



Zeit des Wartens

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Theoretisch wäre es natürlich auch möglich, dass das Jahr in jedem anderen Monat zu Ende ginge und dann neu begänne. Es handelt sich ohnehin um immer wiederkehrende, sich abwechselnde Jahreszeiten, kalendarisch nach Monaten, Wochen und Tagen und uhrzeitlich nach Stunden, Minuten und Sekunden, wobei die gesamte Einteilung erst sinnvoll wird durch das Sich-Fortbewegen wie ein Perpetuum mobile. Ja, vielleicht ist der Zeitablauf überhaupt das einzige Perpetuum.

Nichts ist so sehr Ausdruck des Lebendigen wie das Sich-Bewegende, Sich-Entwickelnde. In keiner Jahreszeit aber scheint diese unaufhörliche Entwicklung so sparsam mit ihren Äußerungsformen umzugehen, die unserer sinnlichen Wahrnehmung diese Entwicklung signalisieren, wie im Winter.

Atmen wir im Frühjahr den betörenden Duft des Frühlingswindes und bestaunen das stürmische Aufbrechen der jungen Knospen, ist die Luft erfüllt vom Blütenstaub, der die ersten Bienen lockt, treibt die Hitze des Sommers das Reifen der Früchte voran, deren saftige Süße wir im Spätsommer genießen, wenn alles noch einmal durchfeuchtet wird, bevor die trockenen heftigen Herbststürme die Blätter von den Bäumen reißen und wir, wehmütig zurückblickend, durch das tiefe Laub schlurfen – so kommt im Winter dann die Kälte, die die Natur erstarren lässt, die die Entwicklung scheinbar anhält und alles mit einem weißen schweigenden Mantel zudeckt.

Auch im Weltbild der klassischen chinesischen Medizin ist der Winter bestimmt von der Energie der Kälte, die sich in dem irdischen Element des Wassers materialisiert. Im Bereich der seelischen Qualität wird die Angst assoziiert. Angst und Kälte haben beide die gleichen Äußerungsformen: nämlich das Zittern. Im Rücken und in den Füßen spürt man die Kälte zuerst, besonders im Bereich des Blasenmeridians. Volkstümliche Redewendungen belegen dies sehr bildhaft: „Es läuft einem kalt über den Rücken“, oder: „sich kalte Füße holen“.

Die der Kälte und dem Wasser zugehörige Gefühlsqualität Angst kann einem „im Nacken sitzen“, und der frierend zusammengekauerte Mensch ähnelt in seiner Haltung einem angstvoll eingerollten Tier.

Die Körperoberfläche wird verringert und bietet weniger Eindringmöglichkeiten für die Kälte, auch die Angst wird besänftigt in dieser kauenden Schutzhaltung. Man ist praktisch nur noch Rücken und Füße, das allerdings sind auch die physiologischen Angriffsflächen für die pathobioklimatische Energie der Kälte. Der Geschmack des allgegenwärtigen Wassers ist salzig.

Und ganz entsprechend dem ruhenden, erstarteten Leben, das unseren Sinnesorganen so wenig Anregung gibt, ist in der Stille des Winters das zum Funktionskreis gehörige Sinnesorgan das Ohr, das diese Stille be- lauscht und die spärlichen Unterbrechungen derselben durch das Knacken eines gefrorenen Zweiges oder das Einbrechen einer Eisschicht unter einem schweren Stiefeltritt registriert.

Der Winter ist die Zeit des zusammengekauerten Sich-nach-innen-Wendens, die Zeit des Kaminfeuers, das Kälte und Dunkelheit durchbrechen und das lange Warten verkürzen soll. Es ist die Zeit des Kerzenlichts in warmen Stuben, die Zeit erwärmer Mahlzeiten und Getränke, die die Ungeduld auf den ersten warmen Frühlingswind betäuben mögen. Der Winter, die große Zeit des Wartens, von dem es im „I Ging“ heißt: „Wenn Du wahrhaftig bist, so hast Du Licht und Gelingen. Beharrlichkeit bringt Heil. Förderlich ist es, das Wasser zu durchqueren.“ Und weiter: „Das Warten ist kein leeres Hoffen. Es hat die innere Gewißheit, sein Ziel zu erreichen.“

In diesem Sinne, verehrte Leserinnen und Leser, möchte ich Ihnen eine besinnliche und heilbringende Zeit wünschen.

Die Redaktion der „Naturheilpraxis“ möchte sich bei Ihnen für Ihre Lesetreue bedanken, und wir sind voller Freude und Hoffnung, im nächsten Jahr wieder in Ihren Briefkasten zu schlüpfen.

Herzlichst

Ihr