

2021
JAHR DES METALL BÜFFEL



Das Jahr des Metall-Büffel beginnt am 12. Februar 2021 und endet am 31. Januar 2022.

Der Büffel oder Ochse ist das zweite Tierkreiszeichen des chinesischen Zodiac und folgt auf das Jahr der Ratte, welche das Jahr 2020 regiert hat. 2020 war ein Yang-Jahr, alle waren konzentriert darauf, was im Aussen geschah, eine aussergewöhnliche Krisensituation hat unsere ganze Aufmerksamkeit in Beschlag genommen. Was kann uns die Betrachtung der Energien des Jahres 2021 über eine mögliche Entwicklung der Dinge auf globaler und auf persönlicher Ebene erzählen?

牛

Auf Yang folgt immer Yin und umgekehrt. Das Jahr 2021 wird also von Yin-Energien dominiert. Yin Energie ist stiller, in sich gekehrter, besonnener, langsamer, kühler, weiblicher, nährender... Die Metall Energie bringt Klarheit, Schärfe, Ordnung, Regeln, Grenzen (auch Ausgrenzen), Tendenz zu schwarz-weiss Denken, Macht (auch Machtmissbrauch), sich aufs Essenzielle besinnen, Rückzug, etc. Der Büffel ist ein Tier, welches stoisch oder stur seinen Weg verfolgt, wird er stark gereizt, kann er schon einmal mit dem Kopf durch die Wand brechen oder jemanden auf die Hörner nehmen. Seine gesetzten Ziele erreicht er mit Beharrlichkeit und Disziplin. Willenskraft, Stärke, Gutmütigkeit, Ehrlichkeit und Loyalität sind weitere Qualitäten des Ochsen.

牛

Nehmen wir die drei Qualitäten von Yin, Metall und dem Ochsen zusammen, so sehen wir folgende möglichen Bilder für dieses Jahr:

Im positivsten Fall wird die stürmische Weltenergie gekühlt und die Gemüter beruhigen sich. Wir besinnen uns auf das Innere und Essenzielle, auf schöne und schützenswerte Traditionen und Werte, nähren den inneren Kreis und die Familie. In dieser ruhigen positiven Büffelenergie können wir dann besonnen einen Weg des Miteinanders finden, zentriert, geerdet und mitfühlend durch diese Zeit der Krise hindurchgehen.

Am anderen Ende des Spektrums sieht es eher so aus: wir brettern mit der jetzigen Energie weiter, einfach verhaltener, aber dennoch rücksichtslos. Andersdenkende werden ausgegrenzt, Regeln werden hochgefahren, Macht wird mit allen Druckmitteln ausgeübt. Wir können nur schwer oder gar nicht aus der Vergangenheit lernen, da wir uns dickköpfig und stur an unseren festgefahrenen Meinungen festbeissen.

Dies ist natürlich nur eine vereinfachte Charakterisierung der extremen Pole der vorherrschenden Energie des 2021, meist sehen wir eine Mischung aus verschiedenen Aspekten, selten wird sich ein Jahr nur in seiner positiven oder nur in seiner negativen Ausprägung zeigen.

Wie kann ich persönlich die Kraft dieses Jahres nutzen, für meine körperliche, geistig-emotionale und seelische Gesundheit und auch, um ein Licht für die Welt in diesen dystopisch anmutenden Zeiten zu sein?

牛

Die chinesische Medizinphilosophie schaut immer darauf, wie die universellen Energien gelagert sind und wie sich diese mit meinen persönlichen konstitutionellen Energien und meinen Lebensthemen decken oder eben auch nicht. Schau ich mir die Qualitäten des Büffels und des Metalls an, dann wird rasch klar, dass dies ein Jahr werden wird, welches grundsätzlich Kontinuität, Durchhaltevermögen und Disziplin erfordern wird.

Bin ich eher ein Mensch, welcher impulsiv durchs Leben schiesst, von einem Projekt zum nächsten hüpf, dann macht es vielleicht Sinn, diese Impulsivität etwas zu zügeln und meinen Lebensstil zu mässigen und zu versuchen, eher längerfristig an Projekten und Themen zu arbeiten.

Bin ich aber vielleicht ein Mensch, welcher sich schwertut damit, Entscheidungen zu fällen, nur langsam in die Gänge kommt, sich nicht getraut, seine Pläne und Ideen zu verwirklichen, dann kann die Energie des Büffels genutzt werden, um diese Scheu und Zögerlichkeit zu überwinden und mit Kraft und Beharrlichkeit ins Tun zu kommen.

牛

Es ist nicht die Zeit, grosse neue Pläne und Projekte anzureissen. Es ist Zeit dafür, in uns zu gehen, uns auf das Essenzielle zu konzentrieren, unseren wahren inneren Kern zu finden. Das, was wirklich wichtig ist, mit Beharrlichkeit und immer auch mit Empathie -mir selbst und anderen gegenüber- zu verfolgen.

牛

Wahrheit, Echtheit, Aufrichtigkeit und Authentizität sind Tugenden des Ochsen. Im neuen Jahr sind wir eingeladen, diese zu leben.

In diesem Sinne wünsche ich uns allen, dass wir die Kraft des Büffels nutzen können, um ganz bei uns selbst anzukommen und so einen friedvollen Ankerpunkt in uns selbst zu finden, was ganz «nebenbei» ein friedvolles Netz in die Welt hineinweben wird!

牛

Rebekka Ettlin
Praxis für daoistische Akupunktur & Naturheilkunde

www.praxis-amanita.ch

www.rebekkaettlin.ch
