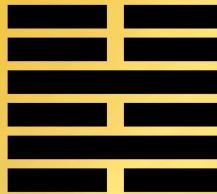




Hexagramm 40 »HIE«  
Die Befreiung

## Hexagramm 40 „Hie“ - Die Befreiung



Hexagramm 40 »HIE«  
Die Befreiung

*Stichworte zu „Hie“: Befreiung - Loslassen - Lösung alter Muster - Ballast abwerfen - Entspannung - den Knoten durchschlagen - Komplikationen lösen - Lockerung - Entlastung - Verzeihen.*



*Ihr habt eine schwierige Zeit erlebt, doch jetzt beginnen die Hindernisse zu weichen. Der Druck lässt nach, ihr fühlt euch freier. Wenn ihr bisher unter Hochdruck gearbeitet habt oder in eurem persönlichen Leben unter einer starken Belastung standet, geht es nun darum, so schnell wie möglich zu normalen Verhältnissen zurückzukehren.*

*Noch ist die Befreiung nicht vollendet. Räumt Meinungsverschiedenheiten und Missverständnisse rasch und entschlossen aus. Geht die Klärung strittiger Punkte an. Macht reinen Tisch. Was sich bisher nicht lösen ließ, kann nun in konstruktive Bahnen gelenkt werden. Schiebt nichts auf die lange Bank. Nutzt die Gunst der Stunde. Seid großzügig und nachsichtig mit anderen.*

*Falls euch jemand Hindernisse in den Weg gelegt, euch ungerechtfertigt kritisiert, beschuldigt oder angegriffen hat, tragt nichts mehr nach. Jetzt geht es darum, absichtliche oder unabsichtliche Verfehlungen zu verzeihen - auch sich selbst. Betrachtet die Situation als beendet und wendet euch Neuem zu. Was immer geschehen ist, nehmt es es an. Akzeptiert, was war und lasst es los. Eine Gelegenheit, die sich nun vielleicht bietet, solltet ihr beim Schopf ergreifen. Zögert nicht. Wagt euch auch in unbekanntes Terrain vor - und tut es ohne Umschweife. Eure Chancen, andere zu erreichen und zu überzeugen, sind gut.*

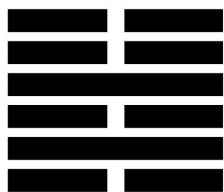
*Wenn ihr noch unsicher oder ängstlich seit und euch der richtige Impuls zum Vorwärtsgen fehlt, ist es ratsam, genau zu analysieren, was euch zurückhält. Etwas Altes, Ungelöstes braucht noch eure Aufmerksamkeit. Entwirrt den Faden der*

*Geschichte, die euch an den heutigen Punkt gebracht hat. Ist noch etwas zu erledigen? Was ist es? Achtet jedoch darauf, dass ihr nicht vor lauter Rückbesinnung und Analyse den richtigen Zeitpunkt zum Aufbruch verpasst und die Chance so verstreichen lasst.*

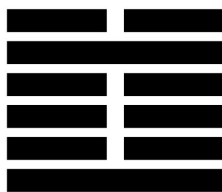
*Die wichtigsten Hürden habt ihr bereits überwunden. Lasst euch nicht von einem vielleicht zur Gewohnheit gewordenen Blick auf Schwieriges und Problematisches fesseln. Ist es nötig, noch einmal hinzusehen? Geht vor, als würdet ihr dem Boden, den ihr bereits gereinigt habt, noch einen prüfenden Blick widmen und vielleicht an der einen oder anderen Stelle nochmals nach-wischen, bevor ihr den Besen aus der Hand legt.*

*Macht euch eingefahrene Muster des Fühlens und Handelns bewusst. Fragt euch, was ihr davon hattet, bisher so und nicht anders zu sein, und wie ihr dieses Ziel heute anders und besser erreichen könnt. Werft alten Ballast ab. Tut das vielleicht auch ganz konkret in eurem Haushalt, an eurem Arbeitsplatz und in eurem Kopf.*

*Die Zeit begünstigt neue Verhaltensweisen und Strukturen. Eine Gefahr liegt darin, Konflikte nur scheinbar zu bereinigen und zu schnell zu einer scheinbaren Harmonie oder zum Status quo zurückzukehren. Möglich und kontraproduktiv wäre auch, dass ihr nicht wirklich verzeiht. In euren persönlichen Beziehungen klärt sich die Stimmung, ihr seit wieder füreinander offen. Es wäre fatal, in dieser Atmosphäre weiterhin insgeheim Groll zu hegen.*



Hexagramm 40 »HIE«  
Die Befreiung



Hexagramm 3 »DSCHUN«  
Die Anfangsschwierigkeiten

*Das komplementäre Hexagramm zu „Hie“ ist Hexagramm 3 „Dschun“, die Anfangsschwierigkeiten.*

*Die beiden Trigramme, aus denen „Hie“ gebildet wird, sind unten „Kan“, das Wasser, und oben „Dschen“, der Donner. Regen und Donner wirken zusammen und bringen einen reinigenden Gewitterregen hervor. Die Anspannung, die „dicke“ Luft und drückende Schwüle, die vor dem Gewitter herrschten,*

*lösen sich und alles wird frisch und neu.*

*Bei „Dschun“ befindet sich „Dschen“ unten und „Kan“ oben, das auch für das Abgründige, das Dunkle und die Gefahr steht. Die befreiende Kraft des Donners muss sich ihren Weg noch durch das Abgründige bahnen, wodurch Anfangsschwierigkeiten angezeigt sind. Doch auch bei Hexagramm 40, „Hie“, weist „Kan“, das Abgründige, darauf hin, dass der Prozess der Befreiung aus Widrigkeiten nicht ganz ohne Risiken ist.*

*Nimmt man beide Hexagramme zusammen, ergibt sich folgende Aussage: Wenn wir uns aus schwierigen Umständen befreien wollen und können, gibt es zunächst noch Schwierigkeiten, die zu überwinden sind. Sie lösen sich nach und nach, die einen schneller, die anderen brauchen mehr Zeit. Es ist wichtig, dies in unsere Überlegungen einzubeziehen, sonst könnten wir mutlos werden oder dem Neubeginn nicht trauen.*

### **Wie wir das Hexagramm „Hie“ für uns nutzen können**

*„Jeder Tag ist ein neuer Anfang.“  
- George Eliot*

*Zwei Mönche gingen ihres Weges und kamen an einen Fluss. Dort stand ein Mädchen, das sich nicht durch das reißende Wasser zu waten getraute. Der eine der beiden Mönche fragte, ob er ihr helfen dürfe, und als das Mädchen bejahte, nahm er sie auf seine Arme und trug sie hinüber. Am anderen Ufer setzte er sie ab und das Mädchen ging weiter.*



*Der andere Mönch hatte ihm fassungslos zugesehen. Mit gerunzelter Stirn sagte er: „Du weißt, es ist uns untersagt, Frauen zu berühren. Wie konntest du das tun?“*

*Da antwortete der andere Mönch:*

*„Ich habe das Mädchen am anderen Ufer abgesetzt. Trägst du sie immer noch?“*

*Einen Neubeginn machen - etwas zu erleben, das frisch und neu ist -, können wir nur, wenn wir für das Neue offen sind. Genauer ausgedrückt geht es darum, für das offen zu sein, was jetzt ist. Die Vergangenheit ist vorbei, die Zukunft ist noch nicht. Alles, was wir haben, ist die Gegenwart. Je mehr es uns gelingt, in der Gegenwart zu leben, desto größer ist die Befreiung, die wir fühlen. Das gilt besonders, wenn wir aus einer schwierigen Situation herauskommen. Der Nachhall des Erlebten ist in den meisten von uns sehr präsent. Auf diese Weise bringen wir uns um die Möglichkeiten, die in einem solchen Umschwung liegen.*

*Prüft euch. Wie stark haften ihr an dem, was ihr erlebt habt? Wie sehr beeinflussen vor allem problematische Erfahrungen noch heute euer Leben? Könnt ihr das Mädchen am anderen Ufer absetzen und im Fluss des Lebens weiter gehen? Vielleicht mögt ihr dieses Hinter-sich-Lassen als bewusste Übung in euer tägliches Leben integrieren. Und wenn ihr zurückdenkt, tut ihr es ebenfalls bewusst.*

*Trainiert so innere Freiheit, die die Grundlage jeder Freiheit ist.*



*Namastè*