

Polarität

„... liebe nicht nur mein Licht, liebe auch meinen Schatten...“³

Das Leben ist Pulsation. Unser Leben pulst, schwingt zwischen Ein- und Ausatmung, Tag und Nacht, Werden und Vergehen, Ebbe und Flut. Selbst das ganze Universum pulsiert zwischen Expansion und Kontraktion.

Der kreative Fluss des Daseins entspringt diesem Schwingen zwischen Polen. In der alten chinesischen Tradition werden die Urkräfte dieser Polarität Yin und Yang genannt. Nach deren Vorstellung liegt allem Bestehenden das Wechselspiel dieser beiden polaren Urkräfte zu Grunde. Es sind Kräfte, die als polare Gegenüber sich ergänzen – nicht bekämpfen! Sie repräsentieren die Dualität unseres Daseins, das nur so existieren kann. Ihr Zusammenspiel ist fließend. Ein dem Yin entsprechender Daseinszustand trägt schon in seinem Anfang den Kern der Yang-Qualität in sich und umgekehrt

Das Zusammenspiel dieser polaren Kräfte wirkt als Pulsation in allen evolutionären Prozessen des Daseins. Der Fluss des Lebens ist Pulsation, ist das Hin- und Herschwingen zwischen den Polen von Yin und Yang. Wir müssen dem Fluss des Lebens folgen und mit der Pulsation gehen.

Allerdings gibt es Vorlieben in Bezug auf diese Polaritäten. Wir neigen dazu, Qualitäten wie Schmerz oder Verblühen zu meiden. Und auch unsere Kultur zeigt hier deutliche Tendenzen. Zum Beispiel werden oft Entschiedenheit und Durchsetzungsvermögen höher bewertet als vorsichtiges Fragen und Abwarten. Dabei kann es durchaus auch eine Frage des persönlichen Standpunktes sein, welche Qualitäten wir der Licht- und welche wir der Schattenseite zuordnen.

Die folgende Zusammenstellung von Qualitäten mag die Polarität unseres Daseins verdeutlichen.

stark	schwach
offen	verschlossen
freudig	schmerzvoll
wachsen	schrumpfen
blühen	verwelken
nah	distanziert
souverän	unsicher
entschieden	fragend
mutig	ängstlich
fordernd	nachgebend
lebendig	starr
klar	chaotisch

³ Ursa Paul