint das Problem:

- wenn man auf die Harmonie des Ganzen hinsteuert, als Problem der Demokratie, welche dafür sorgt, dass die Tüchtigsten an der Spitze sind;
- steuert man dagegen nur den eigenen Aufstieg an, dann geht es meist darum, in einer Neid-Haltung jene zu kritisieren, die ihre gehobene Position so ausnutzen, wie man es selbst tun würde, wenn man diese Position selbst inne hätte, aber leider nicht tun kann, weil man sie nicht inne hat. Es geht also um das Problem des gesellschaftlichen Aufstiegs.

Der Gedanke von MO-ZI, dass an den Bedürfnissen des Volkes Maß genommen werden solle, dieser Gedanke ist leicht zu formulieren und zu begründen.

Dass aber das Volk dafür sorgen soll, dass dies geschieht, diesem Gedanken fehlt derzeit die konkrete Machbarkeit!

Er setzt nämlich voraus, dass das Volk weiß, was für das Ganze und damit auch für es selbst das Beste ist.

Dies weiß es aber gerade nicht, was ja die hierarchische Ordnung rechtfertigt.

Dies hat zur Folge, dass dem Volk wiederum „von oben her“ gesagt wird, was zu tun sei:

- entweder von den Herrschenden, damit sie dies bleiben;
- oder von jenen, die mit Hilfe des Volkes gerne Herrschende werden wollen.

Beide bedienen sich einer ähnlichen Strategie.

Man proklamiert populistisch, dass die dem Volke schmeichelnde „Utopie des mündigen Bürgers“ bereits Realität sei.

Über Manipulation im Gewande von Beratung und Aufklärung sorgt man dann dafür, dass der Bürger das für richtig und notwendig hält, was ihm von oben her mit ökonomischen Machtmitteln suggeriert wird.

In diesem Geschäft, werden dann jene am Gewinn beteiligt:

- die entweder an der „Maximierung“ von ökonomischen Gewinnen auf Kosten einer gesellschaftlichen „Optimierung“ mitarbeiten;
- oder sich am Geschäft der Manipulation des sogenannten „mündigen Bürgers und mündigen Konsumenten“ beteiligen.

Zum Beispiel: der Gehalt eines Fußball-Profi. Jener bezieht sich nur zu einem Bruchteil auf die sportliche Leistung.

Die Höhe des Gehalts eines Fußball-Profi nimmt daher nicht vorwiegend an seiner sportlichen Leistung „Maß“, sondern am Mitwirken mit dieser Leistung an einer gesellschaftlichen Manipulation.

In dem Maße, wie das Sport-Ereignis:

- einerseits Menschen (Einschaltquoten) bringt bzw. Menschen zur Manipulation zur Verfügung stellt;
- andererseits durch den Sport-Event den Menschen auch in eine psychische Verfassung erhöhter Manipulierbarkeit versetzt

wird die sportliche Leistung des Fußball-Profi honoriert.

Der Aufstieg in der Gesellschaft läuft über diesen Mechanismus. Wer entweder an der Manipulierung oder an der Gewinn-Maximierung mitwirkt, der steigt auf.

Schaut man „auf“ das Geschehen in der hierarchischen Ordnung aber „von oben drauf“ und nicht in ihr von oben nach unten, dann erscheint natürlich dieses Ausbeutungs-Spiel zeitlich begrenzt.

Es steuert nämlich seinem „natürlichen“ Ende zu.

X.

Heute können wir nämlich schon eher akzeptieren, dass es ein „Einstellwirken“ (*De*) vom jeweils umfassenden Ganzen (*Dao*) her gibt.

Das Einstellwirken (*De*) in einem Team können wir aber noch schwerer akzeptieren, als wenn wir Ähnliches am eigenen Leibe erfahren oder an einem fremden Leibe beobachten können.

Man hat zum Beispiel die Entwicklung der Embryos von Tieren experimentell untersucht. Dabei führte man, in einem sehr frühen Entwicklungsstadium, Zell-Transplantationen auf ein anderes Gewebe einer anderen Tier-Gattung durch.

So wurden zum Beispiel Zellen einer Kaulquappe (Pflanzenfresser mit Hornkiefer) in die Mundgegend einer Triton-Larve (Fleischfresser mit Zähnen) verpflanzt.¹⁰⁰

¹⁰⁰ Diese Untersuchungen führte HANS SPEMANN (1869-1941) durch. Er erhielt dafür den Nobelpreis für Medizin. Seine Versuche sind auch die Grundlage des heute in Brennpunkt des Interesse stehenden Klonens. Diese Ergebnisse haben auch wesentlich die Bedeutungslehre und die Lebenslehre von JAKOB VON UEXKÜLL gestützt. Vgl. JAKOB VON UEXKÜLL: „*Die Lebenslehre*“, Potsdam

Das Ergebnis war, dass im Kiefer der Triton-Larve an den Stellen der Transplantation ein Hornkiefer entstand.

In diesen und anderen Experimenten zeigte sich, dass das Umfeld bestimmt „was“ entstehen soll. Das Umfassende (*Dao*) bestimmt, welchen Wert (*Xi*) die gespendeten Zellen für das umfassende Ganze (*Dao*) des Empfängers haben „soll“, bzw. welche „Leistung“ erwartet wird.

Das Umfeld (*Dao*) bestimmt diesem Falle in seinem Einstellwirken (*De*), dass diese Zelle ein Kau-Werkzeug werden soll. Die Spender-Zelle wird also vom Umfassenden Ganzen (*Dao*) darauf eingestellt (*De*), was sie im neuen „Verbund“ leisten (*Xi*) soll.

Die Spender-Zelle selbst bestimmt dagegen mit ihrem eigenen (*Yi*), was sie leisten „kann“. Sie wird zu dem, was sie „zu Hause“ im gewohnten Umfeld (*Dao*) geworden wäre.

Es wurde also nachgewiesen, dass die Organ-Bildung nicht nur von der transplantierten „Spender-Zelle“, sondern auch vom benachbarten Keimbereich des „Empfänger-Gewebes“ abhängt.

Deswegen scheint es beim Klonen wichtig zu sein, die Keim-Zellen erst in einem späteren Stadium (als bei den oben zitierten Versuchen) zu spalten.

Dadurch kann das Einstell-Wirken (*De*) des heimatlichen Umfeldes (*Dao*) das eigene *Yi* der Keimzellen besser ausformen und stabilisieren.

Das später nur nährende Umfelde der geklonten Keimzellen hat dann weniger prägenden Einfluss. Das eigene *Yi* der geklonten Zellen setzt sich

1930. Siehe auch: JAKOB VON UEXKÜLL und GEORG KRISZAT: „*Streifzüge durch die Umwelt von Tieren und Menschen*“, Hamburg 1956, S. 116.

dann in einem parallelen Wachstum mehr oder weniger dominant durch.

XI.

Hier liegt das Bild nahe, dass der menschliche Leib als Organismus hierarchisch strukturiert sei. Es scheint, dass die Organe, bis zu den Zellen hin, „trotz“ eigenem Bauplan (*Li, Yi*) „gemäß“ dem jeweils umfassenden Ganzen (*Dao*) von diesem her „eingestellt“ (*De*) werden.

Das *De* ist als „wirksame Tugend“ (als „Leistung“) daher:

- einerseits das, was das Einzelne (*Jing*) seiner Ordnung (*Li, Yi*) gemäß „werden kann“;
- andererseits aber auch das, was es vom jeweils Umfassenden (*Dao*) her auch werden „soll“ (*Xin*).

Jede Zelle hat:

- einerseits einen Sinn (*Yi*) für sich,
- andererseits aber auch einen Team-Geist (*Xi, Xiao*), der sie für das umfassende Ganze einstellt (*De*).

Die Tugend (*De*) einer Tat-Sache (*Jing*) ist also immer ein Widerspruch, der im Wechselwirken achtsam (*Shen*) ausbalanciert werden „soll“.

Die Zelle ist an den anderen Sinn (*des Dao*) gebunden. Daher kann sie ihrem eigenen Sinn normaler Weise nicht „maximal“ folgen. Sie muss daher hinsichtlich der Team-Leistung, in die sie eingebunden ist und auf die sie hinhört (*Shen*), Kompromisse machen. Sie muss ihr „Optimum“ ausbalancieren.

Ganz anders wird es, wenn sie dieses Hinhören (*Shen*) verliert. Dann reproduziert sie sich selbstsüchtig und gefräßig nur selbst. In einem isolierten „Wachstums-Wahn“ möchte sie dann nur mehr ihr Wachstum (ihre klonende Vermehrung) „maximieren“.

Sie klonet sich dann selbst nur in einer Form, die „sich selbst genügt“. Es werden dann mit „Energie-Verschwendung“ für die Team-Leistung (*De*) unbrauchbare Zellen reproduziert und kumuliert.

In einem „Wachstums-Wahn“ eskaliert dann ein „globales Spiel“. Eine „globale Maximierung“ ist die imperialistisch-bösartige Folge. Der Körper wird als das umfassende Ganzes „verschwenderisch“ ausgebeutet. Dafür sorgt das Klonen und Verteilen selbstsüchtiger Zellen. Im gesamten Körper werden Metastasen als „imperialistische Stützpunkte“ geschaffen. Die globale Ausbeutung nimmt ihren Lauf.

XII.

Wir können nun aber auf dieses Geschehen auch „von oben draufblicken“. Es lässt sich dann leicht entdecken, wie das Maximierungs-Verhalten der aus den Fugen geratenen Zellen in einer gigantischen Energie-Verschwendung den Gesamt-Organismus zwar ausbeutet, aber diesen nicht überlebt.

Der Krebs stirbt den Tod seines Wirtes mit!

Das Einstell-Wirken (*De*) des Ganzen (*Dao*) zu verachten bzw. nicht zu „achten“ (*Shen*), das führt also genauso zu keiner Lösung des Überlebens, wie es die Weltflucht oder das Verachten der Ordnungen (*Yi*) es tut.

Man sollte sich daher „am Leben beteiligen“ und:

- einerseits aus den Tat-Sachen (*Jing*) heraus selbst seine ord-

nenden Vorstellungen (*Yi*) gewinnen,

- andererseits aber in seinem Wertsein (*Xin*) nicht den achtsamen (*Shen*) Kontakt (*Xiao*) zum Sein (*Wuji*) verlieren.

Dieser Kontakt mit dem verbindenden Sein (*Wuji*) gibt mir die Chance, das Einstellwirken (*De*) des *Dao* (der Natur, der werdenden Gesellschaft und der gewordenen Tradition) zu „vernehmen“.

Hier liegt die Chance, das Tat-sächliche Handeln in der Praxis (*Jing*) mit menschlichem Maß (*Ren*) auszubalancieren.

„Es würde die Entfaltung der Kritik behindern, wollten wir von allen fordern, die Fragen vollkommen allseitig zu betrachten. Aber wir sollten uns bemühen, die Fragen nach Möglichkeit von allen Seiten zu betrachten“ (163/164)

„Aber sollen wir die Menschen nicht auffordern, schrittweise die Einseitigkeit zu überwinden und die Fragen möglichst allseitig zu betrachten? Meiner Meinung nach sollen wir das. Wenn wir das aber nicht tun, wenn wir uns nicht das Ziel setzen, dass von Tag zu Tag, von Jahr zu Jahr immer mehr Menschen dazu übergehen, die Fragen so gut es geht von allen Seiten zu betrachten, dann bedeutet das, dass wir auf der Stelle treten, dass wir die Einseitigkeit befürworten, dass wir den Erfordernissen der Bewegung zur Ausrichtung der Denk- und Arbeitsweise zuwiderhandeln. Einseitigkeit ist ein Verstoß gegen die Dialektik.“ (163)

„Es ist selbstverständlich schwer, von allen zu verlangen, dass sie nicht die geringste Einseitigkeit mit sich bringen. Manchmal ist es unvermeidlich, dass man eine gewisse Einseitigkeit an den Tag legt, weil man immer auf Grund der eigenen Erfahrungen Fragen betrachtet, Fragen löst, seine Meinung äußert.“ (162)

„Wenn wir unsere Denk- und Arbeitsweise in Ordnung gebracht haben, können wir um so mehr Initiative bei der Arbeit entfalten, unsere Fähigkeiten steigern und unsere Arbeit noch besser machen.“ (160)

„Die Losung ‚Lasst hundert Blumen blühen!‘ fördert die Entwicklung der Kunst, während die Parole ‚Lasst hundert Schulen miteinander wetteifern!‘ zur Entwicklung der Wissenschaft beiträgt.“ (167)¹⁰¹

Das werdende Seiende (*Dao*) ist nicht fertig. Es bedarf des schöpferischen Mit-Wirkens des Menschen.

Das Ganze (*Dao*) ist:

- einerseits in seinem Rhythmus (*Yang*) bestrebt, auch historische Abläufe zu wiederholen. Dadurch erscheint auch hier eine Art historische Gesetzmäßigkeit. Diese zu fassen ist Aufgabe der „Wissenschaft“;
- andererseits ist das werdende Ganze (*Dao*) aber auch ein kreativer Prozess (*Yin*), welcher die nach Wiederholung drängenden Ordnungen (*Yi*, *Li*) sprengt, öffnet und neue Ordnungen (*Yi*) schöpferisch setzt. Dieses kreative Schöpfen von Neuem erfolgt aus einem kreativen Verbundensein mit dem Sein (*Wu-ji*) heraus. Dies ist die Domäne der „Kunst“.

Das *Yin* steckt im *Yang* und das *Yang* steckt im *Yin*:

- daher ist es auch „Kunst“ (*Yin*), eine kreative Wissenschaft (*Yang*) „gewandt“ zu betreiben;
- und es ist auch eine „Wissenschaft des erfahrenen Könnens“

¹⁰¹ MAO TSETUNG: „Rede auf der Landeskonferenz der KP Chinas über Propagandaarbeit“ (12. März 1957) in: MAO TSETUNG: „Fünf Philosophische Monographien“, Peking 1976. (in Klammern die Seitenzahl a.a. O.)

(*Yang*), ein Kunstwerk „geschickt“ und treffend zur Welt zu bringen (*Yin*).

Das Werden des Ganzen (*Dao*) bedarf des im Sein (*Wuji*) verwurzelten Menschen in der einen und/oder anderen Weise.

Der Dialektische Materialismus und das leibliche Bewegen

I.

Man kann nicht verstehen, was *Yang* ist, ohne von *Yin* gehört zu haben. Man kann weder *Yin* noch *Yang* alleine verstehen. Das *Yin* erläutert sich nur an seinem Gegensatz, d.h. am *Yang*, und das *Yang* erläutert sich nur am *Yin*.

Genau so ist es mit dem Verständnis des MARXISMUS.

Hat man ‚nur von ihm‘ gehört, dann kann man ihn nicht verstehen. Der MARXISMUS wird nur verständlich angesichts des IDEALISMUS seiner Zeit und umgekehrt.

Beiden, dem MARXISMUS und dem IDEALISMUS, ist das gemeinsam, was sie für die ‚Grundfrage der Philosophie‘ hielten, nämlich zu entscheiden:

- ob das Bewusstsein als Idee (*Yi*) das vorhandene Seiende (*Jing*) bestimme,
- oder ob das vorhandene materielle Sein, d.h. die Praxis des Menschen (*Jing*), sein Bewusstsein (*Yi*) bestimme.
-

Es ging also um die Frage:

- ob sich im Laufe der historischen Zeit das Bewusstsein (das Wissen über die Welt, *Yi*) der tatsächlichen Welt (*Jing*) immer mehr annähere, d.h. dass das menschliche Bewusstsein (*Yi*) die Lebenswelt zunehmend immer ‚wahrer‘ erfasse, wobei das Kriterium der Wahrheit das Übereinstimmen mit Tat-Sachen (*Jing*) ist. Die Tat-Sachen (*Jing*) sind also hinsichtlich der Wahrheit (*Yi*) ‚maßgebend‘. (die Position des MARXISMUS),
- oder ob sich ein über allem schwebendes Bewusstsein (der Geist als die Wahrheit, *Yi*) im Laufe der Zeit immer exakter in der Welt (*Jing*) realisiere (die Position des IDEALISMUS in der Nachfolge von HEGEL).

So hat das, was diese beiden Richtungen des Denkens zu ihrer „Grund-Frage“ erklärten, bereits bestimmt, welcher Gedanken-Konflikt dabei herauskommt.

Auf der einen Seite entstand letztlich der postmoderne idealistische KONSTRUKTIVISMUS, der alles im Kopfe entstehen und letztlich dort (im *Yi*) bleiben lässt, auf der anderen Seite der MARXISMUS, der erkennt, dass der Kopf (*Jing-Yi*) durch die Tat-Sachen der umfassenden Praxis (*Jing*) beliefert wird.

Beide Richtungen nehmen einen Dualismus von Körper und Geist an, wobei sie dem Geist das so-seiende Bewusstsein (*Yi*) mit seinen Denk-Bewegungen zurechnen.

II.

Aus dieser simplen Gegenüberstellung zwischen Bewusstsein (*Yi*) und Praxis (*Jing*), die dann als ‚Sein‘ bezeichnet wurde, obwohl es sich dabei ja um das ‚Seiende‘ handelt, hat sich aber im DIALEKTISCHEN MATERIALISMUS ein neuer Materie-Begriff gebildet.

Es geht in ihm nicht mehr um eine bewegungslos tote Materie, sondern um eine Materie mit den beiden Grundeigenschaften ‚Widerspiegeln‘ (*Shen*) und ‚Wechselwirken‘ (*Jing*).

Im Wechselwirken (*Jing*) ist das dialektische Bewegen (*Jing*) inbegriffen, d.h. das Bewegen zwischen und aus Widersprüchen, ähnlich wie wir es als Bewegen von *Yin* und *Yang* verstehen.

Zu diesem wechselwirkenden Bewegen (*Jing*) gehört aber auch das Bewegen der Gedanken (*Yi*) im Tat-sächlichen Gehirn (*Jing*). Somit ist das, was vorher als Bewusstsein und Denken dem Geist (*Yi*) zugeschlagen und vom materiellen Sein (*Jing*) getrennt wurde, nun im Bewegen, im Wechselwirken (*Jing*) aufgehoben.

In der Materie bzw. im Seienden gibt es aber nicht nur das wert-haltige (*Xin*) und so-seiende (*Yi*) Wechselwirken (*Jing*), sondern auch das Widerspiegeln (*Shen*) als Grundeigenschaft des Seienden.

Das ‚Widerspiegeln‘ (*Shen*) ist die Daseins-Seite des Seienden, sie ist das ‚Sein des Seienden‘.

In diesem Gedanken-Gang ist es dann wichtig, zwischen ‚Information‘ bzw. dem so-seienden ‚Informieren‘ (*Yi*) und dem da-seienden ‚Widerspiegeln‘ (*Shen*) klar zu unterscheiden.

Die Information und auch das sinnliche Wahrnehmen (*Yi*) gehören, wie ja die Computer deutlich demonstrieren, zum Bewegen, zum Wechselwirken (*Jing*).

Das Widerspiegeln (*Shen*) ist dagegen das untätige ‚Sich-selbst-beachten‘ des Seienden. Es ist das alles verbindende ‚Sein des Seienden‘. Zu diesem hat der Mensch nur in sich selbst Zugang.

III.

Sowohl der MARXISMUS, als auch der IDEALISMUS seiner Zeit, folgten noch einer sensualistischen Theorie der Erkenntnis.

In meinem Gedanken-Modell setze ich mich dagegen ab von jenen ‚sensualistischen‘ Erkenntnistheorien, die sich bemühen, die Wahrnehmung zu einem Ping-Pong-Spiel zwischen ‚Bewusstsein‘ (*Yi*) und ‚äußerer Umwelt‘ (*Jing*) zu machen.

In jenen Theorien geht es dann nur mehr darum, dieses Ping-Pong-Spiel zu deuten.

Es entsteht dann, wie schon dargelegt, der Streit darum, ob das ‚Bewusstsein die Praxis‘ oder die ‚Praxis das Bewusstsein‘ bestimme.

Man versucht zur Klärung dieser Frage dann zum Beispiel herauszufinden:

- ob das Bewusstsein als die eigentliche Wirklichkeit ein ‚Pool von Ideen‘ (*Yi*) und die Praxis (*Jing*) dagegen als äußere Erscheinung nur ‚Schein‘ sei, den wir eigentlich nur ‚träumten‘;

- oder ob umgekehrt das Bewusstsein (*Yi*) eine ‚leere Tafel‘ sei und alle seine Inhalte nur durch sinnliche Vermittlung aus der Erfahrung (*Jing*) in das Bewusstsein projiziert werden würden;
- oder auch, ob das Bewusstsein (*Yi*) ‚a priori‘ bereits unabhängig von der Erfahrung (*Jing*) bestimmte Anschauungsformen und Kategorien (*Yi*) habe, mit denen sie das über die Sinne vermittelte Datenmaterial erst ‚forme‘ und so ein Bild der Welt (*Yi*) ‚konstruiere‘, das es so außerhalb gar nicht gäbe.

Das Gemeinsame aller dieser Plan-Spiele ist, wie schon dargelegt, ihre Annahme, dass Erkenntnis ein Ping-Pong-Spiel zwischen ‚Bewusstsein‘ (*Yi*) und ‚Praxis‘ (*Jing*) sei.

Aus meiner Sicht wird in diesen Plan-Spielen aber, im wahrsten Sinne des Wortes, die Rechnung ohne den Wirt (*Jing*) gemacht.

Das fundamentale Ping-Pong-Spiel der Erkenntnis läuft nämlich nicht zwischen ‚Bewusstsein und Praxis‘ (nicht zwischen *Yi* und *Jing*), sondern zwischen der uns ‚umfassenden Praxis‘ (*Jing*) und der ‚Praxis des eigenen körperlichen Selbstbewegens‘ (*Jing*) ab, das jede sinnliche Vermittlung ganz fundamental begleitet und im Wechselwirken Äußeres in sich symbolisch ‚verkörpert‘ (*Yi*).

Vorerst gilt es daher zu fragen:

„Wird die ‚Form des Selbstbewegens‘ von der umfassenden ‚Praxis‘ oder wird die vorhandene ‚Praxis‘ von der ‚Form des Selbstbewegens‘ bestimmt?“

Hier gibt es dann ganz analoge Plan-Spiele wie im Ping-Pong-Spiel zwischen ‚Praxis und Bewusstsein‘.

Wenn wir zum Beispiel jene Formen des *Taijiquan* betrachten, in denen ohne Partner geübt wird, dann ist bei diesem Üben die konkret umfassende Praxis (*Jing*) mehr oder weniger verschwunden. Einzig die Gravitationswirkung (*Jing, Jin*) bleibt von der Umwelt übrig. Der Gegner bzw. der Sinn der Bewegungen muss daher vom Übenden vorgestellt (*Yi*) werden

und der bloß vorgestellte (*Yi*) äußere Widerstand muss dann durch eigene Muskel-Energie (*Jing*) simuliert werden. Man kämpft also gleichsam gegen sein eigenes Bewegen.

Hier ist die äußere umfassende Praxis (*Jing*) mehr oder weniger ‚verdampft‘ und als Praxis (*Jing*) bleibt nur mehr mein isoliertes eigenes körperliches Bewegen übrig, das ich mit meiner Achtsamkeit (*Shen*) erforsche.

Hier lerne ich die Freiheitsgrade meines Selbstbewegens sowie naheliegende angeborene Bewegungsmuster (*Jing*) mit ihren Bedeutungen (*Yi*) und das kraftschlüssige Bewegen (*Jin*) kennen. Dieses Hinwenden zum Selbstbewegen (*Jing*) bringt eine Fülle von Erkenntnissen (*Yi*) und entwickelt Schlüssel-Kompetenzen meines Bewegens und Selbstwahrnehmens.

Ich verhalte mich in diesem Forschen (*Shen-Yi*) dem Selbstbewegen (*Jing*) gegenüber dann ganz ähnlich wie KANT es dem Bewusstsein (*Yi*) gegenüber tat.

Ich entdecke dann auch Ähnliches wie KANT: nicht nur Bewegungskompetenzen, sondern auch bereits vorgegebene Bewegungsmuster, also (hinsichtlich meines Begegnens mit der Praxis) bereits in mir ‚a priori‘ vorhandene Erbkoordinationen (*Jing*), sowohl solche der praktischen Tätigkeit als auch jene des Ausdrucks meiner inneren Verfassung (*Xin*).

Auch diese interessante Beschäftigung entwickelt einen faszinierenden Sog, der bald vergessen lässt, dass es eigentlich die umfassende lebensweltliche Praxis (*Jing*) ist, in der sich mein Bewegen (*Jing*) bewähren muss.

IV.

Dies provoziert also die Frage, woher eigentlich das a priori vorhandene Gut (*Jing*) meines Selbstbewegens kommt. Geht man dieser Frage mit Achtsamkeit (*Shen*) praktisch tätig (*Jing*) nach, dann lässt sich leicht entdecken:

dass es zum ‚rhythmischen‘ Anwenden vorgegebener Muster des Selbstbewegens auch einen gegenläufigen Prozess (*Jing*) gibt, der im Begegnen mit der Praxis (*Jing*) ‚kreativ‘ neue Bewegungsmuster zur Welt bringt.

Es lässt sich auch entdecken, dass das effizienteste Auseinandersetzen mit der Praxis (*Jing*) gerade von diesem Prozess (*Jing*) dominiert wird, ohne den gegenläufigen Prozess zu verachten und ungenutzt zu lassen.

Der eine Prozess steckt im anderen wie *Yin* im *Yang*¹⁰² und umgekehrt.

Wenn man das Selbstbewegen (*Jing*) entfalten möchte, dann gibt es eben zwei unterschiedliche Ansätze. Der eine Weg setzt beim von der umfassenden Praxis (*Jing*) mehr oder weniger isolierten Körper (*Jing*) an. Er fragt daher zuerst:

„Was ist der Körper?; „Welche Bewegungen kann der Körper machen?“; „Was läuft im Körper beim Bewegen ab?“; „Wie kann ich die im Bewegen ablaufenden Prozesse im Körper regulieren und optimieren?“; usw.

Der eigene Körper und sein Selbstbewegen stehen hier im Vordergrund. Man fragt hier nicht nach der umfassenden Praxis und versucht nicht zu entdecken, welche Fragen sie stellt, die der Körper beantworten soll, sondern man fragt vorerst:

*„Über welche Antworten verfügt der Körper?“;
„Wie hängen diese Antworten untereinander zusammen?“;
„Wie können diese im Körper vorhandenen Antworten variiert werden?“; usw.*

¹⁰² vgl. meine Publikation: *„Die Leere und das Nichts - eine Philosophie der Bewegung – oder über das Schmecken von Yin und Yang“*. Hamburg 2004 Zum kostenlosen Download von meiner Homepage: www.horst-tiwald.de im Ordner: *„Buch-Manuskripte“*.

Die körperlich vorhandenen Varianten des Selbstbewegens (*Jing*) entscheiden aus dieser Sicht eigentlich die umfassende Praxis (*Jing*) und nicht die umfassende Praxis (*Jing*) entscheidet die Chancen des Selbstbewegens (*Jing*).

Der andere Weg sieht, dass die Quelle der Chancen des Selbstbewegens aber eigentlich die umfassende Praxis (*Jing*) ist. Die das Selbstbewegen (*Jing*) in Varianten entfaltende Wirkung auf den Körper kommt nämlich (im Hinwenden des Selbstbewegens zur umfassenden Praxis) aus der umfassenden Praxis.

Die Struktur des Körpers (*Jing*) und alle seine Bewegungs-Chancen sind eine Folge seines Funktionierens in der umfassenden Praxis (*Jing, Dao*) und nicht umgekehrt. Der so entstandene Körper (*Jing*) ist daher eine variantenreiche Tat-Sache (*Jing*), er ist zwar aus seiner Tat entstanden, aber im Begegnen mit der umfassenden Praxis (*Jing, Dao*).

Die dem Körper auf diese Weise a priori gegebenen allgemeinen Bewegungsmuster sowie die im Lernprozess automatisierten ‚Bewegungen‘ des Körpers sind aber vorerst hinsichtlich der jeweils aktuellen Praxis nicht optimal brauchbar. Der umfassenden Praxis (*Jing*) kann nur ein ‚auch und vorwiegend‘ kreatives ‚Bewegen‘ (*Jing*) optimal begegnen, sei dies im Denken und/oder im Handeln.

Deswegen müssen die ‚rhythmisierten Bewegungen‘ erst wieder beweglich gemacht werden, damit sie in die jeweilige Praxis auch optimal ‚einfließen‘ können. Die ‚Bewegungen‘ müssen zum ‚Bewegen‘ werden, sie müssen aufgeweicht, fließend und variabel verfügbar gemacht werden.

Es geht daher darum, beides zu beachten, also:

- sowohl der Frage nachzugehen, wie ‚Bewegungen‘ aus dem praxisbezogenen ‚Bewegen‘ entstehen;

- als auch der Frage, wie die verfestigten ‚Bewegungen‘ wieder zum variablen ‚Bewegen‘ und für die Praxis brauchbar gemacht werden.

Das Erkenntnis-Modell von MAO TSETUNG

0.

Hier geht es darum, den Unterschied zwischen „Wechselwirken“ (*Jing*) und „Widerspiegeln“ (*Shen*) (den beiden Grundeigenschaften des Seienden) vertiefend aufzuzeigen. Dies scheint erforderlich, da das Wahrnehmen:

- einerseits ein Widerspiegeln (*Shen*) der Praxis (*Jing*) ist,
- andererseits aber im Wechselwirken (*Jing*) mit der umfassenden Praxis (*Jing*) als „sinnliche Vermittlung“ und „wechselwirkend denkendes Verarbeiten“ (*Yi*) des „sinnlich Vermittelten“ aufgefasst werden kann.

Dies führt leicht dazu, das Widerspiegeln (*Shen*) „der“ Praxis (als Grundeigenschaft „der“ Praxis, „des“ Seienden) irrtümlich als ein sinnliches Wechselwirken (*Jing*) „mit“ der Praxis aufzufassen. Dadurch gelangt man dann zu einem „sensualistischen“ Weltbild. Dies ist der springende Punkt!

Es geht also darum:

- einerseits nach dem „da-seienden“ Widerspiegeln (*Shen*);
- andererseits nach dem Gewinnen von „so-seiender“ Information (*Yi*)

zu fragen und diese beiden Fragen:

- einerseits auseinander zu halten;
- andererseits in ihrer Einheit zu sehen.

Es sollte also „Information“ bzw. „Informieren“ (*Yi*) nicht mit „Widerspiegeln“ (*Shen*) verwechselt werden. Die Analyse des „leiblichen Selbstbewegens“ (*Jing*) kann zur Klärung dieses Anliegens beitragen.

I.

MAO TSETUNG stellte sich in seinem dialektisch-materialistischen Denk-Modell die Erkenntnis (Yi) in drei Etappen vor. Er kritisierte dabei die „metaphysische“ Auffassung der Welt, die seiner Ansicht nach die Dinge (Jing) voneinander isoliert betrachtet und deren Verändern nur durch äußere Einwirkungen veranlasst sah.

Er schrieb:

*„Die Weltanschauung der Metaphysik oder des vulgären Evoluti-
onismus betrachtet alle Dinge in der Welt isoliert, statisch und
einseitig. Alle Dinge in der Welt, ihre Formen und ihre Gattungen
wären demnach ewig voneinander isoliert und einseitig. Insofern
von Veränderung die Rede ist, dann nur von quantitativer Zunah-
me oder Abnahme und von Ortsveränderung. Dabei sollen die Ur-
sachen einer solchen Zunahme oder Abnahme beziehungsweise
einer solchen Ortsveränderung nicht in den Dingen selbst liegen,
sondern außerhalb ihrer, das heißt in der Einwirkung äußerer
Kräfte.“¹⁰³*

MAO TSETUNG folgte dagegen dem dialektisch-materialistischen Ansatz, der sich von HERAKLIT herleitet und dem YIN-YANG-MODELL des chinesischen Denkens sehr ähnlich ist. Er betrachtete daher im Gegensatz zur „Metaphysik“ die

*„Entwicklung als Einheit der Gegensätze (Spaltung des Einheitli-
chen in einander ausschließende Gegensätze und das Wechsel-
verhältnis zwischen ihnen).“¹⁰⁴*

und er vertrat den Standpunkt:

¹⁰³ aus: MAO TSE-TUNG: „Über den Widerspruch“ (August 1937) in: MAO TSE-TUNG: „Ausgewählte Werke“, Band I, Verlag für fremdsprachige Literatur, PEKING 1968

¹⁰⁴ aus: MAO TSE-TUNG: „Über den Widerspruch“ (August 1937) in: MAO TSE-TUNG: „Ausgewählte Werke“, Band I, Verlag für fremdsprachige Literatur, PEKING 1968. MAO verwies hier auf LENIN: „Zur Frage der Dialektik“.

„Im Gegensatz zur metaphysischen Weltanschauung vertritt die dialektisch-materialistische Weltanschauung die Meinung, dass wir beim Studium der Entwicklung der Dinge von ihren inneren Gehalt, von dem Zusammenhang des einen Dinges mit dem anderen ausgehen sollen, das heißt, dass wir die Entwicklung der Dinge als ihre innere, notwendige Selbstbewegung betrachten, wobei sich jedes Ding in seiner Bewegung mit den anderen, es umgebenden Dingen in Zusammenhang und Wechselwirkung befindet. Die Grundursache der Entwicklung eines Dinges liegt nicht außerhalb, sondern innerhalb desselben; sie liegen in seiner inneren Widersprüchlichkeit. Allen Dingen wohnt diese Widersprüchlichkeit inne, und sie ist es, die die Bewegung und Entwicklung dieser Dinge verursacht. Diese inneren Widersprüchlichkeit der Dinge ist die Grundursache ihrer Entwicklung, während der Zusammenhang und die Wechselwirkung eines Dinges mit anderen Dingen sekundäre Ursachen darstellen.“¹⁰⁵

MAO TSETUNG betrachte auf diese Weise das Verändern des „Soseins“ der Dinge (*Jing*) als ein „Lösen innerer Widersprüche im widersprüchlichen Wechselwirken mit anderen Dingen“, mit der umfassenden „Praxis“ (*Jing, Dao*). Das „informationelle“ Wahrnehmen (*Yi*) sah er auf diese Weise als eine Folge des sinnlichen Wechselwirkens der Dinge (*Jing*).

Die Frage nach der „widerspiegelnden“ Einheit der Dinge im „Dasein“ (*Shen*) warf sich aber für ihn noch nicht auf, da er (der damaligen Zeit entsprechend) noch nicht zwischen „Information“ (*Yi*) und „Widerspiegelung“ (*Shen*) unterschied und auch den Anteil des leiblichen Selbstbewegens (*Jing*) am sinnlichen Wahrnehmen noch nicht theoretisch herausgearbeitet vorfand.

Für ihn bestand daher die dingliche Welt ebenfalls nur aus einem Nebeneinander von „metaphysisch“ von einander getrennten Dingen, die sich in ihrem „Sosein“ zwar „in“ und „mit“ der Praxis aus ihren inneren Wider-

¹⁰⁵ aus: MAO TSE-TUNG: „Über den Widerspruch“ (August 1937) in: MAO TSE-TUNG: „Ausgewählte Werke“, Band I, Verlag für fremdsprachige Literatur, PEKING 1968

sprüchen heraus ändern, aber letztlich doch voneinander isoliert „existierend“ gedacht wurden.

Er unterschied also noch nicht zwischen einem „Verbinden im Dasein“ durch Widerspiegeln (*Shen*) und einem „Zusammenhalten im Sosein“ durch Wechselwirken (*Jing*).

II.

Um das Denk-Modell von MAO TSETUNG weiterzuentwickeln, was seiner Ansicht nach unabdinglich ist, ist es daher erforderlich, einen seiner inneren theoretischen Widersprüche aufzugreifen.

Ich sehe zum Beispiel, wie schon ausführlich dargelegt, einen „theoretisch treibenden“ Widerspruch zwischen den Begriffen „Dasein“ (*Shen*) und „Sosein“ (*Yi*).

Greift man diesen nun theoretisch, d.h. denkend im Denk- bzw. im Gedanken-Modell, auf, dann zeigt sich auch, dass sich das „Verbinden“ anders bestimmt als das „Zusammenhalten“:

- im „widerspiegelnden“ Dasein (*Shen*) ist die Welt (*Dao*) im *Qi* „verbunden“;
- das so-seiende (*Yi*) und wert-seiende (*Xin*) „Wechselwirken“ hält dagegen die Dinge (*Jing*) „auseinander“ aber dadurch auch „zusammen“, wodurch überhaupt erst scheinbar voneinander isolierte Dinge (*Jing*) entstehen, aber auch ein Ganzes (*Dao*) bewegt strukturiert wird.

Es handelt sich daher um verschiedene Fragen, je nach dem:

- ob ich einerseits nach dem „Zusammenhalt“ des Soseins der dinglichen Welt frage, d.h. nach dem allseitigen „Wechselwirkungs-Zusammenhang“ der ganzen Welt bzw. nach der Welt als einem aus sich selbst heraus werdenden „Ganzen“ (*Dao*).
- oder andererseits nach dem kohärent widerspiegelnden „Verbunden-Sein“ der Lebens-Welt, nach ihrer „Identität“ und der „Selbigkeit“ (*Shen, Wuji*).

Dieses Unterscheiden drängt sich nämlich bereits beim Beschreiben des „Bewegens“ auf:

- was „hält“ im „Bewegen“ einerseits als Kausalkette das folgende Sosein mit dem Sosein des Vorgegangenen „zusammen“?
- was „verbindet“ andererseits das Nachher mit dem Vorher, damit man überhaupt vom „selben“ Bewegen sprechen kann und nicht von zwei nebeneinanderliegenden und nur kausal verknüpften oder nur selbstständig wechselwirkenden Ereignissen.

So sind auch die Kommunizierenden in der Kommunikation:

- einerseits im „gemeinsamen“ Dasein in einer Kommunion „verbunden“;
- andererseits „hält“ sie der wechselwirkende Dialog „zusammen“ und auch als individuelle Dialog-Partner „auseinander“.

III.

MAO TSETUNG traf noch nicht diese Unterscheidung, und so musste er ganz im Sinne des SENSUALISMUS der Frage nach gehen, wie die objektive Kluft zwischen den Dingen (*Jing*), bzw. zwischen dem erkennenden „Subjekt“ (*Jing*) und dem zu erkennenden „Objekt“ (*Jing*) zu überbrücken sei.

Im sinnlichen „Wechselwirken“ wird zwar die Kluft zwischen den Dingen überbrückt, aber damit erklärt sich noch nicht, wie es zu einer da-seienden „Bewusstheit“ (*Shen*)¹⁰⁶ des Menschen als der widerspiegelnden Grund-Lage seines so-seienden „Bewusstseins“ (*Yi*) kommt.

Mit dem sensualistischen Gedankengang kann nämlich bloß erklärt werden, wie ein äußeres körperliches Wechselwirken, zwischen Mensch (*Jing*)

¹⁰⁶ „Bewusstheit“ wird hier mit „Leere“ (*Formlosigkeit*) zusammengedacht, die einem Spiegel gleich die „Möglichkeit des Wissens“ darstellt: dies im Unterschied zum „Bewusstsein“ als „Wirklichkeit des Wissens“ und der „Willkür“ als das „selbstbestimmte Umsetzen des Wissens“. Vgl. mein Projektpapier Nr. 3: „Bewusstsein, Willkür und Bewusstheit im 'Gewandtheits- und Achtsamkeitstraining'“. Internet:<www.tiwald.com> sowie HORST TIWALD: „Bewegen zum Selbst - Diesseits und jenseits des Gestaltkreises“. Hamburg 1997.

und Ding (*Jing*), in ein inneres körperliches Wechselwirken (*Jing*) im Zentralnervensystem des „Subjektes“ transformiert wird.

Im SENSUALISMUS wird das „psycho-physische“ Problem, aus dem sich die Frage ergibt, wie aus dem inneren „physiologischen“ Geschehen (*Jing*) ein inneres „psychisches“ Geschehen als Bewusstsein (*Yi*) folgt, zum „physikalisch-physischen“ Problem verschoben, das die Frage zu beantworten aufgibt, wie ein äußeres „physikalisches“ Geschehen (*Jing*) in ein inneres „physiologisches“ Geschehen (*Jing*) transformiert wird.

Wenn wir das innere physikalisch-chemische Geschehen als das „*physische*“ Geschehen und das entsprechende äußere Geschehen als „*physikalische*“ benennen, dann können also drei zusammenhängende Probleme unterscheiden:

- das „psycho-physische Problem“, das der Frage nachgeht, wie aus dem Nervengeschehen (*Jing*) ein psychisches Erleben (*Yi*) wird und umgekehrt;
- das „physikalisch-physische Problem“, das der Frage nachgeht, wie aus einem äußeren physikalischen Geschehen (*Jing*) ein Nervengeschehen (*Jing*) wird;
- das „physikalisch-psychische Problem“, das der Frage nachgeht, wie das innere und äußere physikalische Wechselwirken eine Einheit bilden (*Jing*) und wie diese so-seiende Einheit des Bewegens (*Jing*) mit einem psychisch wahrnehmenden Widerspiegeln (*Shen*) eine da-seiende Einheit bildet, die sich als So-sein (*Yi*) abbildet.

In meinem Denk-Modell stelle ich mich dem „physikalisch-psychischen“ Problem, indem ich das eigene so-seiende „physikalische“ Selbstbewegen (*Jing*) auch als Einheit mit dem eigenen da-seienden „psychischen“ Bewusstsein (*Yi*) sehe.

Dialektisch-materialistisch gesprochen: ich frage nach den beiden „Grund-Eigenschaften“ der Materie, ich frage nach der lebendig konkreten „Einheit von Wechselwirken und Widerspiegeln“, von *Jing* und *Shen*.

In der Erkenntnistheorie gilt es daher meines Erachtens die drei schon genannten Problemen klar zu unterscheiden und deren inneren Zusammenhang in einem Modell zu beschreiben.

Es sind dies:

1. das „psycho-physische“ Problem, das auch als „Leib-Seele-Problem“ bezeichnet wird. Hier geht man der Frage nach, wie das „physiologische“ Geschehen des Nervensystems (*Jing*) als Sosein und Wertsein mit dem „Bewusstsein“ (*Yi*), bzw. als Dasein mit der „Bewusstheit“ (*Shen*) zusammenhängen. Dies war zum Beispiel die Frage von DESCARTES, der zwei metaphysisch voneinander getrennte Welten annahm, die des „Ausgedehnt-Seins“ und die des „Denkens“, und vermutete, dass die Zirbeldrüse im Gehirn gleichsam der Umsteige-Bahnhof von einer Welt in die andere sei.
2. das „physikalisch-physiologische“ Problem, das auch eng mit der Frage „Was ist Leben?“ zusammenhängt. Hier geht man der Frage nach, wie ein äußeres objektives Sosein (*Jing*) über die sinnliche Vermittlung in ein inneres, ebenfalls objektives, aber symbolisches Sosein im Nervensystem (*Jing*) transformiert wird. Wie also Objekte sich gegenseitig abzeichnen, wie etwas Anderes im Eigenen symbolisch „verkörpert“¹⁰⁷ wird. Hierher gehört das Problem der Bildung „bedingter Reflexe“, dem IWAN PETROWITSCH PAWLOW nachgegangen ist. Hier tritt die Kategorie der „Information“¹⁰⁸ (*Yi*) auf, deren Funktion sowohl hinsichtlich des abgebildeten „Soseins“ (*Yi*) als auch hinsichtlich des steuernden „Wertseins“ (*Xin*) insbesondere die Kybernetik beschäftigt, die dann entsprechende technische Modelle, wie Roboter, entwirft.
3. das „physikalisch-psychische“ Problem, das sichtbar wird, wenn man klar zwischen „Information“ (*Yi*) und „Widerspiegeln“ (*Shen*) unterscheidet¹⁰⁹. Hier geht es dann um „Wech-

¹⁰⁷ PAWEL FLORENSKI: „*Denken und Sprache*“. Berlin 1993. Kontext-Verlag (ISBN 3-86161-016-7). S.60.

¹⁰⁸ Vgl. A. D. URSUL: „*Information – Eine philosophische Studie*“, Berlin/Ost 1970

¹⁰⁹ vgl. TODOR PAWLOW: „*Information – Widerspiegelung – Schöpfertum*“, Berlin/Ost 1970

selwirken“ (*Jing*) und „Widerspiegeln“ (*Shen*) als den beiden Grund-Eigenschaften der Materie. Nicht die Transformation und die Abzeichnung von Sosein (*Yi*) und Wertsein (*Xin*) als „Information“ (*Yi*) ist hier das Thema, sondern das diesem Prozess zugrundeliegende Dasein der „Widerspiegelungsfähigkeit“ (*Shen*), die „nicht wirkt“, sondern nur „erfüllt“ und alles in der „Identität“ des Daseins „verbindet“, wird hier hinterfragt. Es geht nicht um so-seiende „Gleichheit,“ (*Yi*) sondern um da-seiende „Identität“ (*Shen*)¹¹⁰. Daher stellt sich vorerst gar nicht die Frage, wie „Anderes“ widergespiegelt wird, sondern wie sich das Bewegen „selbst“ widerspiegelt, wie das „Widerspiegeln“ (*Shen*) die „wirkungslose“ Kehrseite jedes Bewegens, jedes Wirkens und „Wechselwirkens“ (*Jing*) ist.

IV.

MAO TSETUNG sah den Erkenntnisprozess so:

„Die unzähligen Erscheinungen der objektiven Außenwelt finden mittels der fünf Sinnes-Organen des Gesichts-, Gehör-, Geruchs-, Geschmacks- und Tastsinnes – ihre Widerspiegelung im menschlichen Gehirn, und das ist zunächst eine sinnliche Erkenntnis. Hat sich das Material dieser sinnlichen Erkenntnis angehäuft, so tritt ein Sprung ein, und die sinnliche Erkenntnis verwandelt sich in eine rationale Erkenntnis, d.h. in die Idee. Das ist ein Erkenntnisprozess. Es ist die erste Etappe des Gesamtprozesses der Erkenntnis, nämlich die Etappe des Übergangs von der objektiven Materie zum subjektiven Bewusstsein, vom Sein zur Idee. Zu diesem Zeitpunkt ist noch nicht bewiesen, ob das Bewusstsein und die Ideen (einschließlich der Theorien, politischen Richtlinien, Pläne, Methoden) die Gesetze der objektiven Außenwelt richtig widergespiegelt haben, es kann noch nicht festgestellt werden, ob sie richtig sind.

Darauf folgt eine zweite Etappe des Erkenntnisprozesses, nämlich die Etappe des Übergangs des Bewusstseins zur Materie, von

¹¹⁰ vgl. meinen Text „Bewegung und Möglichkeit“ Internet: www.horst-tiwald.de, Ordner „Texte zu Philosophie und Religion“. und HORST TIWALD: „Im Sport zur kreativen Lebendigkeit. Bewegung und Wissenschaft. Philosophische Grundlegung der Sportwissenschaft“. Band 2 der Schriftenreihe des Instituts für bewegungswissenschaftliche Anthropologie e.V., Hamburg 2000 ISBN 3-936212-01-5

der Idee zum Sein, wo man die in der ersten Etappe gewonnenen Erkenntnisse auf die gesellschaftliche Praxis anwendet, um zu sehen, ob diese Theorien, politischen Richtlinien, Pläne, Methoden usw. zu dem gewünschten Erfolg führen können. Allgemein gesagt, ist richtig, was Erfolg bringt, und falsch, was misslingt; das trifft besonders auf den Kampf der Menschheit mit der Natur zu.

Mit der Überprüfung der menschlichen Erkenntnis durch die Praxis tritt wiederum ein Sprung ein. Dieser ist von weit größerer Bedeutung als der frühere Sprung. Denn nur der zweite Sprung kann beweisen, dass der erste Sprung in der Erkenntnis, d.h. die Ideen, Theorien, politischen Richtlinien, Pläne, Methoden usw., auf die man im Prozess der Widerspiegelung der objektiven Außenwelt gekommen ist, richtig oder falsch war; es gibt keine andere Methode, die Wahrheit nachzuprüfen.

Zu einer richtigen Erkenntnis gelangt man oft erst nach einer vielfachen Wiederholung der Übergänge von der Materie zum Bewusstsein und vom Bewusstsein zur Materie, das heißt von der Praxis zur Erkenntnis und von der Erkenntnis zur Praxis. Das ist die Erkenntnistheorie des Marxismus, die Erkenntnistheorie des dialektischen Materialismus. Unter unseren Genossen gibt es viele, die dieses erkenntnistheoretische Prinzip noch nicht verstehen.

Für sie ist auch eine solche, im alltäglichen Leben oft zu beobachtende Erscheinung des Sprungs, wie sich die Materie in Geist und der Geist sich in Materie verwandeln kann, etwas Unbegreifliches“¹¹¹

Dieses Denk-Modell folgt, wie schon angemerkt, der Frage, wie Getrenntes wieder zusammenkommen, wie es mit der Sinnlichkeit (*Jing*) überbrückt werden und dann in einem inneren Gedanken-Modell theoretisch

¹¹¹ Ein Absatz aus dem "Beschluss des Zentralkomitees der Kommunistischen Partei Chinas über gewisse Fragen in der gegenwärtigen Arbeit auf dem Lande (Entwurf)". Dieser Entwurf wurde unter Leitung von MAO TSETUNG ausgearbeitet. Der zitierte Absatz wurde von ihm 1963 selbst verfasst. Er erschien auch unter dem Titel „Woher kommen die richtigen Ideen der Menschen?“, in: MAO TSETUNG: „Fünf philosophische Monographien“, Verlag für fremdsprachige Literatur, PEKING 1976

verarbeitet (*Yi*) werden kann, wodurch das sinnliche Bild (*Yi*) differenziert und erweitert und dadurch für das Handeln in der Praxis (*Jing*) immer brauchbarer wird.

Die Praxis (*Jing*) dient MAO TSETUNG daher vorwiegend dazu, in einer auf die Wahrnehmung (*Yi*) folgenden Tätigkeit (*Jing*) die sinnlich widergespiegelten Ideen (*Yi*) zu überprüfen. Die Praxis (*Jing*) ist für ihn daher einerseits Quelle für die sinnliche Vermittlung, andererseits der Prüfstand der in der sinnlichen Vermittlung gewonnenen Ideen (*Yi*). Dies ist alles richtig aber es ist nicht Alles.

Mein Anliegen ist es nun, aufzuzeigen, dass eine sinnliche Vermittlung (*Jing*), wenn sie vom leiblichen Selbstbewegen (*Jing*) „metaphysisch isoliert“ und auch von einer „personalen Beteiligung an der Praxis“ (*Jing*) isoliert wird, gar nicht geschehen kann.

In meinem Denk-Modell sind ursprünglich so-seiendes „körperliches Selbstbewegen“ (*Jing*) und da-seiendes (*Shen*) „Kennen dieses eigenen Selbstbewegens“ (*Yi*) unmittelbar eins.

Es stellt sich daher beim leiblichen Selbstbewegen, mit VIKTOR VON WEIZÄCKER gesprochen, gar nicht die Frage, wie getrennte Dinge (*Jing*), zum Beispiel das objektive Ding „Tisch“ und das subjektive Ding „Bewusstsein“ über sinnliche Vermittlung „zusammenkommen“, sondern wie sie sich „trennen“.

VIKTOR V. WEIZÄCKER stellte, wie schon erwähnt, die Vision einer grundlegend neuen Erkenntnistheorie vor. Er meinte, dass man sich nicht als erstes fragen solle, wie Getrenntes „verbunden“ werden kann, sondern wie aus einem fundamental verschmolzenen „Wir“ durch Bewegen (*Jing*) das „Ich-Du“ erst „auseinandergesetzt“ wird.

Wie also das „Bewegen“ (*Jing*) ganz fundamental jeder Auffassung von Raum (d.h. der Auffassung von getrennten Körpern und von „Bewegungen von Körpern“), d.h. des *Yi*, vorangeht.

VIKTOR VON WEIZSÄCKER bezieht sich mit seiner „Theorie des Gestaltkreises“ ausdrücklich auf sein eigenes „Erleben“. Er schrieb:

"Es handelt sich um einen sozusagen inspiratorischen Augenblick, den ich 1915 im Felde erlebte; einen Augenblick, in welchem sich mir die ursprüngliche Ungeschiedenheit von Subjekt und Objekt gleichsam leiblich denkend offenbart hat. Bei ruhigem Betrachten einer dort hängenden Patronentasche bin ich Patronentasche, und diese ist ich.

Die sinnliche Gegenwart eines äußeren Gegenstandes der aktuellen Wahrnehmung weiß nichts von einer Spaltung in Subjekt und Objekt. Die erkenntnistheoretische Frage, wie das Subjekt in den Besitz des Objekts gelangen, wie das Objekt in das Subjekt Eingang finden könne - diese Frage ist offenbar sinnlos, wenn jener Zustand des sinnlichen Erlebens ein ursprünglicher und vor aller Analyse höchst wirklicher ist. Man sieht sofort die Beziehung dieser Inspiration zur Identitätsphilosophie, zum Taoismus. Nehmen wir an, diesem Urerlebnis des Eins-Seins von Subjekt und Objekt stehe das Primat zu, dann wird die Aufgabe der Erkenntnistheorie und der Wahrnehmungstheorie nicht darin bestehen zu erklären, wie das Subjekt zum Objekt komme, sondern wie die Trennung, die Scheidung von Subjekt und Objekt zustande komme."¹¹²

Ursprünglich gibt es in diesem Denk-Modell nur das subjektiv/objektive „Ereignis des „praktischen Selbstbewegens“ (*Jing*), das unmittelbar wahrgenommen (*Shen*) und vom Menschen dann „zur Sprache gebracht“ (*Yi*) werden kann.

Es geht in der Erkenntnis also gar nicht darum, wie sich zwei getrennte Dinge vereinen, sondern wie aus dem „sich selbst“ widerspiegelnden (*Shen*) „objektiven Ereignis“ (*Jing*), wie aus der „Tat-Sache des Selbstbewegens“ (*Jing*) dessen inneres Abbild (*Yi*) entsteht und sich in diesem Abbild (*Yi*) erst ein „Objekt dieses Selbstbewegens“ dem „Subjekt des Selbstbewegens“ gegenüberstellt.

Es geht also darum, wie das objektiv (unabhängig vom Bewusstsein im

¹¹² VIKTOR VON WEIZSÄCKER: „*Natur und Geist*“. München 1977. S. 68.

Menschen) bereits vorhandene „Ding“ (*Jing*), also das „Objekt“, zum inneren „Gegenstand“ des Bewusstseins (*Yi*) wird.

IV.

VIKTOR VON WEIZSÄCKER meinte zum Verhältnis des Menschen zu seiner Praxis:

"Wir sagten:

Wer das Leben verstehen will, muss sich am Leben beteiligen.

Wir sagen aber auch, wer sich am Leben beteiligen will, muss es verstehen.

Von da stammt das Maß auch einer Forschung solcher Art." ¹¹³

Ganz Ähnliches schrieb MAO TSETUNG:

„Die sinnliche Wahrnehmung löst nur das Problem der äußeren Erscheinung; das Problem des inneren Wesens wird erst durch die Theorie gelöst. Die Lösung dieser Probleme kann keinesfalls von der Praxis getrennt werden. Kein Mensch kann ein Ding erkennen, wenn er nicht mit ihm in Berührung kommt, das heißt, wenn sein eigenes Leben (seine Praxis) nicht in dem Milieu dieses Dinges verläuft.

Wer ein bestimmtes Ding oder einen Komplex von Dingen direkt kennenlernen will, muss persönlich an dem praktischen Kampf zur Veränderung der Wirklichkeit, zur Veränderung des Dinges oder des Komplexes von Dingen teilnehmen; denn nur so kommt er mit den Erscheinungen der betreffenden Dinge in Berührung, und erst durch persönliche Teilnahme am praktischen Kampf zur Veränderung der Wirklichkeit ist er imstande, das Wesen jenes Dinges bzw. jenes Komplexes von Dingen zu enthüllen und sie zu verstehen.

Willst du Kenntnis erwerben, musst du an der die Wirklichkeit verändernden Praxis teilnehmen.

Alle echten Kenntnisse stammen aus der unmittelbaren Erfahrung. Der Mensch kann jedoch nicht alles unmittelbar erfahren, und tatsächlich ist der größte Teil unserer Kenntnis das Produkt mittelbarer Erfahrung, nämlich die in der Vergangenheit oder in fremden Ländern erworbenen Kenntnisse.

¹¹³ VIKTOR VON WEIZSÄCKER: „Der Gestaltkreis“. Leipzig 1943 ²

Im Erkenntnisprozess besteht also der erste Schritt darin, dass man zunächst mit den Erscheinungen der Außenwelt in Berührung kommt; das ist die Stufe der Empfindungen. Der zweite Schritt ist die Synthese des durch die Empfindungen erhaltenen Materials, seine Einordnung und Verarbeitung; das ist die Stufe der Begriffe, Urteile und Schlussfolgerungen. Nur wenn durch die Empfindungen sehr reichhaltige (nicht vereinzelt und unvollständige) Angaben erhalten wurden und diese der Wirklichkeit entsprechen (keine Sinnestäuschungen sind), kann man auf Grund dieser Angaben richtige Begriffe bilden und logische Schlüsse ziehen.

Das Rationale ist ja gerade deshalb zuverlässig, weil es seinen Ursprung in der sinnlichen Wahrnehmung hat; andernfalls würde es zu einem Fluss ohne Quelle, zu einem Baum ohne Wurzeln, wäre es etwas nur subjektiv Erstandenes, Unzuverlässiges. Vom Standpunkt der Reihenfolge im Erkenntnisprozess ist die sinnliche Erfahrung das Primäre, und wir unterstreichen deshalb die Bedeutung der gesellschaftlichen Praxis im Erkenntnisprozess, weil nur die gesellschaftliche Praxis den Anstoß dazu geben kann, dass der Mensch zu erkennen beginnt, dass er beginnt, aus der objektiven Außenwelt sinnliche Erfahrung zu gewinnen.

Das zweite Moment ist die Notwendigkeit, die Erkenntnis zu vertiefen, die Notwendigkeit, von der sinnlichen Stufe der Erkenntnis zu ihrer rationalen Stufe fortzuschreiten – das ist die Dialektik der Erkenntnistheorie.

Die Erkenntnis beginnt mit der Praxis, und die theoretischen Erkenntnisse, die man durch die Praxis erworben hat, müssen wieder in die Praxis zurückkehren. Die aktive Rolle der Erkenntnis findet ihren Ausdruck nicht nur in dem aktiven Sprung von der sinnlichen Erkenntnis zur rationalen Erkenntnis, sondern, was noch wichtiger ist, sie muss auch im Sprung von der rationalen Erkenntnis zur revolutionären Praxis zum Ausdruck kommen.

Das ist ein Prozess der Überprüfung und der Entwicklung der Theorie, eine Fortsetzung des gesamten Erkenntnisprozesses.

Betrachtet man jedoch den Prozess in seinem Fortschreiten, so ist die Bewegung der menschlichen Erkenntnis nicht abgeschlossen. Jeder Prozess, ob in Natur oder Gesellschaft, schreitet infolge der inneren Widersprüche und des inneren Kampfes weiter

fort und entwickelt sich, und die Bewegung der menschlichen Erkenntnis muss, ihm folgend, ebenfalls weiter fortschreiten und entwickeln.

Durch die Praxis die Wahrheit entdecken und in der Praxis die Wahrheit bestätigen und weiterentwickeln; von der sinnlichen Erkenntnis ausgehen und diese aktiv zur rationalen Erkenntnis fortentwickeln, sodann wieder, ausgehend von der rationalen Erkenntnis, aktiv die revolutionäre Praxis anleiten, die subjektive und objektive Welt umzugestalten; Praxis, Erkenntnis, wieder Praxis und wieder Erkenntnis – diese zyklische Form wiederholt sich endlos, und der Inhalt von Praxis und Erkenntnis wird bei jedem einzelnen Zyklus auf eine höhere Stufe gehoben.

Das ist die ganze Erkenntnistheorie des dialektischen Materialismus, das ist die dialektisch-materialistische Theorie der Einheit von Wissen und Handeln.“¹¹⁴

V.

MAO TSETUNG richtet sich mit seiner Weltanschauung gegen die Metaphysik (chin.. *Hsüanhsüä*), die nach ihm, wie eingangs schon erwähnt, dadurch gekennzeichnet ist, dass sie die Dinge (*Jing*) voneinander isoliert betrachtet. Er schrieb:

„In Wirklichkeit wird selbst die durch einen äußeren Anstoß ausgelöste mechanische Bewegung ebenfalls mittels der inneren Widersprüchlichkeit der Dinge bewerkstelligt.

Die besonderen Widersprüche bilden das besondere Wesen eines Dinges, das dieses von anderen Dingen unterscheidet.

Das besondere Wesen jeder Bewegungsform der Materie wird durch die besonderen Widersprüche bestimmt, die dieser Form innewohnen.

¹¹⁴ Die Zitate stammen aus dem Beitrag von MAO TSETUNG: „Über die Praxis. Über den Zusammenhang von Erkenntnis und Praxis, von Wissen und Handeln“, den er im Juli 1937 verfasst hat, in: MAO TSE-TUNG: „Ausgewählte Werke“, Band I, Verlag für fremdsprachige Literatur, PEKING 1968

*Die Beziehung zwischen der Allgemeinheit und der Besonderheit des Widerspruchs ist die Beziehung zwischen dem Gemeinsamen und dem Einzelnen im Widerspruch. Das Gemeinsame besteht darin, dass Widersprüche in allen Prozessen existieren, dass sie alle Prozesse von Anfang bis Ende durchdringen: Widerspruch – das ist Bewegung, das Ding, der Prozess und auch das Denken.
.....*

Dieses Gemeinsame ist aber in allem Einzelnen enthalten, ohne das Einzelne kann es kein Gemeinsames geben.

Diese Wahrheit vom Gemeinsamen und Einzelnen, Absoluten und Relativen ist die Quintessenz des Problems der den Dingen innewohnenden Widersprüche; diese Wahrheit nicht verstehen heißt die Dialektik ablehnen.

Die Bewegung eines jeden Dinges äußert sich in zwei Zuständen: im Zustand relativer Ruhe und im Zustand offensichtlicher Veränderung.“¹¹⁵

MAO TSETUNG schrieb ganz richtig, dass auch das Denken (*Yi*) ein in sich widersprüchlicher Prozess ist, der sich weiterentwickelt. Sein Denk-Modell war aber, wie schon aufgezeigt, geprägt von einer sensualistischen Erkenntnistheorie, die im Sinne des EMPIRISMUS zwar ganz richtig von der äußeren Wirklichkeit, von der Praxis (*Jing*) ausgeht. Was an ihr aber noch entwicklungsbedürftig ist, das ist ihre dem damaligen Wissensstand folgende Theorie der sinnlichen Erkenntnis.

Heute wissen wir, dass das „Selbstbewegen“ (*Jing*) fundamentaler ist als die später entwickelten Organe für das spezielle und sanfte Wechselwirken der „fünf Sinne“ mit der Umwelt. Alle diese Sinne werden nämlich von einem körperlichen Selbstbewegen begleitet und an diesem geeicht. Ohne Selbstbewegen, ohne praktisches Begegnen mit der umfassenden Praxis (*Jing*) gibt es keine sinnliche Vermittlung. Insofern ist die leibliche Tätigkeit, die

¹¹⁵ Die Zitate stammen aus der Schrift: „Über den Widerspruch“, die MAO TSETUNG im August 1937 verfasst hat, in: MAO TSE-TUNG: „Ausgewählte Werke“, Band I, Verlag für fremdsprachige Literatur, PEKING 1968

selbst „Tat-Sache“ (*Jing*) ist und in der Praxis „Tat-Sachen“ (*Jing*) schafft, nicht nur der Prüfstand sondern auch die „ursprüngliche“ Quelle der Erkenntnis (*Yi*)¹¹⁶.

„Unmittelbarkeit“ (*Shen*) ohne „Selbstbewegen“ (*Jing*), bzw. ohne die „Unmittelbarkeit des Selbstbewegens“ selbst, könnte nichts sinnlich Vermitteltes innerlich symbolisch „verkörpert“ und „zur Sprache gebracht“ (*Yi*) werden. Insofern kann das „Beachten des Selbstbewegens“ (*Shen*), zum Beispiel in einer Bewegungs-Meditation, eine Quelle des Entfaltens von „Verstand“ (*Yi*) und „Vernunft“ (*Yi*) sein, wenn dieses beachtete Selbstbewegen in einer Geistesgegenwart (*Shen*) nicht nur als positives Erleben und Wohlbefinden in seinem „Wertsein“ (*Xin*) konsumiert, sondern im eigenen „Ur-Teilen“ selbständig als „Sosein“ (*Yi*) auch „zur Sprache gebracht“ wird.

Nur über die Sprache kann, wie MAO TSETUNG richtig schrieb, die bereits vorliegende gesellschaftliche Erfahrung (*Yi*) anderer Zeiten und anderer Völker in den Erkenntnisprozess des einzelnen Menschen eingebracht werden, wodurch dieser in die Lage versetzt wird, das „Wesen“, das „Sosein“ und „Wertsein“ der Welt immer umfassender zu erfassen und dementsprechend zweckmäßiger zu handeln.

VI.

In meinem Gedanken-Modell möchte ich daher aufzeigen, dass am Anfang das körperliche „Selbstbewegen“ (*Jing*) steht, in welchem man entdecken kann, was an ihm auch alles anders sein könnte, d.h. was ihm letztlich auch als Grenze „widersprechen“ könnte. Auf diese Weise kann das Selbstbewegen als eigene „Tat-Sache“ (*Jing*) selbst zur Sprache gebracht

¹¹⁶ Vgl. B. G. ANANJEW: „*Psychologie der sinnlichen Erkenntnis*“ Berlin/Ost 1963

und damit erkannt werden. Auf ähnliche Weise kann erkannt werden (*Yi*), wie unterschiedliches Bewegen Unterschiedliches bewirkt, d.h. wie sich das vorerst einheitliche Erleben eines globalen Ereignisses auseinander setzt in ein sich bewegendes „Ich“, dem dann ein bewirktes „Du“ gegenübersteht.

Es lässt sich aber auch erfahren, wie in dieser „Spaltung des ursprünglichen Einsseins“ erkennbar wird, wie das nun abgelöste dialogische „Du“ unterschiedlich auf mich wirkt, und wie ich auf dieses auf mich einwirkende dialogische „Fragen“ mit in meinem Organismus (*Jing*) bereits angelegten Antworten des Selbstbewegens (*Jing*) „wie von selbst“ zweckmäßig reagieren kann.

Dieses „Selbstbewegen“ eines bereits angelegten Reagierens ist (in seiner bereits vorgegebenen Zuordnung zu einer bestimmten fragenden Herausforderung der Umwelt) für mich besonders interessant, denn es zeigt, dass in mir phylogenetisch bereits Praxis (*Jing*) „aufgehoben“ ist.

Ich kann bei diesem phylogenetisch vorgegebenen „Selbstbewegen“ unmittelbar beachten, was von selbst geschieht und wie dieses von selbst geschehende „Selbstbewegen“ situationsbezogen variiert. Es wird wahrnehmbar, was an ihm auch situativ anders sein könnte.

In diesem achtsamen Zuwenden entdecke ich aber nicht nur, wie viel freier Spielraum in meinem „Selbstbewegen“ liegt und wie die verschiedenen Varianten für unterschiedliche Bewegungsaufgaben jeweils sinnvoll und zweckmäßige Antworten „bedeuten“.

Ich entdecke auch, wie es mir meine Achtsamkeit (*Shen*) ermöglicht, ohne zu „wirken“, bloß durch „Schauen“, mit eigener „Urteil-Kraft“ das „Selbstbewegen“ (*Jing*) auch differenziert zur Sprache zu bringen.

Ich kann erlebend entdecken, wie meine Achtsamkeit (*Shen*), die eine komplementäre Einheit von spaltender „Urteils-Kraft“ und verbindender „Einbildungs-Kraft“ ist, im Ereignen:

- einerseits die „ur-sprüngliche“ Verbundenheit mit dem Objekt (*Jing*) aufrecht erhalten bzw. die Verbindung neu akzentuieren kann,
- aber andererseits auch als „Ur-Teilkraft“, als „Spalt-Kraft“, es mir ermöglicht, ein vorerst in der „Ein-Bildungskraft“ bloß globales Ereignen in sich zu unterscheiden, zu „ur-teilen“ (*Yi*).

Das achtsame „Ur-Teilen“ (*Shen*) meines „Selbstbewegens“ (*Jing*) ist somit der „Ur-Sprung“ des Entfaltens meines „Verstandes“ (*Yi*), der im Unterscheiden ein vorerst Ganzes „ur-teilt“ und die „ur-geteilten“ Unterschiede durch weiteres „Ur-Teilen“ eingrenzt, d.h. zum Begriff „definiert“. Also durch „Ur-Teilen“ erst „Information“ (*Yi*) schafft.

Dieses Werk der „Ur-Teilkraft“ schafft im „Ur-Teilenden“ Begriffe und bildet so den „Verstand“. Die durch den „Verstand“ fest „gesetzten“ Begriffe werden durch die verbindende Arbeit der Achtsamkeit (*Shen*), durch die „Ein-Bildungskraft“, wieder zusammengesetzt, d.h. „schlüssig“ verbunden. Hierfür liefert die bereits im „Ur-Teilen“ und „Schließen“ zur Sprache gebrachte Erfahrung (*Yi*) das Material.

Es handelt sich also um einen einheitlichen „Vor-Gang“. Dieser beginnt beim achtsamen (*Shen*) „Selbstbewegen“ (*Jing*), geht fort über das „Ur-Teilen“ des „Selbstbewegens“ und über das „verständige“, d.h. Begriffe bildende „zum Wort Bringen“ des „Ur-Geteilten“ hin zum „definierenden“ Satz (*Yi*).

Auf dieser „Grund-Lage“ wird dann mit Hilfe „aufbewahrter“ früherer „Ur-Teile“ über das Gedächtnis (*Yi*) in der „Ein-Bildungskraft“ Aktuelles mit Vergangenen „schlüssig“ verbunden.

Auf diese Weise spielt dann die „vernünftige“ Vergangenheit rückwirkend bzw. „vorauswirkend“ beim Auffassen des aktuellen „Hier und Jetzt“ als „Vor-Ur-Teil“ mit, d.h. es bevormundet das „ur-sprünglich“ freie „Beachten“ des Verstandes und verändert dieses zu einem von der Theorie geleiteten „Beobachten“.

Dieses geleitete Beobachten läuft nun Gefahr, nur mehr das zu „sehen“, was die Erfahrung (*Yi*) „erwartet“ und das zu „über-sehen“, was man im relativ freien „Beachten“ (*Shen*) sonst noch „schauen“ könnte.¹¹⁷

Die Sprache leitet sich, in meinem Denk-Modell, von einer „Ur-Sphäre“¹¹⁸ her, in der in der „Unmittelbarkeit“ (*Shen*) das „Schauen“ dominiert.

Die Sprache ist ein brauchbares Werkzeug, um in die Gegenwart auch das einzubringen, was man im aktuellen Ausschnitt des gegenwärtigen Lebens selbst bei bestem „Schauen“ nicht als Sosein (*Yi*) erleben könnte. Dies geschieht allerdings mit dem Risiko einer ausblendenden und verzerrenden Bevormundung.

Die Sprache ist als „Wagnis“¹¹⁹ eine „Krise“: sie ist „Chance“ und „Gefahr“ zu gleich:

¹¹⁷ vgl. hierzu meine Ausführungen in HORST TIWALD: *„Talent im ‚Hier und Jetzt‘ – Eine Zusammenschau von buddhistischen Sichtweisen und abendländischem Denken mit dem Ziel, Gesichtspunkte westlicher, östlicher und fernöstlicher Trainings-Praktiken in die Talent-Entfaltung fördernd einzubringen.“* Band 11 der Schriftenreihe des Instituts für bewegungswissenschaftliche Anthropologie e. V., Hamburg 2003, ISBN 3-936212-10-

¹¹⁸ Zum Begriff „Ur-Sphäre“ vgl. EUGEN HERRIGEL: *„Urstoff und Urform. Ein Beitrag zur philosophischen Strukturlehre.“* Tübingen 1926. auch: EUGEN HERRIGEL: *„Die Metaphysische Form. Eine Auseinandersetzung mit Kant.“* Tübingen 1929. Siehe auch: DAISSETZ TEITARO SUZUKI: *„Wesen und Sinn des Buddhismus – Ur-Erfahrung und Ur-Wissen“.* Freiburg- Basel-Wien 1993. ISBN 3-451-04920-1. Vergleiche auch den Begriff „höchste Urteilskraft“ bei NYOITI SAKURAZAWA (GEORGES OHSAWA): *„Die fernöstliche Philosophie im nuklearen Zeitalter“.* Hamburg 1978. Seite 40.

¹¹⁹ In diesem Gedanken folge ich PETER WUST. Vgl. PETER WUST: *„Ungewissheit und Wagnis“.* Graz 1937.

- sie läuft Gefahr, in einer Bevormundung nur das wahrnehmbar zu machen, was die Erfahrung (*Yi*) erwartet – also das „Schauen“ zu einem eingeeengten „Sehen“ zu verkürzen;
- sie bietet aber die Chance, auf der begrifflichen Ebene im Bewusstsein (*Yi*) gleichzeitig mehr zu „sehen“, als man gegenwärtig in der Praxis (*Jing*) als Sosein „schauen“ könnte.

Mehr Augen (anderer Menschen in der Kommunikation und vergangener Zeiten über den Datenspeicher „Sprache“) sehen mehr! Man könnte aber mit der Sprache auch Gefahr laufen, vor lauter sichtbarer Bäume, den ganzen Wald weder zu „sehen“ noch zu „schauen“.

Die Fähigkeit, aus dem das Wahrnehmen prägenden „Rhythmus“ der Sprache auszubrechen und „schauend“ über das Filter der sprachgeleiteten Erwartungen (*Yi*), die wie ein Zaun wirken, hinüber zu gucken, nennen wir „Kreativität“.

Das Entwickeln sowohl der „Kreativität“ als auch des „Verstandes“ kann (in meinem Denk-Modell), dadurch gefördert werden, dass wir lernen:

- unsere Achtsamkeit (*Shen*) von den Faszinationen zu lösen und zu „sammeln“¹²⁰,
- so dass wir unser eigenes „Selbstbewegen“ (*Jing*) geistesgegenwärtig im „Hier und Jetzt“ beachten und „urteilend“ uns selbst „zur Sprache bringen“ (*Yi*) können, sei dies beim Atmen, bei Erbkoordinationen, wie Gehen, Laufen, Schlagen usw., oder bei willkürlichen Kulturbewegungen, bei denen allerdings der direkte Einstieg entsprechend schwieriger ist.

Ob wir nun die Leistung unseres „Selbstbewegens“ (*Jing*) optimieren wollen, wie im Sport und in den Bewegungskünsten, oder ob wir ohne diese Leistungsverbesserungen im Auge zu haben, bloß unsere „Kreativität“ (*Shen*), unseren „Verstand“ und unsere „Vernunft“ (*Yi*) entfalten wollen,

¹²⁰ vgl. HORST TIWALD: „*Yin und Yang. Zur Komplementarität des leiblichen Bewegens.*“ Immenhausen bei Kassel 2000. (ISBN 3-934575-10-2).

am Beginn ist es ein und derselbe Prozess, den man dann später dem eigenen Weg entsprechend akzentuieren kann. Er ist ein naheliegender, ein nahezu „natürlicher“ Beginn.

Ob es noch andere Möglichkeiten gibt, diese Frage lässt sich in meinem Denk-Modell nicht beantworten. Ich sage daher nicht, dass es nur diesen Weg gibt und man ihn daher gehen müsse, sondern ich sage bloß:

„Es gibt diesen Weg, ich kenne keinen anderen, man kann ihn gehen.“

Die mir anders erscheinenden Wege, die ich aus der Literatur kenne, lassen sich meines Erachtens alle auf den von mir genannten zurückführen und scheinen zum Teil auch originelle Varianten zu sein.

Da man aber selbst ohnehin nur über seinen eigenen Weg „urteilen“ kann, wenn man ihn als seine eigene „Tat-Sache“ (*Jing*) auch sich selbst „zur Sprache gebracht“ (*Yi*) hat, mag es sein, dass nun meine eigene Sprache mich „blind“ macht für Wege, die ich nicht zumindest teilweise selbst gegangen bin und die ich nur aus „zweiter Hand“ (*Yi*) über die Sprache vermittelt bekam.