

FEUER – HAHN – YIN –JAHR 2017

Im Jänner lauschten rund 100 TCM-Begeisterte gespannt den Worten von Dr. Florian Ploberger über das Feuer-Hahn-Yin-Jahr was uns in diesem Jahr energetisch erwartet. Das chinesische Neujahr stimmt mit unserem nicht ganz überein, da es immer 2 Neumonde nach der Wintersonnwende beginnt. Für die Chinesen beginnt das neue Jahr somit heuer am 28.01.2017 und endet am 16.02.2018.



Tierkreiszeichen

Im Chinesischen Kalender gibt es 12 Tierkreiszeichen, welche jedes Jahr wechseln. Eine Legende besagt, dass Buddha einst die Tiere zu einem Wettrennen einlud und in der Reihenfolge wie sie eintrafen, wurde der Kalender aufgebaut. Die Reihenfolge lautet: Ratte, Büffel, Tiger, Hase, Drache, Schlange, Pferd, Schaf, Affe, Hahn, Hund und Schwein.

Yin und Yang

Da die Chinesische Medizin geprägt ist von den Polaritäten von Yin und Yang, wechselt auch diese Energie jedes Jahr ab. 2016 war das Feuer-Affen-Yang Jahr und das hat vielen von uns zu schaffen gemacht. Da die Yang Jahre immer etwas mehr geprägt sind von Dominanz, Schnelligkeit, Expansion, Kraft, Männlichkeit, etc., war 2016 ein hitziges Jahr.

Aber nach jedem Yang Jahr wechselt es fließend in ein Yin Jahr. Die Yin Energie steht für Ruhe, Friedlichkeit, Weiblichkeit, Passivität und lässt uns hoffen, in diesem Jahr etwas mehr durchatmen zu können (wenn wir es uns erlauben).

Das Feuer-Hahn-Yin Jahr

Der Hahn wird in China dem Organ Niere zugeordnet, welche im Wasser Element steht.

Obwohl es heuer ein Yin Jahr ist, begleitet uns auch 2017 noch der Feuer Aspekt.

Das bedeutet, wenn das Feuer zu kräftig ist, schwächt es das Wasser.

Positive Yin Emotion: Weisheit, Charisma

Positive Yang Emotion: Willenstärke, Entschiedenheit, Furchtlosigkeit

Negative Yin Emotion: Angst, Pessimismus, Minderwertigkeitsgefühl

Negative Yang Emotion: Machtsucht, Herrschsucht, Paranoia,

Der Hahn ist das einzige Tier, welches im Dreck steht und stolz und kraftvoll kräht.

Begierde - Großzügigkeit

Diese zwei Themen begleiten uns dieses Jahr und indem wir auch auf unseren Geist achten, können wir unsere Nierenenergie stärken. Das Yin zu nähren bedeutet auch, Dinge anzunehmen. Die Begierde ist die Sehnsucht nach den Dingen, die wir nicht haben und dies schwächt die Nierenenergie. Lenke den Fokus darauf, die Geschenke des Lebens auf dich zukommen zu lassen. Es ist nicht wichtig, sich darum zu bemühen und dafür hart zu arbeiten. Eine gute und entspannte Geisteshaltung ist in diesem Jahr sehr wichtig für uns.

Taoistisch gesehen ist ein 70%iger Erfolg ein guter Erfolg, weil er beständig ist.

Das heißt, wir müssen nicht immer bis an unsere Grenzen gehen, um die Spitze zu erreichen. Es ist heuer ratsamer, nicht ALLES zu wollen, denn das Exzessive schadet unserer Nierenenergie.

Die einzige Begierde, die uns in diesem Jahr nicht schadet ist die spirituelle Weiterentwicklung. Hier können wir uns zum Beispiel in den 6 Vollkommenheiten üben.

Die 6 Vollkommenheiten sind:

Großzügigkeit

Ethik

Geduld

Freudige Anstrengung/Beharrlichkeit

Konzentration

Weisheit

Die erste Form der Großzügigkeit sind materielle Gaben. Die zweite Form beinhaltet, anderen Menschen die Angst zu nehmen oder Tiere, die getötet werden sollen, frei zu kaufen und ihnen die Freiheit schenken. Die dritte Form ist die religiöse Belehrung, in der wir anderen Menschen zeigen, dass sie wundervoll und „göttlich“ sind. Lenke das Bewusstsein des anderen auf seine positiven Werte und nicht auf das negative. Versuche jedem Lebewesen, Liebe und Mitgefühl entgegenzubringen.

Krankheitsbilder

Hier einige Beispiele, mit welchen Krankheitsbildern wir es in diesem Jahr vermehrt zu tun haben können: Zystitis (Blasenentzündung), Prostatitis (Entzündung der Vorsteherdrüse), chronische Nephritis (Entzündung des Nierengewebes), Hyperthyreose (Überfunktion der Schilddrüse), Tuberkulose, menopausale Beschwerden, Wechselbeschwerden, Sterilität (Unfruchtbarkeit), Lumboischialgie (Rückenschmerzen), Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit), Tinnitus, Vertigo (Schwindel), arterielle Hypertonie (Blutdruckerhöhung), Zahnschmerzen, Pruritus (Juckreiz), Schleimhautatrophie (Trockenheit) im Bereich der Vagina. Auch Hautkrankheiten können in diesem Jahr an die Oberfläche kommen.

Was tut uns in diesem Jahr GUT

Dinge langsam anzugehen, nichts überstürzen, sich in Gemütlichkeit üben, ausreichend schlafen, sich in Großzügigkeit üben, annehmen können, keinen Raubbau betreiben, heuer nicht an Expansion denken, seine Grenzen wahrnehmen.

Ernährung: Wurzelgemüse, Karotten, Kürbis, Mais, Datteln, lang gekochte Knochensuppen, Fisch, Kuzu, Samen, Nüsse, Kuzu, Mineralien - besonders Kalzium, Magnesium, Vitamin E und B.

Bilder:

- Eine kleine Flamme, welche beständig und gut brennt. (Kein Feuerwerk)
- Eine kleine Pflanze, welche zu sprießen beginnt, aber noch von Erde leicht bedeckt ist. Wir wissen, sie wird bald gut wachsen, wir beschleunigen aber ihr Wachstum nicht, sondern warten geduldig.

Was tut uns in diesem Jahr NICHT GUT

Zu wenig Schlaf, zu viel Sex, mehrere Geburten in kurzem Abstand, Nachtarbeit, sich überarbeiten, bis ans Limit gehen, Extremsport, Aufputzmittel, Kaffee, Schwarztee und andere Dinge, die uns austrocknen, scharfe Nahrungsmittel, Alkohol – besonders Schnaps, Fasten.

Wenn unser Yin einmal geschwächt ist, dauert es lange, es wieder aufzubauen. Im Huang Di Nei Jing wurde geschrieben, dass die Stärkung des Yin ca. 7 Jahre dauert.

Deshalb achte gut darauf.

Ich wünsche Dir ein schönes und gutes Jahr 2017!