

Inneres und äußeres Verbinden im WingTsun

Alpiner Skilauf als WingTsun im winterlichen Gelände

HORST TIWALD

<www.horst-tiwald.de>
August 2012

I.

In meinem Konzept des Erlernens von Techniken ist die **Erst-Begegnung** besonders wichtig, bei der die relevanten Erbkoordinationen **hervorge-
lockt** werden.

Ich will dies am Beispiel des **alpinen Skilaufens** zu erläutern suchen.

Skilaufen ist für mich WINGTSUN¹ mit dem winterlichen Gelände:

- vorerst lerne ich das Balancieren mit der Schwerkraft;
- und das Nutzen der Schwerkraft, um – die Reaktionskräfte der Piste aufnehmend – den Bogen **driftend** ändern zu können.

Später wird dann das Driften kaum merklich, und es erscheint daher dem ungeschulten Beobachter bloß ein **Umkanten** und **schneidendes** Bogenfahren.

Ich beginne also mit der „Aufgabe“², sich mit Schwerkraft und Gelände auseinander zu setzen.

Der Anfänger macht also keine „Form“ jenes Bewegens nach, welches die „Aufgabe“ löst. Er ist vielmehr in einen „**naiven**“ Bezug zur Aufgabe, wie FRIEDRICH SCHILLER sagen würde, gestellt. Der Anfänger wird so leichter

¹ Vgl. hierzu meine Texte zum WINGTSUN zum Downloaden <www.horst-tiwald.de> unter den Downloads im Ordner „Zur Theorie des Mudo“.

² Vgl. meinen Text: „Über die ‚Funktion‘ und die ‚Bewegungsaufgabe““, zum Downloaden <www.horst-tiwald.de> unter den Downloads im Ordner „Zur Theorie des Mudo“.

„**eins**“ mit der Piste und erhält so Zugang zur „**Funktion**“ seines Bewe-
gens.

Ich gehe dabei also ähnlich vor, wie YIP MAN mit der **Holzpuppe**:

- das Gelände ist für mich die *Holzpuppe*,
- an der ich mich, mit ihr eins werdend,
- gewandt und geschickt abarbeite.

Das Gelände hält still. Ich bin es, der durch die Schwerkraft bewegt
mit ihm karamboliert.

Da der Schüler aber nicht in seinem „naiven“ Bezug stecken bleiben darf,
soll er sich auch die Form seines Bewegens „bewusst“ machen.

Er soll also übergeführt werden in die „**sentimentalische**“ Pha-
se, wie FRIEDRICH SCHILLER diese Phase in seiner Unterscheidung
markiert.

Was aber vorerst nur „reflektierend“ bedeutet und erst später ins „Ge-
fühlvolle“ wechselt, wenn im Reflektieren:

- nicht nur die „äußere Form“ des Geschehens,
- sondern auch das „innere Geschehen“ achtsam fokussiert und
reflektiert wird.

Damit der Schüler nun das zu **lesen lernt**, was das Gelände beim
Skilaufen ohnehin hervorlockt, gebe ich ihm vorerst, **vor dem ers-
ten Versuch**, einige **sprachliche Markierungen**:

- ich erinnere den Skischüler daran, wo seine Kleine Zehe und
wo seine Große Zehe ist;
- was bei Ski vorne und was hinten ist;
- was „**flach**“ im Unterschied zu „**kanten**“ bedeutet
- und was der Berg-Ski und was der Tal-Ski ist;
- was „**auf den Ski stellen**“ (d.h. belasten) bedeutet.

Dann ist noch wichtig, den Schüler daran zu erinnern:

- wo seine Nase ist.

Ist das erledigt, dann lasse ich den Schüler quer zum Hang stehen und sage:

„Auf den Berg-Ski stellen – Tal-Ski hochheben – Berg-Ski vorne flach stellen und Ski-Spitze zur Nase drehen“.

Und damit ist vorerst alles erledigt., denn unbewusst kommt die Nase den Skispitzen entgegen, was dazu führt, dass sich auch die Tal-Schulter bzw. der Rumpf sich talseitig vordrehen.

Die **Schwerkraft** zieht den Ski zu Tal und die entsprechende Erbkoordination wird ganz **unbewusst realisiert**.

Der Schüler braucht nun **nur lesen zu lernen**, welchen **Text das Gelände schreibt**.

Später gehe ich dann auf einen **flachen Hang** (zur „Holzpuppe“) und wiederhole und **variieren** das, was das Gelände geschrieben hat.

Die Übungen am leichten Hang, **ohne eine Herausforderung durch das Gelände** (an der Holzpuppe) dienen nur dazu:

- das **Alphabet zu erweitern**,
- damit man immer differenzierter das lesen kann,
- **was der Körper in seiner angeborenen Vernunft ohnehin tut**.

Dann geht es später darum, nicht nur auf das eigene Bewegen, sondern auch auf das Gelände **hinzuhören** und das **sprachlich** zu erfassen, was tatsächlich geschieht.

Auf dieser Grundlage kann man über das **Einschmiegen in das Gelände** später den *Spieß* umdrehen und dem Geschehen willkürlich seinen eigenen Stempel aufdrücken.

Das **Üben der Techniken** hat vorerst den Sinn, **nicht Übungen für den Ernstfall** zu lernen, sondern bloß „**beim Üben zu lernen**“ (nach ELSA GINDLER³), d.h. besser auf das Gelände „**hinzuhören**“ und mittels der **erarbeiteten Sprache** den Text lesen zu lernen, den ich später **gemeinsam** mit dem Gelände schreibe.

Beim **Raufen** ist es auch so.

Über das eigene **Bewegen**, das **Benennen** und das **achtsame Hinhören** und **Variieren** wird das Wahrnehmen immer differenzierter und **schneller**.

II.

Kinder lernen, wenn man sie lässt, auch auf diese Weise. Sie lassen sich „**naiv**“ auf die Aufgabe ein und beachten vorerst mit „**sentimentalischer**“ Neugier die „äußere Form“ des Geschehens.

Kinder haben daher in ihrem „**lebendigen Ernst**“ in der Regel auch achtsamen „**Kontakt**“ mit dem, was sie tatsächlich „**berühren**“ oder ansehen.

Erst in der Erziehung, bzw. in der Schule, wenn ihnen etwas **vorgesetzt** wird, wird dies anders.

Hier wird dann „**toter Ernst**“, d.h. Konzentration gefordert.

Ein Kind ist also, wenn es selbstbestimmt etwas aufgreift, vorerst „**ganz**“ bei seiner selbstbestimmten, bzw. es faszinierenden **Sache**.

„**Berühren**“ und achtsamer „**Kontakt**“ sind noch eine Einheit. Kinder „**sind eins**“ mit ihrer Sache (zumindest war es früher so!).

³ ELSA GINDLER: „Die Gymnastik des Berufsmenschen“. In: „Gymnastik“. Jg. 1. KARLSRUHE 1926.

So kann man sich **Tanzen** auch auf zwei Arten aneignen:

- man kann, wie z.B. einst in Afrika, bereits als Kleinkind dem Tanz des Stammes zusehen;
- in der **intensiven Identifikation** mit dem Gesehenen bewegt sich dann das Kind unbewusst **mit den entsprechenden Erbkoordinationen**, insbesondere im **Rumpf**, mit.

Wenn sich das **Gesehene** automatisch in **eigenes Mitbewegen** umsetzt, dann nennt man dies **„ideomotorische Reaktion“**.

Auf dieser Basis hat der kleine **YIP MAN**⁴ auch seinem späteren Lehrer **gebannt** zugeschaut.

Und wenn ich die **Fotos von YIP MAN** heute wirklich verstehen will, dann muss ich das Gleiche tun:

- d.h. **gebannt zwischen die einzelnen Fotos schauen**
- und in mir den **„Wandel“** als **„ideomotorische Reaktion“** aufsteigen lassen.

In unseren **verschulten Hochkulturen** lernen wir aber anders.

Das **Tanzen** lernen wir:

- indem wir die Bewegung unserer **Extremitäten** anstarren
- und mit **gesenktem Blick auf den Boden starren**,
- um in die **imaginären Spuren** unsere **Tritte zu setzen**.

Wir **zielen** mit unseren **Extremitäten**, d. h. mit unseren Füßen, bestimmte **Punkte am Boden** an (z.B. wie auch bei der Holzpuppe) und bewegen dann unsere Arme mit **steifem Oberkörper** ebenfalls als **Zielungen** imposant in der Luft.

Das ist so, wie wenn man **„ohne Hinhören“** auch Musik-Instrumente lernt und die **Punkte auf dem Notenpapier** z.B. mit **bestimmten Tasten** am Klavier koordiniert.

⁴ Vgl. hierzu meine Texte zum WINGTSUN zum Downloaden <www.horst-tiwald.de> unter den Downloads im Ordner „Zur Theorie des Mudo“.

Hier kann durch fleißiges Üben **große Virtuosität** entstehen, ob aber dann auch **hinhörende Musikalität** dabei ist, das ist die Frage.

So konnten in Afrika fast alle Menschen tanzen, weil es ihnen durch ihre natürliche Aneignung „**im Blut liegt**“.

Bei uns können bloß die **gewandten Talente** tanzen;

- die „**trotz**“ der **fixierten Schulung der Extremitäten**
- ihre **Gewandtheit** nicht verloren haben.

Unsere Schule ist, **wie auch bereits im alten China**, auf **Selektion** der Talente ausgerichtet:

- die Mehrheit bleibt auf der Strecke.

Anders war dies bei den Naturvölkern.

Dort gibt es:

- auch besondere Talente,
- aber auch eine **breite hinhörende Basis**.

Es kommt auf den Beginn an!

Nur Talenten gelingt es im WINGTSUN, trotz der verschulden Irrwege, nach Jahrzehnten mit ihrer Gewandtheit zum jungen YIP MAN zurückzukehren.

III.

Beim Üben von Bewegungen spricht man:

- von einem oft als mystisch erklärten „**inneren Verbinden**“ des körperlichen Bewegens mit dem Erleben;
- und einem insbesondere durch visuelles Vorstellen geleiteten „**äußeren Verbinden**“ der Glieder des Körpers mittels des sinnlich erscheinenden Bewegungs-Phänomens.

Ob wir nun über ein „**inneres**“ oder über ein „**äußeres Verbinden**“ sprechen, wir sprechen aber immer über die „**selbe**“ Tat-Sache, nämlich das eigene körperliche Bewegen.

Beim Erklären eines Zusammenhanges muss man nämlich immer auch über zusammenwirkende bzw. zusammenstimmende Teile reden, was leicht den Eindruck erweckt, als würde man von Verschiedenem reden.

IV.

Wir wollen uns nun der gemeinten Tat-Sache nähern.

Zuerst wollen wir uns klar machen, dass man in seinem Erleben zu seinem eigenen Körper (der eine Tat-Sache ist) unmittelbar einen „inneren Zugang“ hat.

In diesem „inneren Zugang“, der sich im eigenen Erleben widerspiegelt, kann man deutlich drei verschiedene Dimensionen des Erlebens erfahren:

- Die Dimension „*Da-Sein*“, d.h. ich kann erleben, dass für meine Achtsamkeit etwas konkret „*da ist*“.
- Die Dimension „*So-Sein*“, d.h. ich kann erleben, dass ich von diesem Etwas, welches da ist, im Erleben auch ein Bild habe. Dieses Bild versucht mir zu zeigen, welche objektive Ordnung dieses Etwas hat.
- Die Dimension „*Wert-Sein*“, d.h. mein Erleben sagt mir auch, ob dieses Etwas für mich positiv oder negativ ist. Es sagt mir, wie dieses Etwas meine Emotionen trifft und wie es in mir Affekte auslöst.

V.

Hat man dies erklärt, dann kann man weiter erklären, wie diese drei Dimensionen „innen verbunden“ sind.

Hier kann man dann aufzeigen:

- wie „für mich“ im Erleben alles mit dem Wert-Sein beginnt; das Herz (*Xin*) ruft meine Achtsamkeit (*Shen*);
- sodann, wie mir die Achtsamkeit (*Shen*) eine Vorstellung (*Yi*) erzeugt;
- wie die Vorstellung (*Yi*) dann später die Achtsamkeit (*Shen*) leitet; dadurch werden dann im Handeln neue Tat-Sachen (*Jing*) geschaffen, bzw. es kann dann (über das durch das *Yi* geleitete *Shen*) in den Körper heilende Kraft (*Qi*) geleitet oder im Körper Willensstärke (*Xin*) entfacht werden.

Man kann also sichtbar machen, wie *Xin*, *Shen* und *Yi* bzw. *Yi*, *Shen* und *Xin* in gegenläufigen Kreisprozessen verbunden sind.

VI.

Als dritten Schritt des Erklärens kann man sich dann den Tat-Sachen selbst zuwenden und aufzeigen, dass in allen Tat-Sachen die selbe Kraft (*Qi*) fließt.

Shen, *Yi* und *Xin* sind ebenso Tat-Sachen (*Jing*) in denen Kraft (*Qi*) fließt, wie es der eigene Körper (*Jing*) oder äußere Dinge (*Jing*) und deren Ordnungen (*Li*) ebenfalls sind.

In diesem Gedanken-Modell kann man dann verdeutlichen, dass es die Besonderheit der **Achtsamkeit** ist, die Kraft überall hin transportieren zu können.

Shen (Achtsamkeit) wird so:

- einerseits im „Wechselwirken“ zum „Fahrzeug des Qi“,
- andererseits im „Widerspiegeln“ jene Kraft, die Vorstellungen (*Yi*) erzeugt.

VI.

Hat man dies erklärt, dann kommt es zur Anwendung dieser Gedanken. Hier setzt das „**äußere Verbinden**“ ein.

Es geht nun darum, das außen „sichtbar und gedanklich Getrennte“, zum Beispiel „Schulter“ (*Jing*) und „Hüfte“ (*Jing*), von denen man „getrennte“ Vorstellungen (*Yi*) hat, nun „innerlich zu verbinden“.

Also nicht die Achtsamkeit auf die Vorstellungen, sondern auf das Vorgestellte selbst zu richten.

Dann gilt es, im Körper selbst schrittweise fort zu schreiten, bzw. die Achtsamkeit zu „weiten“, und letztlich alles „außen gedanklich Getrennte“ „innen“ unmittelbar im Da-Sein miteinander zu verbinden.

Auf diesem Weg führe ich mit meiner Achtsamkeit meine Kraft (*Qi*) an die vorgestellten „Orte meines Körpers“ selbst. Also nicht in die Vorstellung, nicht in das Bewusstsein hinein, sondern in meine tat-sächliche Schulter (*Jing*) und in meine tat-sächliche Hüfte (*Jing*), die ich dann in der „Weite“ des „Daseins“ als verbunden erlebe.

Ich führe also mit meiner Achtsamkeit (*Shen*) die Kraft (*Qi*) tatsächlich in die Ordnung (*Li*) meines Körpers (*Jing*).

Ich erzeuge mir dadurch in meinem Körper „am konkreten Ort“ ein unmittelbares Erleben meines allseitig und unbegrenzt verbundenen Körpers. Ich kann dann das Geschehen in mir, d.h. das „innere Verbinden in den tatsächlichen Ordnungen“ (*Li*) wiederum achtsam „verfolgen“ und die tatsächlichen „Fugen der Wirklichkeit“ gedanklich aufnehmen und dann kreativ sprachlich zur Welt bringen.

VII.

Shen führt Kraft (*Qi*) zu *Jing*.

Dies kann zu einem spezifisch sanften, d.h. „weichen Wechselwirken“ führen.

Dieses weiche Wechselwirken schafft im Begegnen mit den Tatsachen spezifische Abbilder (*Yi*), d.h. es spiegelt sich als Leit-Bild **nur das Nötigste**, das heißt das für das „**Wertsein**“ relevante, wider.

Die Achtsamkeit tastet das *Jing* ab und erzeugt hier ein „notwendiges“ (ein die Not wendendes) Bild (*Yi*).

In diesem Bild wird daher nur das Nötigste erfasst.

Nur das geht in das Leit-Bild ein, was an Ordnungen (*Li*) auch für ähnliche Fälle (*Jing*) brauchbar ist.

Würde das Konkrete nicht reduziert werden, d.h. würde es nicht abstrahiert und würde keine spezifische Auswahl der abzubildenden Ordnungen (*Li*) getroffen werden, dann wäre das Abbild (*Yi*) nicht optimal brauchbar. Ein „total genaues“ Abbild würde nicht einmal für das Bewegen des Besonderen, d.h. für sein Verändern brauchbar sein. Man würde das Bewegen nicht im Auge behalten können.

Ein absolut genaues und umfassendes Bild, in welchem alle Ordnungen eines konkreten Etwas (*Jing*) erfasst werden, würde für die Vorausschau und für das Bilden von Erfahrungen unbrauchbar sein.

Brauchbar ist nur eine „tolerante Un-Genauigkeit“, mit definiertem Spielraum.

Es bedarf daher eines gewissen Maßes an „toleranter Abstraktion“, die auf mehrere Fälle passt.

Das „Selbe“ kommt nämlich als „absolut Gleiches“ nie wieder. Alles ist Bewegen und damit Verändern.

Deswegen braucht von einer Tat-Sache (*Jing*) nicht alles symbolisch als *Yi* erfasst werden.

VIII.

Weil nun aber im *Yi* nicht alles erfasst wird, deswegen ist es erforderlich, das „tolerant abstrahierte *Yi*“ mit *Shen* wieder an den Ort des Besonderen (*Jing*) hin zu bringen, d.h. zum „*Da-Sein* des Wechselwirkens“ zu bringen.

Es geht daher auch darum, sich im Bewusstsein (*Yi*) nicht nur mit dem „sparsam Notwendigen“ konstruierend und vorausschauend zu betätigen, sondern auch wieder zur Wirklichkeit (*Jing*) hin zu kommen.

Man muss also auch zur Tat schreiten und „hinreichende Gründe“ schaffen, d.h. man muss sich wieder der Praxis (*Jing*) zuwenden und mit *Shen* auch ein „großes Begegnen“, einen „große Ur-Sache“, einen „großen Grund“ (*Da gu*) schaffen.

In der Übung der „*Klebenden Arme*“ ist dieser Übergang vom wartenden und ausweichend abtastenden „Kleinen Grund“ (*Xiao gu*) zur „hinreichenden“ Tat des „Großen Grundes“ (*Da gu*) intensiv erlebbar.

IX.

Um einen Zugang zum Verstehen der Achtsamkeit (*Shen*) zu bekommen, sollte man vorerst lernen, seine „Vorstellungen vom eigenen Körper“ auch aus seinem Kopf hinaus zu bringen.

Es gilt, das kopflastige „Daneben-Stehen“ zu überwinden, indem man zum Beispiel das vorgestellte oder wahrgenommene „Bild seines eigenen Armes“ mit *Shen* wieder an den „tat-sächlichen Ort des eigenen Armes“ bringt.

Es wird dann erlebbar:

- dass sich nicht nur zwischen Vorstellung (*Yi*) und vorgestelltem (*Jing*) eine „Kluft“ des „Daneben-Stehens“ auftun kann;
- sondern dass diese „Kluft“ auch mit Achtsamkeit (*Shen*) zu überbrücken ist.

Das „Erleben des Einswerden“ mit dem vorgestellten oder wahrgenommenen eigenen Körper ist ein ganz besonderes Erleben.

Auf Grund dieses Erlebens leuchtet einem dann auch unmittelbar ein, dass das Einswerden mit einem „raumzeitlich von uns getrennt erscheinenden Ding“ auf die selbe Weise realisierbar ist.

Die Achtsamkeit (*Shen*) erlebt sich auf diese Weise als eine Fähigkeit, welche mir die Chance gibt, raum-zeitliche Brücken zu schlagen. Es lässt das als „ergänzungsbedürftigen Spielraum“ gewahren, was ich als „**Funktion**“ bezeichnet habe.

Das Überwinden der scheinbaren räumlichen Trennung von mir und einem äußeren Ding ist der einfachere Fall. Dieser wird in der bildenden Kunst oft beschrieben.

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 herausprechen 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 Biogsamkeit der Linie, in der Freiheit, mit der sie sich den Anforderungen des Bildaufbaues unterzieht.⁵

„Alles, was wir im täglichen Leben sehen, wird mehr oder weniger durch unsere erworbenen Gewohnheiten entstellt, und diese 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.

⁵HENRI MATISSE: „Genauigkeit ist nicht Wahrheit“ (1947). In: HENRI MATISSE: „Farbe und Gleichnis – Gesammelte Schriften“. Hamburg 1960, Fischer Bücherei S. 85-90.

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.⁶

Genau so ist es beim Bewegen im Kampf. Es gibt keine zwei Bewegungen, die einander gleich sind.

Jede Situation fordert nämlich nicht nur ein planendes Einbringen der über das Spüren (als einem „sanften Begegnen“) vermittelten relativ allgemeinen „Vorerfahrung“, sondern auch ein „hinreichend treffendes Begegnen“.

So werden in der Erfahrung nur „konkret-tolerante Ordnungen“ (*Li*) in „abstrakt-toleranten Vorstellungen“ (*Yi*) abgebildet.

Das konkrete Handeln folgt aber weder zwingend den vorgestellten „Leit-Bildern“ (*Yi*), noch ist es eine Kopie irgendeines schon da gewesenen Bewegens.

Jede Tat ist vielmehr etwas schöpferisch Neues, das im Einswerden und im konkreten Begegnen mit der Praxis realisiert wird.

⁶ HENRI MATISSE: „Man muss zeitlebens die Welt mit Kinderaugen sehen“ (1953). a.a.O. S. 113-117.

X.

Hat man dies erlebt, dann leuchtet auch ein, dass auf genau die selbe Weise auch „zeitlich getrennt erscheinende Klüfte“ überbrückbar sind.

Die Achtsamkeit (*Shen*) schafft hier, beim Gewahren der „**Funktion**“, eine „zeitüberbrückende Gegenwart“.

Es handelt sich dabei allerdings um ein uns „absurd“ erscheinendes Begegnen mit einem „im Wechselwirken bereits Vergangenen“. Dieses hat aber in der Ganzheit des alles umfassenden Bewegens (in einem „zeitlos ewigen“ und daher immer da-seienden und alles verbindenden „Widerspiegeln“) sein Da-Sein.

Im relativ zu mir „räumlich“ distanziert erscheinenden „Hier und Jetzt“ der konkreten Situation (*Jing*) leuchtet dann im Einswerden dessen Vergangenheit und dessen chancenreiche Zukunft als Ahnung ganz konkret auf.

Es zeigen sich in der „**Funktion**“ Situations-Potentiale, die in einer Art „weiser Voraus-Schau“ konkret da und nutzbar sind.

Diese konkrete Ahnung bringt dann nicht nur den Mut zur Tat, sondern auch den Mut (*Xin*) zur „gedanklichen Ver-Mutung“ (*Yi*) zur Welt.

Das sanfte Wechselwirken hat aus dieser Sicht:

- einerseits den Sinn, im „weichen Wechselwirken“ Erfahrungen (*Yi*) zu bilden, zu prüfen und zu verarbeiten;
- andererseits zeitlich voraus-schauend für das „harte Wechselwirken“ (*Da Gu*) den „hinreichend“ günstigen Augenblick in der konkreten Situation (*Jing*) abzuwarten, zu finden und zu nutzen.

XI.

Dieses Phänomen eines „Zeit und Raum überbrückenden Widerspiegeln“ erscheint uns nur deswegen als „absurd“, weil wir in unserem Denken davon ausgehen, dass der „Raum“ und die „Zeit“ selbst getrennte Tatsachen sind.

Dies sind sie aber nicht. Sie werden dies auch nicht dadurch, dass man sie gedanklich zu einer „Raum-Zeit“ verbindet und sich dabei gedanklich entsprechend „krümmt“.

Fundamental ist uns vielmehr das Bewegen selbst gegeben, das wir bloß mit den „gedanklichen Konstruktionen“ von „Raum“ und „Zeit“ zu erfassen und zu messen suchen.

Die Begriffe von „Raum“ und „Zeit“ sind bloß brauchbare gedankliche Werkzeuge, deren gedankliche Brauchbarkeit allerdings begrenzt ist.

Wenn wir dagegen davon ausgehen, dass uns fundamental nicht Raum und Zeit, sondern das Bewegen zugänglich ist, dann verändert sich die Fragestellung.

Was ist Bewegen?

- Es ist ein Verändern und es ist ein Wirken.
- Sinnlich wahrnehmen tun wir aber nur ein Verändern.
- Von diesem schließen wir auf ein Wirken.
- Von einem Wirken in der Welt wissen wir aber nur, weil sich unser Selbstbewegen (als ein „Wechselwirken“) in uns selbst unmittelbar „widerspiegelt“.

Ein Bewegen nehmen wir **sinnlich** daher nicht als ein Wirken, sondern bloß als ein Verändern, als ein Um-Formen wahr.

Betrachten wir nun dieses Verändern, dann ist uns dieses nur fassbar:

- wenn einerseits etwas „anders wird“;
- andererseits aber das Anders-Gewordene das „Selbe“ bleibt.
- Würde es nämlich nicht das „Selbe“ bleiben, dann wäre es kein „Bewegen“, sondern etwas „Anderes“.

Gedanklich trennt sich in uns daher das Bewegen:

- in ein „Verändern“, in welchem „Zeit“ und „Raum“ gedanklich geboren werden; dies ist die Seite des (das So-Sein verändernden) „Wechselwirkens“;
- und in eine „Identität“, welche Raum und Zeit überbrückt und zu einem gemeinsamen Da-Sein verbindet. Dies ist die Seite des im Da-Sein verbindenden „Widerspiegelns“.

Wenn wir dieses gedankliche Bild des Bewegens akzeptieren, dann dürfte uns aber ein „Raum und Zeit überbrückendes Widerspiegeln“ nicht mehr absurd erscheinen, obwohl es gedanklich ein Rätsel bleibt.

XIII.

Wenn wir das Bild des **Inneren Verbindens** auf die Lehre von YIN und YANG, bzw. auf jene der 5 ELEMENTE projizieren, dann fällt auf:

- dass wir mit YING zwar die Tatsache als **Mitte** (Erde) haben,
- aber dann bloß 3 weitere Positionen (**Shen, Xin und Yi**),
- sowie das alles durchflutende **Qi**.

Erinnern wir uns nun an das **Bild des balancierenden Lebens am Dachfirst**.

Man kann diesem Bild entsprechend:

- entweder nach links oder nach rechts abstürzen;
- im Wechselwirken mit dem Dach (das auch eine Tatsache ist, die aus der selben Materie gemacht ist wie das balancierende Leben) erzeugen wir,
- wenn wir Reibung oder Halt finden, Reaktionskräfte.

Wir können also:

- auf der YANG-SEITE das gegensteuernde „KLEINE YIN“, das uns wieder aufwärts zur **Mitte** zieht;
- und auf der YIN-SEITE ein entsprechendes „KLEINES YANG“ erzeugen.

Ordnen wir nun:

- dem **Yang** die Richtung des Ordnungs-Zuwachses, des Informations-Zuwachses, d. h. der **Neg-Entropie** bzw. **Ektropie** zu,
- dann ergibt sich für die YIN-SEITE das entgegengesetzte Streben, nämlich der Freiheitsgewinn und Ordnungsverlust, die Gleichverteilung, die **Entropie** der Energie, d.h. die Auflösung der „**Richtung der Kraft**“, die alles erfüllt.

Wir gelangen also zu der in die chinesischen **Li-Philosophie** angedeuteten Polarität von **Li** (Ordnung) und **Qi** (Kraft).

Nun können wir uns weiter fragen, was auf der YANG-SEITE das „*kleine Yin*“ sein könnte, das starre Ordnungen wieder aufbricht und uns wieder hoch zur Balance in der Mitte zieht.

Betrachten wir das „**Große Yang**“ als Sog zur starren Ordnung, die als **träger** Rhythmus immer wiederkehren will, weil er sich ja bisher im großen und ganzen lebenserhaltend bewährt hat, dann erscheint uns als Ge-

genspieler auf der **YANG-SEITE** die **Kreativität**, welche Ordnungen aufbricht und neue Ordnungen zur Welt bringt.

Das bloß „**Gedanken über Ordnungen und Formen**“ (**Yi**) **logisch verwaltende Denken** wird nun zum **selbständigen Denken**, das wieder die **Tatsachen (Jing)** unmittelbar ins Auge fasst und gegebenenfalls auch neu zur Sprache bringt.

Wir entdecken also auf der **Yang-Seite** die Dialektik zwischen **Rhythmus** und **Kreativität**.

Wenn wir nun nach dem „**Kleinen Yang**“ auf der „**Yin-Seite**“ fragen, dann entdecken wir das im Sinne des Lebens agierende **Wert-Sein (Xin)**, das die Tendenz des „**Großen Yin**“ zur grenzenlosen Freiheit wieder „**zur Ordnung ruft**“ und als gerichteter Mut und Wille (**Xin**) in den Dienst des Lebens stellt.