



**Der 5. Monat des Jahres beginnt nun und 31 Tage lang werden wir es mit dem Mai zu tun haben. Er ist schon ein wenig einzigartig, der neue Monat, denn kein anderer Monat des Jahres beginnt mit demselben Wochentag wie der Mai. Erst der Januar des folgenden Jahres beginnt wieder mit demselben Wochentag.**

Als Hinweis darauf, dass das Vieh wieder auf die Weiden getrieben werden konnte, nannte Karl der Große diesen Monat „Wonnemond“, abgeleitet vom althochdeutschen 'Wunnimanot', das mit 'Weidemonat' übersetzt werden muss. Von wegen Wonne, Hochgenuss und Glücksgefühl! Das klingt eher verdächtig nach harter Arbeit. Ob wir diesem Monat nicht doch ein wenig was 'wonnigliches' abgewinnen können, wird uns der Blick auf die Zahl3n verraten.

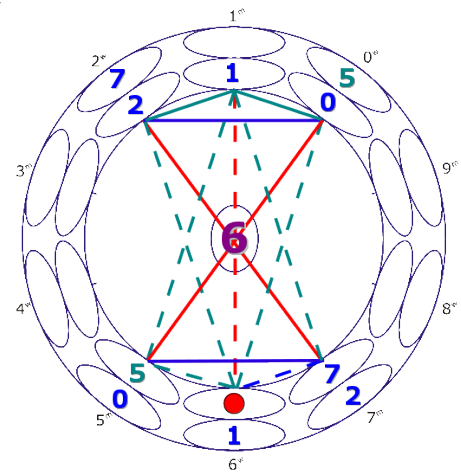
Dass wir dem Tun, dem aktiven Handeln nicht entgehen, dafür wird der Mai auf jeden Fall sorgen. Es geht nicht allein darum, dass bestimmte Dinge erledigt werden, es geht darum, dass wir selbst aktiv werden. Selbst ist die Frau, selbst ist der Mann, darum kommen wir nicht herum. Bestimmte Dinge 'einfach' zu delegieren, wird nicht ausreichen. Vielleicht nehmen wir uns ein Beispiel an den Selbständigen, denn die arbeiten, wie der Begriff uns sehr treffend vermittelt, 'selbst' und das 'ständig'. Aber was ist es, das wir tun sollen oder womit wir uns beschäftigen sollen? Ein Blick auf die Zahl, die diesen Monat einzigartig macht, lässt tief blicken.

Die Fünf lässt uns nicht nur an unsere Sinne, das Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten denken. Die daoistische Weltanschauung beschreibt sehr umfassend Mensch, Zeit und Raum mit den fünf Wandlungsphasen Feuer, Erde, Metall, Wasser und Holz. Diese Wandlungsphasen, in unserem Sprachgebrauch auch 'Elemente' genannt, spielen in allen traditionellen asiatischen Wissenschaften nach wie vor eine entscheidende Rolle. Feng Shui, die Traditionelle Chinesische Medizin TCM, Traditionelle Chinesische Astrologie (BaZi) ziehen ihre Erkenntnisse aus dem Zusammenspiel dieser Wandlungsphasen. Auch die chinesische Ernährungslehre arbeitet mit den Wandlungsphasen. Bereits vor über 3.000 Jahren schrieb der Gelbe Kaiser in seinem Klassiker über innere Medizin, Huangdineijing, dass Menschen, die sich ein langes und gesundes Leben wünschen, Speisen mit „fünf Farben, fünf Geschmacksrichtungen und fünf Duftstoffen“ zu sich nehmen sollten.

Wir denken auch an 'Quintessenz', wenn wir uns die Fünf näher betrachten und meinen damit den Hauptgedanken bzw. den Kern einer Sache. Die Alchemisten benutzten diesen Begriff auch, und bezeichneten mit diesem lateinischen Ausdruck das fünfte Element, welches Aristoteles „Äther“ genannt hatte. Äther war der Grundstoff, aus dem die alchemistischen Elemente Feuer, Wasser, Erde und Luft entstanden sind. Die einzigartige Kraft dieses fünften Elementes besteht darin, leblosen Gegenständen Leben einzuhauchen.

Die Quintessenz, das Begreifen dessen, was sich – bildlich gesprochen – hinter einer Fassade verbirgt. Sie verschafft uns den Über- oder gar Durchblick und lässt uns universelle Gesetze erkennen. Gleichzeitig nimmt sie uns in die Verantwortung, diese Gesetze zu leben, sprich: uns menschlich bzw. menschenfreundlich zu verhalten, zu helfen, zu unterstützen und auch Verantwortung zu übernehmen.

Die Quintessenz, das Begreifen dessen, was sich – bildlich gesprochen – hinter einer Fassade verbirgt. Sie verschafft uns den Über- oder gar Durchblick und lässt uns universelle Gesetze erkennen. Gleichzeitig nimmt sie uns in die Verantwortung, diese Gesetze zu leben, sprich: uns menschlich bzw. menschenfreundlich zu verhalten, zu helfen, zu unterstützen und auch Verantwortung zu übernehmen.



## 2017 – der Mai in Zahl3n



Genau das ist das Thema des Monats. Es geht um ein Miteinander und ein Füreinander, um Ausgewogenheit, um umsichtiges Denken und Handeln. „Wie im Kleinen, so im Großen, wie innen so außen, wie oben so unten“, das Betrachten dieser Zusammenhänge, das Verstehen, das Akzeptieren und schließlich dieses Prinzip zu leben, das ist das, was der Mai von uns sehen möchte. Mit dem Wissen, dass wir die Welt nicht ändern können, sondern nur uns selbst, kommen wir einen entscheidenden Schritt weiter. Gandhi hat diesen Zusammenhang mit „sei du selbst die Veränderung, die du dir wünschst für diese Welt“ sehr passend formuliert.

Auch wenn die Welt sehr dringend so manche Veränderungen braucht, dürfen wir nicht kopf- und planlos losstürzen. Trotz Dringlichkeit ist 'Eile mit Weile' angesagt. Das berühmte berüchtigte Zauberwort mit den 2 „t“ ist weder „flott“ noch „jetzt“. Trotz aller Betriebsamkeit müssen wir auch auf uns achten. Mit Übertreibungen ist niemandem gedient. Denen nicht, für die wir etwas tun, und auch uns nicht. Was auch immer wir tun, ein wachsames Auge auf unsere Gesundheit müssen wir unbedingt werfen.

Mögen uns unsere wohlüberlegten und umsichtigen Aktivitäten die Wonne bringen, die wir uns von diesem Monat erhoffen.

[Bodo Trieb](#)