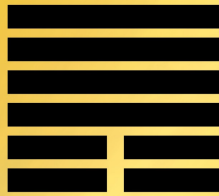




Hexagramm 33 »DUN«  
Der Rückzug

## Hexagramm 33 „Dun“ - Der Rückzug



Hexagramm 33 »DUN«  
Der Rückzug

*Stichworte zu „Dun“: Rückzug - Abgeschiedenheit - sich abschotten - in die Verborgenheit gehen - sich aus den laufenden Angelegenheiten zurückziehen - sich verbergen - ausweichen - sich nicht auf Konfrontationen einlassen - Distanz halten - die gegenwärtige Lage akzeptieren - ruhiges Abwarten*

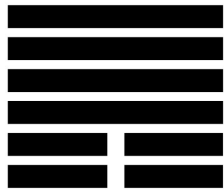


*Wie der Tag in die Nacht übergeht und der Sommer in den Herbst und Winter, so bewegen sich auch die menschlichen Angelegenheiten in einem Auf und Ab, in dem sich die hellen, förderlichen Kräfte und die dunklen, Vorsicht gebietenden abwechseln.*

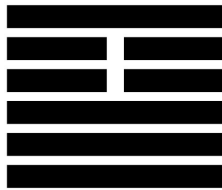
*Das Dunkle ist nun im Aufsteigen begriffen; es wirkt euren Absichten entgegen. Im Augenblick könnt ihr nichts erreichen. Es ist an der Zeit, sich zurückzuziehen. Dieser Rückzug ist keine Flucht, bei der es nur darum geht, sich unter allen Umständen zu retten, sondern eine wohldurchdachte Handlung, bei der es auf den richtigen Zeitpunkt ankommt. Lasst euch nicht auf einen Kampf ein, den ihr gegenwärtig nicht gewinnen könnt, überlasst jedoch dem Gegner auch nicht einfach das Feld. Zeigt Beharrlichkeit in kleinen Dingen und erschwert ihm so das Vorrücken. Das Urteil des I Ging kündigt Erfolg an, wenn die Rahmenbedingungen eingehalten werden: „Der Rückzug. Gelingen. Im Kleinen ist fördernd Beharrlichkeit.“*

*Rechtzeitig zu erkennen, dass sich die Bedingungen ändern, oder dass eine verfahrenere Situation jetzt nicht gelöst werden kann und die Konsequenzen daraus zu ziehen, ist eine wichtige Fähigkeit, um mit dem Auf und Ab des Lebens angemessen umzugehen. Ein solcher zeitweiliger Rückzug ist die Folge einer klugen Einsicht in die Bewegungsrichtung der Dinge. Er findet aus einer Position der Stärke heraus statt, in würdiger Form und schafft günstige Bedingungen für eine spätere Wiederkehr. Deshalb lautet der Rat, sich zurückzuziehen oder auszuweichen, solange ihr noch Kraft und Einfluss habt und eure Stellung noch nicht verloren ist.*

Zieht euch zurück und sammelt Kraft. Bleibt zuversichtlich und bewahrt euren Mut. Werdet zu einer Insel. Lasst euch nicht in Schwierigkeiten oder in Machtkämpfe verwickeln. Bleibt auf Distanz. Wo auch immer Unstimmigkeiten, Feindseligkeit oder Hemmungen auftreten, sei es in eurer beruflichen oder gesellschaftlichen Situation oder in eurer Liebesbeziehung - bleibt gelassen und wartet ab. Was nun vor sich geht, ist nur ein Zwischenspiel. Verbergt eure Absichten, seid unauffällig und begnügt euch mit einer Nebenrolle - eure Zeit wird wieder kommen.



Hexagramm 33 »DUN«  
Der Rückzug



Hexagramm 26 »DA TSCHU«  
Des Großen Zähmungskraft

Das komplementäre Hexagramm zu „Dun“ ist Hexagramm 26 „Da Tschu“, des Großen Zähmungskraft.

Die beiden Trigramme, aus denen „Dun“ gebildet wird, sind unten „Gen“, das Stillehalten, der Berg, und oben „Kien“, der Himmel, das Schöpferische, das Licht. Während die durchgezogenen Yang-Linien Helligkeit, Kraft, Stärke aber auch Härte bedeuten, symbolisieren die durchbrochenen Yin-Linien

das Anpassungsfähige, Weiche, Empfängliche, und stehen auch für den „Gemeinen“ und die dunklen Kräfte, vor denen es sich zu hüten gilt. Um die Hexagramme zu verstehen, ist es wichtig, ihre Bewegungsrichtung zu beachten, die von unten nach oben verläuft. Bei „Dun“ sind zwei Yin-Linien im Aufstieg begriffen. Sie weisen darauf hin, dass die dunklen Kräfte an Einfluss gewinnen. Das Helle zieht sich nach oben zurück, in die Sicherheit. Unten im Berg mag vieles unter der festen Oberfläche brodeln, es wird jedoch aus der Distanz des Rückzuges betrachtet.

Bei „Da Tschu“ befindet sich „Kien“ unten und „Gen“ oben. Hier wird die schöpferische Kraft durch das Stillehalten des Berges gezähmt. Anders als in Hexagramm 9 „Siau Tschu“, des Kleinen Zähmungskraft, bei dem es um eine sanfte, verfeinernde Bezähmung geht, empfiehlt „Da Tschu“ eine starke Selbstkontrolle. Es geht darum, die eigenen Kräfte zu pflegen, zu sammeln und beisammen zu halten, sie nicht durch Überengagement oder schnelle Aktionen zu zerstreuen. Innehalten und Besinnung helfen, das Schöpferische auf die richtige Weise freizusetzen.

Nimmt man beide Hexagramme zusammen, ergibt sich folgende Aussage: Ein angemessener Rückzug, der zur rechten Zeit geschieht, verlangt eine hohe Selbstkontrolle und Kanalisierung der eigenen Energien, sodass man sich weder durch Ängste und Erwartungen noch durch Wünsche dazu verleiten lässt, sich gegen die Zeichen der Zeit zu stellen.

### Wie wir das Hexagramm „Dun“ für uns nutzen können

„Um sich selbst zu retten, ziehen sich die Schnecken zum Schutz in ihre Häuser zurück, wo sie sicher und geduldig warten, bis die Elemente sich beruhigt haben.“

- Elizabeth Bishop

Die unvermeidlichen Wechselfälle des Lebens und die Art, wie wir damit umgehen sollen, ist eines der beiden großen Themen des I Ging. Das andere ist die Lehre von den beiden polaren Grundkräften Yin und Yang, die durch ihr Wechselspiel alles im



*Universum hervorbringen. Die Botschaften des Buches der Wandlungen entsprechen den Worten Heraklits „Alles ist im Fluss“ und Salomos „Alles hat seine Zeit. Jedes Ding hat seine Stunde unter dem Himmel“. „Was die Stunde geschlagen hat“ teilt uns auch das Hexagramm „Dun“ mit, und es spricht unsere Klugheit und Anpassungsbereitschaft an.*

*Wie steht es mit eurer Flexibilität? Seit ihr bereit, die Zeichen der Zeit zu erkennen und zu akzeptieren? Ein Bild aus dem alten China ist der Bambus, der sich im Wind geschmeidig biegt, während viele andere Gewächse im Sturm brechen. Auch ihr könnt in den Stürmen des Lebens brechen - oder euch ihnen anpassen, nicht ganz ohne Widerstand, denn auch der Bambus behält in der Beugung seine Festigkeit. In manchen Zeiten wird die Bereitschaft, anzunehmen was ist, bis aufs Äußerste geprüft. Wir können uns fühlen wie in einem Labyrinth, aus dem wir nie wieder herausfinden werden. Doch irgendwann, das ist das Versprechen des Wandels, geht auch diese Zeit vorüber, und das Licht ist wieder da.*

*„Dun“ ist eines der strategischen Hexagramme, das als kluge Vorgehensweise für bestimmte schwierige Zeiten den vorübergehenden Rückzug nahelegt. Er wird immer dann notwendig, wenn der Druck zu groß wird, als dass man ihm standhalten könnte, oder wenn uns droht, eingekreist und umzingelt zu werden, wenn wir unsere gegenwärtige Position beibehalten. Dabei kann es sich ebenso um eine konkrete Stellung in einer Firma, einer Gruppe oder Organisation handeln, wie um eine Position, die wir in einer Diskussion oder Liebesbeziehung eingenommen haben.*

*Die Kunst ist, rechtzeitig zu erkennen, dass die aktuelle Stellung keine gute Ausgangsposition für weitere Handlungen ist, sondern dem Gegner in die Hand spielt. Dann ist die beste Strategie, auszuweichen oder sich wie die Schnecken zurückzuziehen, bis sich „die Elemente beruhigt haben“.*



Namastè