

# Das Wesen der Jahreszeit

## Das Zusammenwirken von Natur und Lebensrhythmen im Kreis des Jahres

### Enrico Kosmus

Wir leben als menschliche Wesen in Wechselwirkung mit unserer Umwelt. Wir sind von ihr abhängig, da diese uns über ihre Kräfte gestaltet. Genauso wirkt aber unser menschliches Handeln durch die Gestaltung der Umwelt (Besiedelung; CO<sub>2</sub>-Ausstoß durch Industrie, Verkehr, Hausbrand; Rodung von Waldgebieten; Bepflanzung von bislang öden Landstrichen etc.) auf das Klima und somit auf Niederschlagsmenge, Luftdruckgebiete, Windentwicklung usw.

Jahreszeiten wechseln einander genauso ab wie Kälte und Wärme, Regen und Trockenheit oder Hell und Dunkel. Diese Kräfte bringen verschiedene Wachstumsformen hervor. Auch stellen sie den Menschen dadurch vor immer neue Herausforderungen. Ein weises Verstehen dieser Rhythmen des Lebens dient der Lebenspflege.

Der Jahreskreis ist durch den Lauf von Sonne und Mond bestimmt. Ein Zunehmen oder Abnehmen von Wärme, Licht und Lebenssäften beschreibt die Entfaltung des Qi im Wechselspiel der Kräfte von Yin und Yang auf der Erde. Ein Wissen um diese Zyklen der Ent- und Einfaltung wurde immer schon in der traditionellen Landwirtschaft verwendet. So waren in alten Zeiten rituelle Handlungen zu bestimmten Jahreszeiten eine Erinnerung an das Eingebunden-Sein des Menschen in seine Umwelt. Z.B. das rituelle Pflügen war im alten Indien wie auch im alten China eine bedeutsame Handlung, die nur vom höchsten Repräsentanten des Landes ausgeführt werden durfte. Damit war dann die landwirtschaftliche Saison eröffnet.

Während die Sonne ihre lebensspendenden Strahlen im Jahreskreis von 365 Tagen herabschickt, gibt der Mond mit seinem Ab- und Zunehmen im Zeitraum von 28 Tagen kürzere Rhythmen vor. Im Lauf dieser 28 Tage durchschreitet er vier Stadien; Vollmond, abnehmender Mond, Schwarz- oder Neumond und zunehmender Mond. Die Bedeutung und die verschiedenen Qualitäten des Mondes sollen allerdings ein andermal behandelt werden.

### Acht Zeiten des Jahres

Auch in unseren Breiten wurden die Rhythmen der Natur rituell begangen. Die Wintersonnenwende markierte den dunkelsten Zeitraum des Jahres, während die Sommersonnenwende die lichteste Zeit des Jahres anzeigte. Diese beiden extremen Bewegungen des Yang- und Yin-Qi wurden durch entsprechende Feste gefeiert. Weihnachten, das Fest der Geburt des göttlichen Kindes und des Lebensbaumes, und Sommersonnwendfeuer sind uns als Erinnerung an den Sonnenzyklus heute noch geblieben. Ostern ist ja kein Sonnenfest, sondern richtet sich als Opfer- und Fruchtbarkeitsfest nach dem Mond. Die beiden Tag-Nachtgleichen zeigen die harmonische Vereinigung der lichten und dunklen Kräfte an. Diese vier Zeitstände im Jahreslauf sind uns auch heute noch geläufig, und wir teilen das Jahr dadurch in Frühling, Sommer, Herbst und Winter. Eine Einteilung, die sich am Lauf der natürlichen Rhythmen orientiert, sieht in diesen sog. Beginnzeiten jedoch den Höhepunkt der jeweiligen Jahreszeit.

### Frühjahr

Der Frühling beginnt also um einige Wochen früher, nämlich zu einer Zeit, wo der Saft in den Bäumen wieder zu steigen beginnt und das Licht wieder spürbar länger wahrgenommen wird. Lichtmess, am 2. Februar, bildet diesen Beginn. Von einer Tagesrechnung ausgehend, ist der Frühlingsbeginn zwar erst ca. zwanzig Tage später, doch das Lichtfest bildet den rituellen Beginn des aufsteigenden Yang-Qi im Jahreskreislauf.

Im Frühjahr beginnt das Qi des Lebens zu steigen. Es ist das junge Yang, welches auch als Wandlungsphase Holz bezeichnet wird. Das Yang, welches die aktive Kraft des Lebens bildet, ist zu dieser Zeit noch jung. Die Sonneneinstrahlung wird stärker, und die Tage werden dadurch länger und wärmer. Dies bewirkt ein Emporstreben der Samen aus der Erde heraus, welches durch die Kraft der Sonne bewirkt wird. Die Sonne sendet ihre wärmenden Strahlen aus, und der Schnee beginnt zu schmelzen. Der föhnlige Wind beginnt die Feuchtigkeit aufzutrocknen. Die Säfte in den Pflanzen beginnen zu steigen. Die Felder werden gepflügt und die Samen ausgesät. Gegen Ende des Frühlings beginnen die meisten Pflanzen in die Blütephase einzutreten.

Genauso wie in der Natur beginnt sich auch das Qi im Menschen zu regen. Nach einem langen, kalten Winter werden die ersten warmen Sonnenstrahlen erwartet. Man befindet sich innerlich in Aufbruchstimmung und in einer

Erwartungshaltung für das kommende neue Jahr. Durch das zunehmende Tageslicht bekommt man mehr Unternehmungslust. Im Buch der Wandlungen wird diese Zeit auch durch das Hexagramm 24, die Wiederkehr, dargestellt. Nachdem alle dunklen (Yin) Linien die lichten (Yang) Linien verdrängt haben, beginnt das Lichte sich von unten her zu regen und aufzusteigen.

## Sommer

Das Maifest markiert den Anfang des Sommers. Den Höhepunkt bildet die Sommersonnenwende. Unsere Vorfahren haben den Sommerbeginn mit einem Fruchtbarkeitsritual eingeleitet. Dabei wurde die Entwicklung vom subtilen, feinstofflichen in den materiellen, grobstofflichen Zustand dargestellt. Symbolisch wurde dies durch den sexuellen Akt veranschaulicht.

In der Natur gelangt die lichte Kraft nun zu ihrer größten Ausdehnung. Das große Yang-Qi ist der Wandlungsphase Feuer zugeordnet. Die Nacht vor dem Maifest, die Walpurgisnacht, ist Ausdruck für die Fruchtbarkeit des Lebens. Der Überfluss an schöpferischer Energie wird rituell kanalisiert.

Nach der Sommersonnenwende werden die Tage bereits langsam wieder kürzer. Das Licht beginnt nach dem Erreichen seiner vollen Strahlkraft sich zurückzuziehen. Nach der Vollendung (Yi jing, Hexagramm 64) sind die Kräfte von Wasser (Yin-Qi) und Feuer (Yang-Qi) an ihren natürlichen Plätzen. Der Mensch ist zu diesem Zeitpunkt zwar noch immer sommerlich orientiert, beginnt sich aber schon Gedanken über das Einbringen der Ernte zu machen.

## Herbst

Angezeigt durch eine Phase der Ernte beginnt die Lebensenergie sich wieder langsam zurückzuziehen. In den letzten Wochen des August kann man in unseren Breiten bereits ein Verfärben der Laubbäume bemerken. Die Kraft des Lichten weicht mehr und mehr der Kraft des Dunklen. Eine Periode der Trockenheit beginnt. Die Lebensäfte sinken in die Erde ab und die Nebel steigen vermehrt auf.

Das Schnitterfest im August markiert den Beginn des Herbstes. Feld- und Baumfrüchte werden geerntet. Gerade hier ist das Wissen um die Zeitqualität bedeutsam. Wenn im Spätsommer bzw. zu Herbstbeginn noch einige Regen- oder gar Hagelschauer herabbrausen, dann sollten die Früchte bereits eingebracht sein. Aufgrund der fehlenden Beziehung zur Nahrungsmittelproduktion ist vielen von uns diese Bedeutung nicht mehr bewusst. Wenn die Herbst-Tagundnachtgleiche die Balance des Lichten und Dunklen aufzeigt, sollte die Ernte bereits eingebracht sein. Danach kann man die noch verbleibenden trockenen Tage des sog. Altweibersommers genießen, bevor das Lichte ganz in das Dunkle eintaucht.

In dieser Zeit kann man die Ernte des Jahres (egal ob es sich um landwirtschaftliche Produkte, Dienstleistungen oder anderes handelt) betrachten. Eine Zeit der Besinnung wird dadurch eingeleitet, die in der nächsten Phase, dem Rückzug des Lichts (Hexagramm 33), ihren Ausdruck findet. Die Kraft des Dunklen und Schattigen beginnt mehr und mehr zuzunehmen. Ein Überdenken und Bedenken der Handlungen des Jahres sollte nun beginnen.

## Winter

Die Kraft des Dunklen stellt den Winter in seiner aufnehmenden und ruhenden Weise dar. Die Lebensenergie hat sich nun bis in die Wurzeln zurückgezogen. Die Natur gibt sich nun der Ruhe hin und regeneriert ihr Qi.

Das Fest der Ahnen (Allerheiligen und Allerseelen) ist die Erinnerung an das bisher Geleistete. Die Taten der Vorfahren wie auch die Leistungen des laufenden Jahres werden hier gewürdigt. Früher einmal war dieses Fest nicht nur ein Gedenken der Toten, sondern vor allem ein Wiedersehen in der Sippe oder im Clan. (Großfamilien waren damals ja weitgehend übliche Sozialformen.) Betrachtet man seine eigenen Wurzeln, kann man auch entsprechend gestärkt durch die Kraft der Ahnen nach vorn schreiten. So wie die Natur Einkehr hält, besinnt sich auch der Mensch mehr und mehr auf sein wahres Wesen. Im Außen sind keine großen Aktivitäten mehr notwendig, da Ernte und Lagerung ja bereits stattgefunden haben.

Sein wahres Wesen entdeckt der Mensch in der Begegnung mit dem „goldenen Kind“. Dies entspricht durchaus der Vorstellung vom Christkind. Der Kontakt mit dieser Kraft wird gleichzeitig auch im Fest des Lebensbaumes ausgedrückt. An diesem Baum hängen allerlei Gaben für das Leben bereit. Die Geburt des goldenen Kindes zeigt die Wiederkehr des Lebens an, während die Gaben am heiligen Baum jene Potentiale symbolisieren, die in dieses Leben mitgenommen werden. Das Hexagramm 36, die Verfinsterung des Lichts, zeigt ein Bild, wo das Feuer in die Erde eingesunken ist.

## Pflege des Dao

Der elementare Zyklus der Natur kann sich manchmal synchron zu den Jahreszeiten zeigen, in einem anderen Jahr wieder etwas mehr von diesem Verlauf abweichen. Es kann auch vorkommen, dass ein Abschnitt des Jahres mehr Zeit in Anspruch nimmt und dadurch einen oder gar mehrere Abschnitte weniger lang dauern lässt.

Die alten Weisen haben dies in einem mehr oder weniger harmonischen Wandel des Dao beschrieben. Bereits im Yi jing, dem Buch der Wandlungen, heißt es: „Was einmal das Dunkle und einmal das Lichte hervortreten lässt, das ist das Dao.“ Ein Missachten des natürlichen Wandels bringt Folgen mit sich, die von einer Wandlungsphase in eine andere mitgenommen werden, von einer anderen kompensiert werden etc. Da der Mensch nicht von der ihn umgebenden Natur unabhängig ist, bestehen fundamentale Wechselwirkungen zwischen dem Individuum, seinem Lebenswandel und dem Dao. Die Beschreibungen des elementaren Zyklus finden sich nicht nur im Makrokosmos des Universums, sondern auch im Mikrokosmos Mensch. Wird im Winter das Yin-Qi nicht ausreichend genährt und das Yang-Qi bewahrt, dann kann im Frühling die Kraft des Lichtes sich nur mangelhaft entfalten. Umso mehr muss dann im Sommer an Yang-Qi erzeugt werden, damit sich der erste Mangel nicht im folgenden Herbst und Winter noch vergrößert. Eine Pflege des Lebens im Einklang von äußerer und innerer Natur beachtet die grundlegenden Rhythmen des individuellen Lebens und des Dao. „Indem der Mensch dadurch dem Himmel und der Erde ähnlich wird, kommt er nicht in Widerspruch mit ihnen. Seine Weisheit umfasst alle Dinge, und sein SINN ordnet die ganze Welt. Darum macht er keinen Fehler. Er wirkt allenthalben, aber er lässt sich nirgends hinreißen. Er freut sich des Himmels und kennt das Schicksal. Darum ist er frei von Sorgen. Er ist zufrieden mit seiner Lage und ist echt in seiner Gütigkeit. Darum vermag er Liebe zu üben.“

### Zyklus und Lebenswandlung

Genauso wie in der Natur verläuft auch unser Leben in Zyklen. Es gibt eine Geburt, ein Heranwachsen, ein Vorbereiten zum jungen Erwachsenen und einen Übergang in das reife Erwachsenenstadium. Dieses markiert auch den Höhepunkt in der Lebensentfaltung, nach der sich die schöpferischen Kräfte mehr und mehr einzufalten beginnen. Die materielle Ernte des Lebens erfolgt am Ende der beruflichen Schaffensperiode. Nicht umsonst treten die meisten Menschen zu dieser Zeit in den beruflichen Ruhestand ein. Der Rückblick auf das Leben in Verbindung mit einem Weitergeben der Lebensweisheiten an die heranwachsenden Generationen, wie auch ein Vorbereiten auf den großen Übergang zu einem neuen Zyklus runden die Lebenswandlung ab.