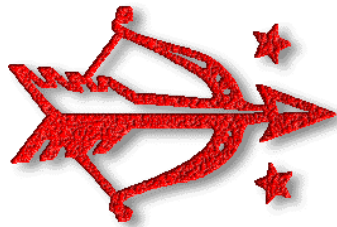


ASTROLOGISCHE ANALYSE

Körper, Geist, Seele Langform

Tina Turner
26.11.1939 22:10
Brownsville



Sonnenzeichen: Schütze

Mondzeichen: Zwilling

Aszendent: Löwe

Inhalts- verzeichnis

Deckblatt	1
Inhaltsverzeichnis	2
Horoskopgrafik	5
Aspektgrafik / Daten	6
Prolog	7
Ihre gesundheitliche Konstitution	8
Ihr energiegeladener Umgang mit Ihrer Gesundheit (Aszendent im Löwen)	9
Ihre zentrale Energiequelle	11
Lebenskraft durch Zuversicht (Sonne im Schützen)	13
Kraft der Gefühle zulassen (Sonne im 4. Haus)	15
Heilungsweg: Anspannung und Entspannung (Sonne Opposition Rad-Mond)	17
Heilungsweg: Die eigene Dynamik leben (Sonne Konjunktion Rad-Merkur)	18
Heilungsweg: Die wahren Feindbilder erkennen (Sonne Quadrat Rad-Mars)	20
Heilungsweg: Im Leben eine Mission finden (Sonne Trigon Rad-Jupiter)	22
Heilungsweg: Selbstkontrolle aufgeben (Sonne Trigon Rad-Pluto)	24
Ihre psychische Kraft	26
Erholung finden Sie auf Entdeckungsreisen (Mond in den Zwillingen)	28
Gesund durch Konzentrierung der Kräfte (Mond im 10. Haus)	30

Bedürfnis und Fakten (Mond Opposition Rad-Merkur)	32
Bedürfnis und Trieb (Mond Quadrat Rad-Mars)	34
Bedürfnis und Auslieferung (Mond Sextil Rad-Pluto)	36
<hr/>	
Unser Regelsystem	38
Selbsterhaltung durch Willensäußerung (Saturn im Widder)	40
Heilungsaufgabe: Zuversicht entwickeln (Saturn im 9. Haus)	42
Verantwortung und Vergnügen (Venus Trigon Rad-Saturn)	44
<hr/>	
Unser Reizleitungssystem	45
Stress durch Bewahrungswillen (Uranus im Stier)	47
Befreiung von gesellschaftlichen Normen (Uranus im 10. Haus)	49
<hr/>	
Unsere Diffusionsprozesse	50
Beeinflussbar in der Analyse von Fakten (Neptun in der Jungfrau)	52
Geschwächt durch Ablehnung des Körperlichen (Neptun im 2. Haus)	54
Körperliebe und soziale Liebe (Venus Quadrat Rad-Neptun)	56
Lebenswandel und Sehnsucht (Jupiter Opposition Rad-Neptun)	57
<hr/>	
Unser Erbe	58
Lebendigkeit durch Selbstfindung (Pluto im Löwen)	60
Kraft durch Bereitschaft zur Hingabe (Pluto im 12. Haus)	62
Beweglichkeit und Wandelbarkeit (Merkur Trigon Rad-Pluto)	63
Wunsch und Erwartung (Jupiter Trigon Rad-Pluto)	64
<hr/>	
Unsere Verwundbarkeit	65
Ihr wunder Punkt: Ihr Schutzbedürfnis (Chiron im Krebs)	66
Ihre Heilkraft: Sonderbares akzeptieren (Chiron im 11. Haus)	66

Tina Turner

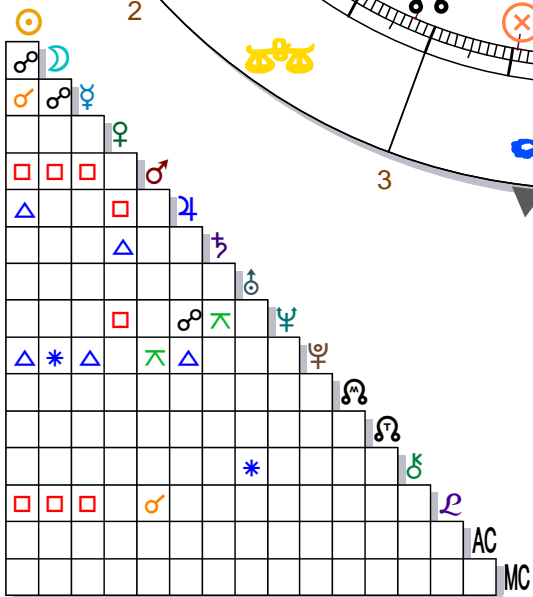
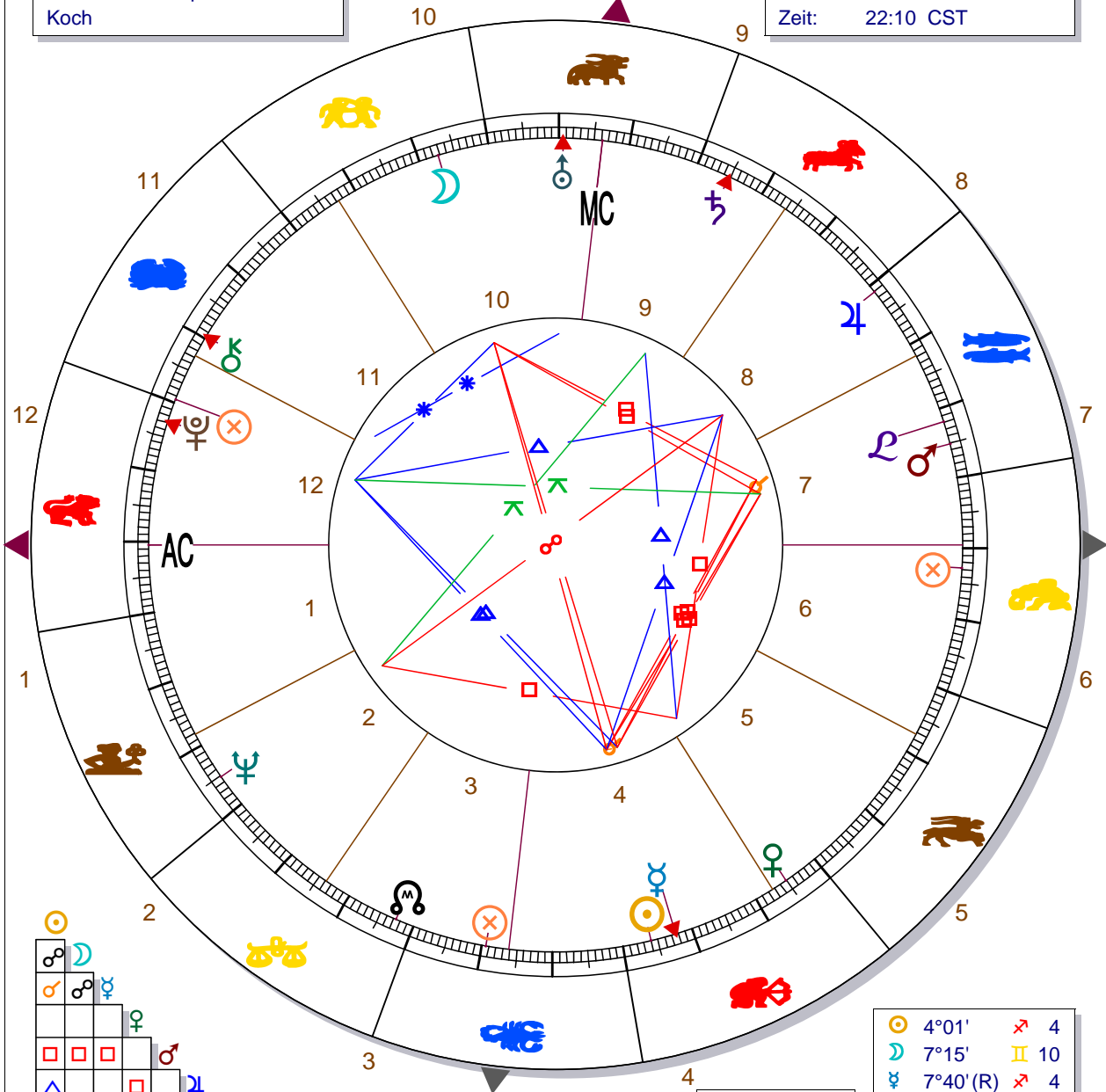
Kunst, Musik, Literatur...

Brownsville

Länge: 086°16' W Breite: 37°11' N

Geburthoroskop
Koch

Datum: 26.11.1939
Zeit: 22:10 CST



Kardinal:	3
Fix:	2
Flexibel:	8
Feuer:	5
Erde:	2
Luft:	2
Wasser:	4
Männlich:	7
Weiblich:	6

1	20°28'	♏
2	18°12'	♏
3	16°12'	♏
4	13°52'	♏
5	22°42'	♏
6	22°48'	♏
7	20°28'	♏
8	18°12'	♏
9	16°12'	♏
10	13°52'	♏
11	22°42'	♏
12	22°48'	♏

♁	4°01'	♏	4
☾	7°15'	♏	10
♀	7°40' (R)	♏	4
♂	24°59'	♏	5
♃	4°48'	♏	7
♄	28°53'	♏	8
♅	25°16' (R)	♏	9
♆	19°23' (R)	♏	10
♇	25°14'	♏	2
♁	2°48' (R)	♏	12
♂	27°24'	♏	3
♃	19°33' (R)	♏	11
♄	8°07'	♏	7
AC	20°28'	♏	1
MC	13°52'	♏	10

Tina Turner

Kunst, Musik, Literatur...

Brownsville

Länge: 086°16' W Breite: 37°11' N

Geburtshoroskop
Koch

Datum: 26.11.1939
Zeit: 22:10 CST

Planeten-Stellungen

☉ Sonne	4°01'	♏ Schütze	Haus 4
☾ Mond	7°15'	♊ Zwilling	Haus 10
☿ Merkur	7°40' (R)	♏ Schütze	Haus 4
♀ Venus	24°59'	♏ Schütze	Haus 5
♂ Mars	4°48'	♋ Fische	Haus 7
♃ Jupiter	28°53'	♋ Fische	Haus 8
♄ Saturn	25°16' (R)	♈ Widder	Haus 9
♅ Uranus	19°23' (R)	♉ Stier	Haus 10
♆ Neptun	25°14'	♍ Jungfrau	Haus 2
♇ Pluto	2°48' (R)	♌ Löwe	Haus 12
♁ mKnoten	27°24'	♎ Waage	Haus 3
♄ Chiron	19°33' (R)	♋ Krebs	Haus 11
♁ Lilith	8°07'	♋ Fische	Haus 7
AC Aszendent	20°28'	♌ Löwe	Haus 1
MC Medium Coeli	13°52'	♉ Stier	Haus 10

Häuser-Stellungen

1	20°28'	♌ Löwe
2	18°12'	♍ Jungfrau
3	16°12'	♎ Waage
4	13°52'	♏ Skorpion
5	22°42'	♏ Schütze
6	22°48'	♐ Steinbock
7	20°28'	♑ Wassermann
8	18°12'	♋ Fische
9	16°12'	♈ Widder
10	13°52'	♉ Stier
11	22°42'	♊ Zwilling
12	22°48'	♋ Krebs

Aspekte

☉♂♀ +3°39'	♂♂♁ +3°19'	☾*♁ -5°33'
♁*♄ +0°10'	☉♁♂ +0°47'	☉♁♁ +4°07'
☾♁♂ +2°27'	☾♁♁ -1°08'	♀♁♂ -3°08'
♀♁♁ +0°27'	♀♁♃ +3°54'	♀♁♁ -1°44'
☉♁♃ -6°52'	☉♁♁ +1°13'	♀♁♁ +4°52'
♀♁♃ +0°17'	♃♁♁ +3°55'	♂♁♁ -2°00'
♃♁♁ -1°58'	☉♁♁ -4°46'	☾♁♀ -1°35'
♃♁♀ -4°21'		

Quadranten

Quadrant 1	2	♁♁♁
Quadrant 2	3	☉♀♀
Quadrant 3	4	♂♃♃♁
Quadrant 4	4	☾♁♁♁

Elemente

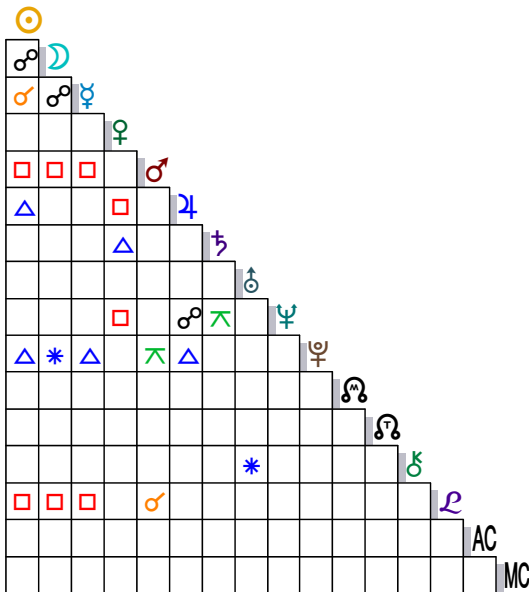
Feuer	5	☉♀♀♃♁
Erde	2	♁♁♁
Luft	2	☾♁♁
Wasser	4	♂♃♃♁

Qualitäten

Kardinal	3	♃♁♁
Fix	2	♁♁♁
Flexibel	8	☉☾♀♀♂♃♁♁♁

Männlich / Weiblich

Männlich	7	☉☾♀♀♃♁♁♁
Weiblich	6	♂♃♃♁♁♁♁



Legende

- ♂ Konjunktion
- ∨ Halbsextil
- ∠ Halbquadrat
- * Sextil
- Q Quintil
- Quadrat
- △ Trigon
- ▢ Sesquiquadrat
- β Biquintil
- ∟ Quincunx
- ♁ Opposition

- ☉ Sonne
- ☾ Mond
- ☿ Merkur
- ♀ Venus
- ♂ Mars
- ♃ Jupiter
- ♄ Saturn
- ♅ Uranus
- ♆ Neptun
- ♇ Pluto
- ♁ mKnoten
- ♄ Chiron
- ♁ Lilith
- AC Aszendent
- MC Medium Coeli

- ♈ Widder
- ♉ Stier
- ♊ Zwilling
- ♋ Krebs
- ♌ Löwe
- ♍ Jungfrau
- ♎ Waage
- ♏ Skorpion
- ♐ Schütze
- ♑ Steinbock
- ♒ Wassermann
- ♋ Fische

Prolog

Dieses Computerhoroskop zu Körper, Geist und Seele kann Ihnen Anregungen bieten, wie Sie an Ihr Energiereservoir herankommen - und im Endeffekt mehr Lebensfreude und Zufriedenheit erreichen. Ebenso kann Ihnen diese Gesundheitsanalyse aufzeigen, wie es sich anfühlt, wenn Sie Ihre Kräfte voll ausschöpfen, dabei aber trotzdem noch in einem körperlich-psychischen Gleichgewicht stehen. Möglicherweise werden hier die Bereiche aufgedeckt, in denen Sie sich kräftemäßig übernehmen, Ihre Fitness vermindern und auf die Dauer Ihre Gesundheit schädigen. Vielleicht erfahren Sie auch etwas über Kraftressourcen, die Sie bisher noch viel zu wenig angezapft haben.

Sie werden feststellen, dass sich so manche körperliche Verspannung löst, wenn Sie entweder mehr auf Ihre Gefühle achten oder Ihren Willen klar formulieren. Hier erfahren Sie, wie Sie das bewerkstelligen können. Außerdem sollten Sie sich jeden Tag etwas Gutes tun. Das lädt Ihre Lebensbatterie wieder auf und schafft die besten Voraussetzungen für ein fittes und erfülltes Leben. Anregungen dazu erfahren Sie hier auch.

Die beschriebenen Krankheitsbilder sollen nur als Beispiele betrachtet werden - es sind mögliche körperliche Parallelen zu psychischen Vorgängen. Jedoch muss keine der hier erwähnten Krankheiten bei Ihnen eintreffen! Das sei hier betont! Aus einem Horoskop können nur Veranlagungen herausgelesen werden. Ob in Ihrem Fall nun eine spezielle Veranlagung körperlich oder psychisch zum Tragen kommt, hängt mit der Komplexität Ihrer Persönlichkeit zusammen und kann nicht prognostiziert werden!

Umgekehrt ist das aber anders! Jedes Krankheitsbild lässt bei näherer Betrachtung die Not unserer Psyche erkennen. Sogar der Volksmund nimmt dazu Bezug: wir berichten davon, dass einer "an gebrochenem Herzen leidet", uns "etwas auf den Magen schlägt" oder eine Sache uns "Kopferbrechen bereitet". Die Astrologie eröffnet uns die Möglichkeit ganzheitlich nach Krankheitsursachen zu forschen, indem psychische Energiekonstellationen mit bestimmten Organ- und Körperfunktionen in Zusammenhang gebracht werden.

Keinesfalls soll hier der Eindruck entstehen, dass der Mensch nicht krank wird, wenn er nur bereit ist, seine psychischen Probleme zu lösen. Wir Menschen sind ständigen Veränderungen ausgesetzt, die in unserer privaten Umgebung, in unserer Umwelt und im Kosmos stattfinden. Somit haben wir uns ununterbrochen auf neue Bedingungen einzustellen. Eine Krankheit kann als Umpolungsprozess gesehen werden - als ein Prozess, der unseren Körper auf neue Einflüsse ausrichtet. Dann erst besitzen wir die Voraussetzung, um unsere psychischen Abläufe wahrnehmen und analysieren zu können. Daher werden wir immer wieder erkranken, obwohl die Medizin weiterhin Riesenfortschritte machen wird. Keinesfalls können wir Körper und Psyche voneinander getrennt betrachten. Manchmal glauben wir, ein schwieriges Lebensthema schon längst bewältigt zu haben. Doch die Variationsbreite, in der wir mit unseren Schwierigkeiten stets aufs Neue konfrontiert werden, ist groß. Unser Körper kann uns mit einer Erkrankung darauf aufmerksam machen, dass

wir unser Problem noch nicht in allen Versionen durchexerziert haben. Folglich erinnert uns unser Körper daran, dass wir uns sozial, persönlich oder spirituell noch viel weiterentwickeln können und müssen. So, wie wir an unseren psychischen Problemen reifen, wachsen wir auch an unseren Krankheiten.

Der Schwerpunkt dieser astrologischen Auswertung basiert auf der Erhaltung Ihrer Gesundheit und auf dem Gesundwerden - nicht auf der Voraussage möglicher Katastrophen. Sie werden viele Anregungen lesen, wie Sie Ihre Lebensqualität verbessern können und was Ihnen auf diesem Wege gut tun wird. Denn: Wohlfühlen erzeugt Wohlbefinden. Das ist die Basis dauerhafter Fitness.

Dazu finden Sie eine Fülle an Übungen, mit denen Sie sich auf die Schwingungsenergien Ihrer Planetenkonstellationen einstimmen können. So wird Ihr Horoskop für Sie fühlbar. Das erleichtert es Ihnen, einen Bezug zwischen körperlicher Empfindung und psychischer Wahrnehmung herzustellen. Machen Sie sich auf den Weg, Körper, Seele und Geist wieder miteinander zu vereinen! Das ist Heilwerden auf ganzheitliche Art und Weise.

Ihre gesundheitliche Konstitution

Der Aszendent beschreibt Ihre körperliche Konstitution. Bei manchen Menschen ist an Körperhaltung und Physiognomie schon ablesbar, wie sie sich im täglichen Leben verhalten. Ebenso ist durch das Aszendentenzeichen erkennbar, auf welche Weise wir Vorgänge registrieren und interpretieren. So zeigt uns der Aszendent, wie wir körperliche Veränderungen wahrnehmen und wie wir versuchen, sie einzuordnen. Wenn wir Ereignisse eher gefühlsmäßig erfassen, werden wir unsere Krankheiten als emotionale Störfelder bemerken. Für einen mental orientierten Kopfmenschen sind Krankheiten eine Irritation geistiger Wahrnehmungs- und Verarbeitungssysteme. Unser Temperament also, das durch das Aszendentenzeichen definiert ist, lässt Rückschlüsse zu, wie wir mit unserer Krankheit oder mit unserer Gesundheit umgehen. Aus unserer Einstellung zur Gesundheit kann man auch schließen, wie wir uns dem Bewegungsbedürfnis unseres Körpers widmen und Sport treiben. Aus dem Temperament heraus kann gefolgert werden, welche Sportarten uns wohl besonders gut liegen.

Körper und Psyche bilden eine Einheit. Der Aszendent beschreibt, wie wir Spannungen, Störungen und Erregungen entweder körperlich oder psychisch ausdrücken. Wenn wir beispielsweise spontan erst einmal mit Abwehr handeln, kann sich das auf körperlicher Ebene als eine übermäßige Reaktion des Immunsystems zeigen. Dem Mechanismus der Abwehr entspricht auf psychischer Ebene das "Revierabstecken" und die persönliche Abgrenzung.

Der Aszendent gibt Auskunft darüber, wie uns die Erscheinungen in unserer Umwelt berühren - also über unsere subjektive Wahrnehmung. Wir essen nicht nur mit den Geschmacksnerven, sondern auch mit unseren Augen und unserer Nase. Das alles gibt uns einen Eindruck von der Qualität der Nahrung. Und manchmal hängt es auch von unseren Sinneseindrücken ab, ob wir eine Nahrung als bekömmlich empfinden.

Ihr energiegeladener Umgang mit Ihrer Gesundheit (Aszendent im Löwen)

Sie sind äußerst vital und verfügen daher über eine hervorragende Voraussetzung, gesund zu bleiben. Einziges Gesundheitsrisiko ist Ihr Hang, sich zu verausgaben. Sie wissen, dass Sie über ein ungewöhnlich hohes Kräftepotenzial verfügen. Deshalb können Sie sich kaum vorstellen, dass auch Sie Erholung brauchen. Sie haben eine selbstbewusste, gönnerhafte und warmherzige Ausstrahlung. Daher bringen Ihnen Ihre Mitmenschen viel Vertrauen entgegen und Sie übernehmen bereitwillig verantwortungsvolle Posten und Aufgaben. Weil Ihnen Führung und Ansehen sehr wichtig sind, mischen Sie überall mit. Sie können zwar Arbeiten delegieren, doch nur wenn Sie sicher sein können, dass Ihr persönlicher Stil nicht verändert wird. Deshalb legen Sie viel Kraft in Überzeugung und Motivation Ihrer Mitarbeiter. Doch, sobald Ihnen Ansehen und Erfolg wichtiger geworden sind, als Ihre Grundsätze, kommt Stress auf. Nicht selten zeigen Herz-Kreislauf-Beschwerden oder ein erhöhter Blutdruck an, dass sich jemand unter starkem Leistungsdruck befindet, weil er sich profilieren möchte. Die Arbeit an sich stresst Sie allerdings kaum, solange Sie Ihre Kraft für ein Projekt einsetzen, das Ihnen mit Leib und Seele am Herzen liegt. Die Begeisterung daran, eigene Schöpfungen wachsen zu sehen, ist Ihre regenerative Kraft und macht Sie so vital.

Erfüllt von Ihren Kreationen vergessen Sie nur allzu leicht, sich körperlich auszutoben, um nicht zu überdrehen. Zudem sind Sie ein Genießer, dem Bequemlichkeit und Komfort wichtiger sind als körperliches Verausgaben. Sport betreiben Sie daher nur unter als Freizeitausgleich. Folglich wählen Sie Sportarten für sich aus, die ohne Torturen ausgeübt werden können: beispielsweise fahren Sie gerne in einem schnellen Sportwagen oder pflegen ganz beiläufig Ihre Geschäftsbeziehungen beim Golfen. Wenn Sie sich aber doch körperlich abrackern wollen, dann wenigstens auf elitäre Art, etwa als Mitglied eines exklusiven Tennisklubs. Zur Harmonisierung Ihres vegetativen Nervensystems sind Hatha-Yoga oder Tai-Chi-Chuan zu empfehlen. Hier verbindet sich in idealer Weise Bewegung mit einer Besinnung nach Innen.

Für Sie ist es von größter Bedeutung, sich selbst zu verwirklichen, Ihre Energien freizusetzen und zu verteilen. Im Körper übernimmt das unser Kreislaufsystem, dessen Zentrum das Herz ist. Übertreibungen schwächen daher Ihr Herz. Rücken- und Bandscheibenverletzungen können auftauchen, wenn Sie glauben, für andere geradestehen zu müssen. Sie leben besser, wenn Sie Verantwortung nur für Ihr eigenes Handeln übernehmen. In der Zusammensetzung unserer Eiweißmoleküle zeigt sich unsere Individualität als Mensch. Störungen im Eiweißstoffwechsel und damit zusammenhängende allergische Reaktionen können darauf aufmerksam machen, dass Sie mehr die Erwartungen anderer verwirklichen als das, was Ihnen selbst wichtig ist.

Falls Sie ärztliche Hilfe brauchen, gehen Sie am liebsten zu einem Spezialisten, der auch noch als Koryphäe auf seinem Gebiet gilt. Bei einer Blutentnahme verlangen Sie den Chef, weil Sie glauben, dass mit Ihren speziellen Venen kein ärztliches Hilfspersonal zurechtkommen kann. Sie fühlen sich in den besten Händen, wenn Sie der Chefarzt persönlich untersucht. Weil Sie hinter einem Titel Erfahrung und Kompetenz vermuten, haben Sie zu einem niedergelassenen Arzt ohne "Dr." oder zu einem Heilpraktiker erst dann Vertrauen, wenn ihm der Ruf vorausseilt, einer der Besten zu sein. Medikamente sollen Ihre Vitalität umgehend wiederherstellen und Schmerzen schnellstens beseitigen. Schwach wirkende Kräuterpräparate, deren Wirkung erst allmählich spürbar wird, machen Sie ungeduldig. Noch weniger kommen Sie mit der Vorstellung zurecht, dass Ihre Gesundheit, Kraft und Ausdauer von einem Medikament abhängt.

Damit Ihre Kraftquelle nicht versiegt, sollten Sie auf gesunde Ernährung achten. Säfte aus sonnengereiften Früchten wie Orangen- oder Pampelmusensaft oder auch Trockenfrüchte enthalten viel Mineralstoffe und Spurenelemente. Außerdem sind sie aufgrund ihres Fruchtzuckergehalts optimale Energiespender. Knoblauch wirkt blutdruckregulierend. Daher stärkt er Ihre Vitalität und beugt Blutdruckproblemen vor. Getreide, vor allem gekeimtes Getreide, ist reich an Vitaminen und Eiweiß und kräftigt Ihre Natur. Safran und Lorbeer sind edle Gewürze, die Ihrem königlichen, zentrierten Temperament auch angemessen sind.

Ihre zentrale Energiequelle

Im Horoskop leuchten uns die Sonne und der Mond als unsere astrologischen Hauptlichter entgegen. Wenn wir zum Himmel aufblicken, erscheinen sie uns gleich groß am Firmament. Ebenso gleichwertig wollen ihre Prinzipien in uns verwirklicht werden. Die Sonne vertritt die aktiven Lebensprozesse und der Mond die passiven Vorgänge in uns. Oberflächlich betrachtet treten sie als Gegenspieler auf. Im Grunde genommen kann unser tägliches Leben und auch unser biologischer Organismus nicht unter der Herrschaft eines einzelnen dieser beiden existieren. Nur im fein abgestimmten Wechsel und im Ineinanderwirken ihrer Kräfte können wir in Ausgewogenheit und damit in Gesundheit leben.

Im vegetativen Nervensystem regulieren die Gegenspieler Nervus Sympathikus und Nervus Parasympathikus sämtliche Energieumsetzungen unserer Organe. Entsprechend funktionieren die Prinzipien der Sonne und des Mondes in uns: Die so genannten sympathischen Reize bewirken unsere aktiven Seiten und sind daher astrologisch der Sonne zugeordnet; der Parasympathikus mit seinen beruhigenden und regenerativen Wirkungen wird in der Astrologie dem Mond zugeschrieben. Psychosomatische Symptome treten dann auf, wenn wir entweder der Sonne oder dem Mond in uns zu viel bzw. zu wenig Aufmerksamkeit widmen. Beispielsweise können wir unserem Selbstverwirklichungsdrang (Sonne) zu wenig Beachtung beimessen, womit ein Gefühl, das Leben nicht alleine schaffen zu können (Mond), mit psychosomatischen Erscheinungsbildern ausgedrückt werden mag. Umgekehrt leben wir zeitweise unsere Sonnenqualität in übersteigerter Weise. Dann machen wir unser Selbstbewusstsein beispielsweise an beruflichen Erfolgen fest. Die Folge davon ist in der Regel, dass wir unsere Entspannung, unsere Gefühle, und auch unsere Beziehungen vernachlässigen - all das, was uns Wohlbefinden spendet.

Ihre zentrale Energiequelle - Die Sonne

Im Horoskop zeigt die Sonne die Quelle unserer vitalen Energien an, die, wenn sie ungehindert frei werden können, uns ein Gefühl von Lebensmut und Optimismus verleihen. Das sind äußerst wichtige Voraussetzungen für ein Leben in Gesundheit. Mit der Dynamik unserer astrologischen Sonne streben wir Menschen nach Selbstverwirklichung. Damit wir uns unseren persönlichen Herzensangelegenheiten auch widmen können, werden wir uns von so manchen Grundsätzen befreien müssen, die wir durch unsere Erziehung und durch starre gesellschaftliche Ordnungsprinzipien erlernt haben. Leider machen wir immer wieder die Erfahrung, dass wir abgelehnt werden oder unter Kritik geraten, wenn wir uns individuell so geben, wie wir sind. Je wichtiger es uns erscheint, angenommen und akzeptiert zu werden, desto schwerer fällt es uns, unseren individuellen Weg zu beschreiten. Dann fühlen wir uns unzufrieden und fragen uns, wer wir eigentlich sind. Erst wenn wir unserer Sonnenqualität, die uns zu unserem Ichbewusstsein hinführt, einen gebührenden Raum in unserem Leben zur Verfügung stellen, können wir zufrieden werden. Gesundheit bedeutet, das zu tun, was uns mit unserem Selbst identisch werden lässt.

Unsere zentrale Lebenskraft, die Sonne, verwurzelt uns mit dem Leben. Psychosomatische Entsprechungen für eine unterdrückte bzw. übersteigerte Aufmerksamkeit auf unsere Sonnenqualität sind in der Regel Kreislaufstörungen, Herzrhythmusstörungen und in schweren Fällen auch Herzbeschwerden.

Unser sonnenhaftes Wesen in uns muss auch hin und wieder regeneriert werden, damit die passiv wirkenden Mondenergien nicht überhand nehmen. Trotz UV-Belastungen durch das Ozonloch brauchen wir Menschen das Sonnenlicht. Die Sonne bringt lebensnotwendige Stoffwechselprozesse in Gang, wie beispielsweise die Vitamin-D-Aktivierung für den Knochenaufbau. Durch ihre aktivierende Wirkung auf unsere Zellvorgänge vertreibt sie aufkommende Müdigkeit und Schläftheit. Ein regelmäßig genossenes Sonnenbad - natürlich in Maßen - schützt uns vor aufkommender Lustlosigkeit und beugt - bis zu einem gewissen Quantum - depressiven Phasen vor, in denen wir blockiert und lethargisch sind. Behandlungen mit künstlichem Sonnenlicht werden sogar in der Medizin therapeutisch gegen Depressionen eingesetzt.

Edelsteine reflektieren bestimmte Schwingungen des Sonnenlichtes. Wir können die Schwingungen unseres Ichbewusstseins mit demjenigen Edelstein verstärken, der speziell zu unserem astrologischen Sonnenzeichen passt. Weil der astrologischen Sonne als Metall das Gold zugeordnet ist, kann der in Gold gefasste Edelstein das Ausstrahlen unserer Ich-Energie noch mehr betonen. Als Sonnenstein gilt der Diamant, der das Sonnenlicht in alle Spektralfarben bricht und unserem vitalen Zentrum Kraft spendet. Weitere Sonnensteine, die vor allem das Herz stärken, sind das Tigerauge, das Katzenauge und der Goldtopas. Wenn wir auf unsere Mitmenschen sonnenhaft wirken wollen, dann kleiden wir uns am besten selbst in gold- oder maisgelbe Farben oder legen einen Schal an. Räume in diesen Farbtönen, die goldgelbe Farben ausstrahlen, unterstützen sowohl unsere eigene Willenskraft und Handlungsbereitschaft, jedoch auch die unserer Mitmenschen!

Das Sonnengeflecht mit den so genannten sympathischen Nerven liegt oberhalb des Magens und kann mit einem Energiezentrum, dem Nabelchakra, in Verbindung gebracht werden. Wenn dieses Energiezentrum über Atemtechniken aktiviert wird, wird gleichzeitig die Tätigkeit unserer linken Gehirnhälfte angeregt, die unseren bewussten Willen - unsere Sonnenkräfte - steuert. Unser persönlicher Wille im Inneren muss zeitweise gegen machtvolle Überredungskünste von Außen abgeschirmt werden, was wir mit Atemtechniken unterstützen können. Diese mögen auch eingesetzt werden, wenn wir ein Grummeln in der Magengegend aufgrund von "Ich kann nicht"- Ängsten verspüren. Unter der Beschreibung Ihres Sonnenzeichens finden Sie eine einfache Atemübung, mit der Sie die Qualität Ihrer vitalen Kraft mit Ihrem persönlichen Willenszentrum - dem Sonnengeflecht bzw. Solar plexus - verbinden und stärken können.

Nach Atemübungen und nach einer Meditation werden gewisse Chakren in besonderem Maße aktiviert und sind vielleicht auch mehr geöffnet. Die Folge hiervon ist, dass wir zunächst auf Einflüsse von außen besonders sensibel reagieren. Mit Aura-Soma-Ölen können Sie ein betreffendes Energiezentrum, also ein Chakra, schützen und heilen. Heilkräfte von Pflanzenfarben und Edelsteinenergien sind in Aura-Soma-Ölen gespeichert. Das Aura-Soma-Sonnenöl "Gelb über Gold" stärkt vor allem das Solarplexus-Chakra

(Sonnengeflecht). Wir verbinden uns auf unserem Solarplexus-Heilungsweg mit unserem uralten Wissen, also mit unserer Intuition. Hierüber beziehen wir die Kraft, unsere Vorstellungen und Visionen zu realisieren. Näheres zu Aura-Soma können Sie im gleichnamigen Buch von Irene Dalichow nachlesen.

Sonnenmusik mit Fanfaren, Trompeten oder Posaunen kann uns ebenfalls einen Ruck ins aktive Leben geben, wo wir - so aufgeladen - uns nicht so leicht wieder umwerfen lassen. Allerdings können Geräusche und Schwingungen, die permanent auf das Sonnengeflecht einwirken - beispielsweise manche Basstöne - einen Schutzmechanismus in uns auslösen, soll der uns vor Überreizung von Außen bewahren. Wir nach so einem Geräuschgenuss können nicht voll entfaltet unsere Sonnenkräfte ausströmen lassen. Sie mögen sogar Verkrampfung und Angst in uns auslösen, was manchmal mit der Begleitmusik spannender Filmszenen beabsichtigt wird.

Lebenskraft durch Zuversicht (Sonne im Schützen)

Mit Ihrer Schütze-Sonne streben Sie nach Bedeutsamkeit Ihrer Person. Sie glauben an eine höhere kosmische Ordnung oder an ein Schicksal, das stets der Entwicklung des menschlichen Geistes dient. Aus dem inneren Wissen heraus, dass Ihnen ein rechtmäßiger Platz im Leben zusteht, schöpfen Sie Ihr Vertrauen, dass sich letztendlich alles zum Positiven entwickeln wird.

Ein Mensch im Zeichen Schütze teilt nur allzu gerne seine Existenz in Körper und Geist auf - und trennt zwischen animalischen Körperbelangen und ideellen Zielen. Starkes und ständiges Unterdrücken menschlicher Triebe, wie z.B. Sexualität und Angriffslust, führen zum Energiestau und somatisieren sich als Drüsenschwellungen, Gewebewucherungen oder als Blutstau bei Krampfadern. Wenn Sie aufgrund Ihrer Moralvorstellungen Ihre lustvollen Erlebnisse vor allem auf das Essen beschränken, leiden Sie möglicherweise unter ständiger Gewichtszunahme. Eigentlich möchte ein Schütze aber am liebsten alles im Überschwang genießen - dazu gehört auch eine Sexualität, in der es keine Scham gibt.

Nicht selten findet man unter Menschen mit einer Schütze-Sonne sehr erfolgreiche Sportler. Allerdings kann es zu Überbelastung im Hüftbereich, zu Muskelverletzungen oder Ischiasbeschwerden kommen - besonders dann, wenn Daseinsberechtigung und Ansehen ausschließlich durch körperliche Leistung oder mittels großer Muskelpakete erzielt werden.

Toleranz ist eine Tugend des Schütze-Menschen. Sie wird jedoch zur Last, wenn er sich zum Sklaven irgendwelcher gesellschaftlicher Werte macht oder sich nach dem Wertmaßstab gewisser Freunde ausrichtet. In der Leber finden Trennfunktionen statt, durch die den zugefügten Stoffen im Körper ein Wert beigemessen wird: der Körper unterscheidet zwischen verwertbaren Stoffen und Fremdstoffen. Lebererkrankungen haben in der Regel etwas damit zu tun, dass man seine eigene Normschwelle missachtet und sich danach richtet, was die anderen über einen denken könnten. Man wird mit fremden Maßstäben überlastet - also somatisieren sich im Körper Vergiftungserkrankungen, wie etwa bei der Gelbsucht.

Heilung finden Sie mit Ihrer Schütze-Sonne, indem Sie beginnen, sich von den Dogmen aus Ihrer Erziehung abzugrenzen, um eigene Werte, für die Ihr Herz schlägt, zu finden. Im Glauben an Ihre persönlichen Ideale liegen Ihre vitalen Kräfte. Sie leben sie, wenn Sie voller Zuversicht auf die Verwirklichung Ihrer Ideale hinarbeiten. Dann strahlen Sie eine Begeisterung aus, mit der Sie auch andere Mitmenschen für Ihre Überzeugungen motivieren können.

Die Schwingungen mancher Edelsteine unterstützen Sie im Vertrauen auf Ihre Intuition, die Ihnen den rechten geistigen Weg zu höherer Entwicklung weist. Der Lapislazuli vereint Körper und Seele, indem er in Ihnen die Kraft gibt, Ihre geistigen Erkenntnisse praktisch umzusetzen. Er verstärkt Ihre Fähigkeit, sich für die Belange und die Not der Menschheit zu interessieren und führt Sie damit zu einem höheren Lebenssinn. Der dunkelviolette Amethyst fördert den Reinigungsprozess der Seele. Er hilft Ihnen, Ihre spirituellen Fähigkeiten wahrzunehmen, ohne dabei die irdische Verankerung durch Überbetonung des Geistigen zu verlieren.

Den Planetenschwingungen können im Körper verschiedene Energiezentren - so genannte Chakren - zugeordnet werden. Diese Energiezentren sind Schaltstellen, an denen der Energiefluss im Körper reguliert wird. Um eine Planetenschwingung ungehemmt und positiv ausleben zu können, muss das betreffende Chakra durchlässig und aktiv sein. Mit der Kraft unseres Atems können wir solche Chakren von Energieblockaden befreien. Dem Zeichen Schütze ist der Jupiter zugeordnet. Das energetische Zentrum unserer Inspiration (Jupiter) liegt im Stirnchakra, das auch als Drittes Auge bekannt ist. Es liegt an der Nasenwurzel zwischen den Augenbrauen. Damit Sie Ihre Wünsche und Hoffnungen auch irdisch verankern können, ist die Erdung Ihrer jupiterhaften Sonnenenergie sehr wichtig. Folgende Übung kann Ihnen immer dann behilflich sein, wenn Sie Tat (Erde) und Sinn (Geist) zusammenfügen wollen: Stellen Sie sich einen goldenen Lichtstrahl vor, den Sie mit der Einatmung aus der Erde über die

Wirbelsäule bis zum Stirnchakra in sich hineinsaugen. Nach einem kurzen Luftanhalten schieben Sie das goldene Licht über die Wirbelsäule wieder zurück und lassen es aus dem Sonnengeflecht weit hinausströmen. Wenn Sie diesen Atemvorgang siebenmal wiederholen, werden Sie auch in irdischen Dingen immer mehr den Himmel erkennen.

Kraft der Gefühle zulassen (Sonne im 4. Haus)

Sie sind ein sensibler Mensch, der im persönlichen Rückzug seine Kräfte regeneriert. Vermutlich haben Sie eine bilderreiche Vorstellungskraft, die Sie kreativ - beispielsweise in Gedichten oder in künstlerischen Werken - zum Ausdruck bringen können. In dem, was Sie kreativ und kraftvoll im Außen vollbringen, sind Ihre inneren psychischen Prozesse erkennbar.

Gefühlserfahrungen, die Ihnen irgendwann einmal im Leben "das Herz gebrochen" haben, blockieren so lange Ihre Lebensenergie, bis Sie sich vom Gewesenen verabschiedet haben. Das kann manchmal ein langwieriger und schmerzhafter Prozess sein. Wenn Sie sich jedoch mit vergangenen Erlebnissen nicht befassen wollen, wird Ihnen die Kraft, die Sie für die Verdrängung brauchen, anderswo fehlen und Ihre Zuversicht ins Leben dämpfen. Das könnte sich auf lange Sicht in Herz- und Kreislauferkrankungen niederschlagen. Zumindest werden Sie sich dann in Ihrer Lebensfreude blockiert fühlen und womöglich depressive Stimmungsphasen durchmachen. Häufig werden körperliche Leistungstiefpunkte und nervöse Stimmungsschwankungen als vegetative Dystonie diagnostiziert. Dieser medizinische Begriff beinhaltet eine Reihe von Symptomen: Herzklopfen, Schwindel, extreme Wetterfühligkeit, Schlaflosigkeit und Kopfschmerzen. Ursache einer solchen vegetativen Dystonie könnten nicht bewältigte Probleme aus der Vergangenheit sein. So können Sie sich beispielsweise schwach und kraftlos fühlen, weil Ihnen durch Trennung der emotionale Nährboden entzogen wurde. Hieraus folgt nicht selten ein Gefühl des Ungeliebtseins oder gar der Eindruck, selber zu nichts nütze zu sein. Solcherlei Fehleinschätzungen haben in der Regel ihren Ursprung in einer nicht glücklich verlaufenen Eltern-Kind-Beziehung.

Ihre Traurigkeit, Ihre Ängste und natürlich auch Ihre geheimsten Wünsche suchen einen Kanal, um ans Licht zu kommen. Den können Sie selbst bestimmen. Alle gestalterischen Tätigkeiten, die aus Ihrer Spontaneität herausfließen, sind nicht an äußere Erwartungen gebunden. Das bietet Ihrem Innenleben eine Ausdrucksmöglichkeit: Malen, Tanz als Körperausdruck, Modellieren, Geschichtenschreiben, Stimm- und Atemübungen, ebenso

Selbstdarstellung im Stehgreiftheater oder lebendiges Erzählen. Ihre Kraft fließt aus dem Bauch, also aus Ihrer Intuition heraus. Das ist eine Energie, die Sie so selbstverständlich zur Verfügung haben, dass sie ohne Kraftanstrengung fließen kann.

Wenn jedoch Gefühle nicht fließen dürfen, können hieraus auch Krankheiten entstehen. Zyklusstörungen bei der Frau weisen u. a. auf eine Entwicklungsphase hin, in der sie sich noch nicht erwachsen genug fühlt, einem anderen Wesen Liebe zu geben. Die Ursache bilden unerfüllte Wünsche nach Nähe und Geborgenheit. Vermutlich haben Sie schon als Kind die Funktion übernommen, einen Elternteil trösten oder unterstützen zu müssen. Dadurch sind ihre damaligen Schutzbedürfnisse in den Hintergrund gedrängt worden. Wenn Sie nun eigentlich mehr Zuwendung bräuchten, holen Sie sich die paradoxerweise, indem Sie andere versorgen oder in der Paarbeziehung sexuelle Befriedigung schenken. Deshalb fühlen Sie sich besonders schwach und ausgelaugt - eigene Wünsche werden meistens zurückgestellt. Erkrankungen, die Sie nach Ihrem subjektiven Empfinden sehr schwächen, zeigen auf psychischer Ebene wohl meistens einen Mangelzustand an. Gerade Sie könnten sich nämlich dazu verleiten lassen, in Ihrem Leben besonders viel Gewicht auf Beruf und Anerkennung zu legen. Sie werden sich vermutlich in dieser Richtung sehr überanstrengen, währenddessen Sie sich zu wenig um Ihr Bedürfnis nach emotionaler Sicherheit und Liebe kümmern. Weil Sie Ihre innere Not nicht spüren wollen, lenken Sie sich mit Arbeit und Pflichten ab. Aus diesem Grund finden Sie wohl kaum Zeit für Erholung. Leider werden Sie nicht glücklich sein, wenn Sie zwar berufliche Erfolge verbuchen können, privat jedoch einsam sind.

Sie kommen zu Ihrer Kraft, wenn Sie sich "nach Ihrem Herzen" richten. Ihr Herz sagt Ihnen nämlich, was Sie im Moment tatsächlich brauchen. So kann es auch heilsam für Sie sein, einmal einem Freund eine Bitte abzuschlagen. Ein Mensch kann nicht immer bereit sein, Zuneigung und Verständnis für seine Lieben aufzubringen. Wir alle müssen uns psychisch aufladen, um dann wieder Kraft und Liebe spenden zu können. Wenn Sie Ihrem Herzen folgen, spüren Sie, wo die Kraftspender sind, die Ihnen Lebensmut und Zuversicht schenken. Ebenso wird Ihnen Ihr Herz sagen, wofür Sie im Moment Ihre Energien unverhältnismäßig verausgaben. Alles, was Sie aus Ihrem Gefühl heraus und mit Ihrem Herzen tun, spendet Ihnen Kraft und Lebendigkeit. Alles andere zehrt an Ihren Kraftressourcen und kann weder Ihnen noch anderen wirklich nützen.

Heilungsweg: Anspannung und Entspannung (Sonne Opposition Rad-Mond)

Möglicherweise haben Sie den Eindruck, dass Ihre Beziehungspartner Ihren Plänen zur Selbstverwirklichung im Wege stehen. Nicht selten heißt es für Sie: Liebe oder Erfolg. Vermutlich werden Sie auf Ihrer Erfolgsleiter immer wieder von Ihrer/Ihrem Partnerin/Partner zurückgepiffen, weil sich diejenige/derjenige von Ihnen vernachlässigt fühlt. Es ist bei dieser Aspektierung jedoch ebenso möglich, dass Sie derjenige/diejenige sind, der/die sich in der Partnerschaft um den Part der Erholung kümmert und feststellt, dass die Gefühlsseite in der Beziehung vernachlässigt wird. Ich (Sonne) und du (Mond) sind hier stets so gegenteilig, dass die Lösung in der Ergänzung zu finden ist. Der Partner lebt den vergessenen Wesenszug: das Gefühl - dargestellt durch den Mond - oder den Egoismus- vertreten durch die Sonne. Sie selbst sind allerdings der festen Überzeugung, den vom Partner gelebten Wesenszug nicht zu besitzen und auch nicht unbedingt für Ihr persönliches Wohlbefinden zu brauchen. Erst wenn Ihr Partner Ihr Beziehungsspiel nicht mehr akzeptieren sollte, wird offenkundig werden, wie sehr Sie sich doch ergänzt haben.

Wenn Ihr Gegenpol im Außen fehlt, kann sich dieses Ungleichgewicht in Erkrankungen zeigen. Wenn Sie Ihrem Herzen - also Ihren Gefühlen und Ihrem Bedürfnis nach Erholung - lange Zeit zu wenig Beachtung geschenkt haben, treten Herzprobleme auf.

Kreislaufbeschwerden, die mit niedrigem Blutdruck und Schwindel einhergehen, deuten darauf hin, dass Sie Ihre Kraft zur Selbstständigkeit und Ihre Kreativität untergraben haben. In der Regel machen wir uns klein und unselbstständig, wenn wir befürchten, dass unsere Unabhängigkeit eine Beziehung gefährden könnte. Manchmal müssen wir auf Anerkennung verzichten, weil sich eine familiäre Aufgabe in den Vordergrund geschoben hat. Zusätzlich mag Ihnen vom Arzt eine vegetative Dystonie bescheinigt werden. Jener medizinische Ausdruck ist ein Überbegriff für eine Reihe von Krankheitssymptomen: Herzklopfen, Herzbeklemmung, Unruhe oder Müdigkeit, Schwindelgefühl, Magendruck, Schlafstörungen und feuchtkalten Extremitäten gehören in dieses Krankheitsbild.

Aufgabe und Heilungsweg liegt bei dieser Aspektierung darin, auf sensible Weise darauf zu achten, ein Gleichgewicht zwischen Ihrer persönlichen Selbstverwirklichung und Ihren emotionalen Bedürfnissen herzustellen. Aus diesem Grunde wird es notwendig werden, dass Sie sich bewusst machen, wann Sie eine der beiden Anliegen in Ihnen vernachlässigen. Das wird vermutlich nicht ganz leicht sein, denn in Ihren Augen schließt Erfolg Gefühle aus und umgekehrt. Sie befürchten nämlich, dass jede Beziehung Ihre Selbstständigkeit unterbindet, andererseits spüren Sie Verlustängste in sich

hochkriechen, wenn Sie dreist beginnen, weitab von Ihrem Partner Ihren eigenen Weg zu gehen. Auf Ihrem persönlichen Heilungsweg sollten Sie täglich Ihrem eigenen Bedürfnis nach Ausgleich und Entspannung nachgeben, um sich dann anschließend wieder in die Pflicht zu nehmen. Gönnen Sie sich eine kleine Pause, in der Sie im Liegestuhl die Sonnenkraft genießen und alle Verantwortungen um sich herum einfach mal ablegen. Danach sollten Sie den Tag mit einer Aufgabe fortsetzen, die Ihnen auch Spaß macht. Auch wenn Sie jetzt die Achseln zucken, ist dies doch in den meisten Fällen möglich - denn es kommt nur auf die Einteilung der Pflichten an. Im Grunde genommen können Sie sich sehr gut auf Ihre Selbstheilungskräfte verlassen, denn mit dieser astrologischen Aspektierung wollen Sie unerträgliche Zustände nicht allzu lange aushalten. Eine Krankheit kann daher Ihren Willen stärken, Ihr Leben wieder in ein persönliches Gleichgewicht zu bringen.

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen stärken Ihren gesunden Egoismus. Die Bachblüte "Red Chestnut" kann helfen, wenn wir uns um jemanden zu viele Sorgen machen und unsere eigenen Nöte hierüber gänzlich missachten. "Red Chestnut" kann uns vor pessimistischer Erwartungshaltung schützen, die nicht selten Misserfolge heraufbeschwört. Die Bachblüte "Chicory" stärkt unsere Fähigkeit, uns liebevoll und absichtslos einem Menschen zuzuwenden. Liebe kann nicht erzwungen werden. Liebe begegnet uns meistens dort, wo wir Sie nicht erwarten, denn dann kann sie uns ohne Bedingungen geschenkt werden.

Heilungsweg: Die eigene Dynamik leben (Sonne Konjunktion Rad-Merkur)

Sie sind kontaktfreudig, humorvoll und lebhaft. Sie legen Wert darauf, sich unkompliziert und locker zu verhalten. Im Kern sind Sie ein rastloser Mensch, dem Geduld mit sich selbst schwer fällt. Das merken Sie vor allem daran, dass Sie die Langsamkeit anderer Mitmenschen kaum aushalten können.

Vermutlich haben Sie als Kind schon früh gelernt, Ihre Gefühlswallungen und kleineren Zornesausbrüche im Zaume zu halten. Sie erlernten eine rationale Art: Sie können zwar Ihre Nöte aussprechen, doch die dahintersteckende Vehemenz Ihrer Worte nicht mehr nachempfinden. Atmung und Gefühlsfluss stehen in einem engen Kontakt zueinander. Wahrscheinlich werden Sie in Zeiten, in denen Sie besonders bemüht sind, Ihre Emotionen zurückzuhalten, feststellen, dass Sie ganz flach in die Brust hineinatmen und tiefe Bauchatmung Ihnen eher schwer fällt. Selbstbeobachtung ist ein Weg, die Verspannungen und Knoten auch körperlich zu registrieren, um sie wieder zu lösen.

Versuchen Sie einfach, mehrmals am Tag bewusst und tief in den Bauch hineinzuatmen, so, dass sich Ihre Bauchdecke merklich hebt und senkt. Denken Sie sich dabei, dass Ihre Wirbelsäule eine hohle Röhre ist, durch die der Atem durch den Mund bis tief in den Bauch hineinströmen kann. Hierbei bemerken Sie vermutlich eine enge Stelle in Höhe des Kehlkopfes. Dieser so genannte Kloß im Hals soll verhindern, dass Gefühle unkontrolliert ans Tageslicht kommen. Sicherlich haben Sie schon beobachtet, dass Sie manchmal besonders hektisch und fahrig reagieren. Sie benehmen sich rastlos, wenn Sie psychisch angespannt sind. In diesen Fällen beruhigt eine tiefe Bauchatmung, weil Ihre vitalen Kräfte dadurch in der Körpermitte zentriert werden. Aus diesem Kraftzentrum können unsere Energien wieder gezielt eingesetzt werden. Sportarten, die eine tiefe Bauchatmung fördern, wie etwa Jogging oder Joga, sind hierbei sehr hilfreich.

Herzrhythmusstörungen, vor allem Extrasystolen, bei denen einem für Sekunden das Herz bis zum Halse klopft, mögen als Hinweis gelten, dass Sie sich von Ihrem ganz persönlichen Lebensrhythmus immer wieder abbringen lassen. Wahrscheinlich lassen Sie sich von beleseneren oder scheinbar erfahreneren Leuten zu Entscheidungen hinleiten, die jene für praktikabler oder vernünftiger halten. So handeln Sie des Öfteren gegen Ihr inneres Wissen, das Ihnen einen ganz speziellen Lebensweg vorzeichnen würde. Den allerdings werden Sie wohl kaum mit logischen Argumenten vertreten können. Ihre innere Unzufriedenheit wirft jedoch immer wieder Zweifel auf, ob der so vernunftorientierte Weg auch der Richtige ist. Sie fühlen sich irgendwie verunsichert oder desorientiert. Das kann durch Schwindelgefühle, die durch Kreislaufstörungen bedingt sind, veranschaulicht werden. Möglicherweise fangen Sie viele Dinge mit innerer Ziellosigkeit an und führen nur wenige zu Ende. Ihr Lebenskonzept führt Sie hingegen an viele Lebensschauplätze, die für Ihre persönliche Entfaltung wesentliche Erfahrungsbeiträge liefern und in einem höheren Zusammenhang stehen. Haben Sie deshalb Mut, der inneren Stimme zu folgen, die sich bei Ihnen durch Neugierde und Wissensdurst bemerkbar macht. So fühlen Sie sich inspiriert! Das ist Lebensfreude, die Sie gesund hält!

Vermutlich merken Sie oft gar nicht, wie oft Sie sich von äußeren Faktoren leiten lassen - von Faktoren, die Ihre innere Stimme schnell überstimmen. Wenn Sie immer bewusster Ihren Alltag reflektieren, wenn Sie regelmäßig Tagebuch führen, werden Sie Mechanismen aufdecken, die Unzufriedenheit, Nervosität und Konzentrationsschwäche verursachen. Indem Sie den Tag Revue passieren lassen, werden Sie auch herausfinden, welche übernommenen Grundsätze zwar Ihr Leben bestimmen, Ihre Lebensfreude jedoch stark dämpfen. Nur im Innehalten kommt eine Stille auf, die die Dinge in all dem Alltagsgeraune wieder klärt. Nehmen Sie sich mehrmals am Tage 10 Minuten vor, in

denen Sie sich sammeln. Entweder trinken Sie währenddessen eine Tasse Tee, ohne dabei zu lesen, zu telefonieren oder zu reden. Wenn es Ihnen dann auch noch gelingt, alle Muskeln zu entspannen und ein wenig Bauchatmung zu üben, werden Sie von einer inneren Klarheit erfüllt, die das beste Mittel gegen Stress ist. So finden Sie wieder zu Ihrer Dynamik - eine Dynamik, die Sie zwar aktiv, aber nicht hektisch sein lässt.

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen verhelfen Ihnen, stärker auf Ihre innere Stimme zu hören. Die Bachblüte "Cerato" unterstützt den Wunsch nach Individualität und verhindert, dass Sie sich sympathiebezogen nach anderen Meinungen richten. Die Bachblüte "Chestnut Bud" unterstützt unsere geistige Reifung, indem sie die Aufmerksamkeit - nicht nur für sachbezogenes Wissen - schärft. Sie hilft, unser Bewusstsein in der Weise zu erweitern, dass wir fähig werden, unsere Umwelt mehrschichtiger in uns aufzunehmen.

Heilungsweg: Die wahren Feindbilder erkennen (Sonne Quadrat Rad-Mars)

Sie fühlen sich herausgefordert, sich - vor allem Männern gegenüber - zu beweisen. Rivalitätskämpfe sind Ihr tägliches Brot - und machen ebenso ungemein Spaß. Sie haben sich vorgenommen, sich nichts mehr gefallen zu lassen. Genau aus dem Grunde fühlen Sie sich besonders verletzt, wenn Ihnen einer einmal zuvorgekommen ist und Ihnen eins ausgewischt hat. Humor könnte in so manchen Fällen Stress und Ärgernisse in einem anderen Licht erscheinen lassen. Sie sind aufgrund Ihrer Kämpfernatur auf Angriff eingestellt. Sie hoffen damit, so manchen Widersachern zuvorzukommen. Dadurch stehen Sie jedoch fortwährend unter Strom - was Sie wohl kaum zur Ruhe kommen lässt.

Vermutlich haben Sie Ihren Vater als aufbrausend und unerbittlich erlebt, vor allem dann, wenn er seinen eigenen Willen kundtat und für Ihre kindlichen Belange nur wenig Verständnis aufbrachte. Als junger Mensch haben Sie von ihm gelernt, dass man sich stets unerschrocken zeigen soll. Er hat Ihnen wohl vermittelt, dass Gefühle einen Menschen schwach und angreifbar machen. Deshalb haben Sie sich schon frühzeitig in den Kampf des Lebens gestürzt - und dabei vielleicht so manche Liebe oder Sympathie aufs Spiel gesetzt. Frühzeitige Glatzenbildung mag vor allem bei Männern ein Hinweis darauf sein, dass man sich mit "wichtigen" Aufgaben überlastet, um sich - im Endeffekt immer noch dem Vater gegenüber - als jemand zu beweisen, der es im Leben zu etwas gebracht hat. Sie befinden sich aber in einem Dauerstress, wenn Ihr Selbstvertrauen untergraben ist. Dann glauben Sie, das, was Ihnen zusteht, wohl nur mit einem selbst inszenierten Kahlschlag erreichen zu können. Psychische Anspannungen agieren Sie

möglicherweise auch in einer Art Arbeitssucht aus. Gallenblasenreizungen und Magenschleimhautentzündungen können ein Ausdruck dafür sein, dass Sie sich in einen Kompetenzkampf verwickelt haben, dem Sie sich psychisch allerdings nicht gewachsen fühlen. Unter Stress steigt Ihr Adrenalinspiegel - das kann Ihnen auch ruhelose Nächte bereiten. Regelmäßige sportliche Betätigung kann Ihnen zu einem zumindest momentanen Spannungsabbau beitragen. Ihnen tut es bestimmt gut, sich öfters mal auszupowern - dadurch senkt sich Ihr Adrenalinspiegel im Körper. Stress durch Autoritätskämpfe kann mittels Boxen auf einen Sandsack oder durch Aerobic-Dance abreagiert werden. Danach fühlt man sich sowohl ausgeglichen als auch körperlich gestärkt. Die Ursachen der übermäßigen Leistungsanspannung können damit allerdings nicht behoben werden!

Solange Sie sich noch nicht darüber im Klaren sind, welches Ihre Herzensziele im Leben sein sollen, geht es Ihnen vor allem um Selbstbestätigung. Für Anerkennung brechen Sie so manches übers Knie. Ihr Wille bedeutet Ihnen sehr viel. Nachgeben ist für Sie manchmal wie das Eingeständnis einer Niederlage. So gehen Sie lieber mit dem Kopf durch die Wand. In solchen Fällen werden Sie unsensibel gegenüber sich selbst und sind verletzungsgefährdet. So stoßen Sie sich leicht an vermeintlichen Hindernissen, die Sie in Ihrer Hast übersehen haben. In der Regel haben Sie aber das Glück, mit Hautschürfungen und harmloseren Schnittwunden davonzukommen. Akute fiebrige Erkrankungen könnten dann auftreten, wenn Ihre verborgene Angst zu versagen, aktiviert ist. Von ärztlicher Seite sollte die Möglichkeit, dass sich eine bakterielle Infektion auf den Herzmuskel übertragen könnte, gegebenenfalls geklärt werden.

Bluthochdruck könnte bei Ihnen ein Hinweis darauf sein, dass Sie sich zu wenig Erholung gönnen. Nur unter Druck können Sie Verantwortung abgeben. Sie wittern im Hintergrund nämlich allzu leicht Rivalen, die Ihnen Ihren Posten streitig machen wollen. Sie sind zwar ein Kämpfer, stempeln aber Ihre Mitstreiter allzu leichtfertig zu Konkurrenten ab. Je mehr Sie auf Ihre Fähigkeiten und auf Ihre persönliche Ausstrahlungskraft vertrauen, desto realistischer werden Sie Gefahren einschätzen. Dann mag vielleicht sogar so mancher angebliche Rivale zum Sparringspartner werden. Sie finden zu Ihrer Kraftquelle, wenn Sie sich für Dinge einsetzen, die Ihnen am Herzen liegen. Solange allerdings private Herzensangelegenheiten durch Ihr Streben nach Sieg und Erfolg zu kurz kommen, werden sich Partnerschaften verkomplizieren und Gefühle als Schwäche abgetan. Dann kann es um Sie herum kalt und ungemütlich werden. Herzschmerzen zeigen so eine Gefühlskälte auf körperlicher Ebene an: In Wirklichkeit tut es nämlich ganz schön weh,

wenn die Zahl der Freunde immer kleiner und Herzlichkeit immer seltener wird. Herzbeschwerden sollten Sie als einen inneren Aufschrei interpretieren, im Leben viel zu wenig Platz für Liebe haben.

Sie bleiben eine stabile Kämpfernaut, solange Sie sich für Ihre persönlichen Rechte fair einsetzen. Das verschafft Ihnen Befriedigung und innere Sicherheit. Hierbei suchen nicht Sie die Herausforderung, sondern Sie sind derjenige, der schnell und selbstsicher aus seiner Mitte heraus reagiert. So verfallen Sie nicht in einen Siegeswahn, der Unnachgiebigkeit und Trotz hervorrufen kann. Ihre Stärke liegt nämlich dort, wo es nichts zu beweisen gibt: in Ihrem Selbstbewusstsein.

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen können Sie zur Mitte Ihres Selbstbewusstseins führen. Die Bachblüte "Impatiens" hilft gegen Nervosität und Unruhe - Verhaltensweisen, die vor allem unter Erfolgsdruck entstehen. "Impatiens" unterstützt Ihr Bestreben, den eigenen Rhythmus zu finden - ein Schritt dazu kann sein, Wichtiges von Unwichtigem zu trennen. Die Bachblüte "Larch" stabilisiert Ihr Selbstvertrauen. Das kann Sie vor ständigem Erfolgszwang bewahren. "Larch" hilft Ihnen, den wahren Wert Ihrer Fähigkeiten zu erkennen. Dann werden Sie sich niemandem aus einer Trotzhaltung heraus beweisen müssen.

Heilungsweg: Im Leben eine Mission finden (Sonne Trigon Rad-Jupiter)

Sie sind dem Leben gegenüber optimistisch eingestellt, denn Sie glauben, dass sich das Gute stets durchsetzen wird. Als sozial eingestellter Mensch sind Sie ein Vertreter der Menschenrechte. Im Glauben, dass jeder Mensch ein Anrecht auf einen rechtmäßigen Platz in der Welt hat, an dem es ihm gut geht, setzen Sie sich für andere ein. Sie verhalten sich großzügig und möchten die Fülle des Lebens und die Hoffnung auf eine bessere Welt mit anderen teilen.

Manchmal werden Sie jedoch in Ihrem grenzenlosen Vertrauen auf das Glück überschwänglich. Dann leben Sie über Ihre Verhältnisse, weil Sie zu viel essen oder vielleicht auch zu viel Alkohol zu sich nehmen. Falls Sie hier das rechte Maß verloren haben, mag Ihnen Ihr Arzt aufgrund Ihrer überhöhten Leber- oder Blutfettwerte einen "schlechten Lebenswandel" bescheinigen. Die Leber hat u. a. die Aufgabe, die aufgenommenen Stoffe im Körper zu beurteilen - was hier im übertragenen Sinne gemeint ist: In der Leber werden nämlich Schadstoffe wasserlöslich gemacht, damit sie über die Niere ausgeschieden werden können. Wenn der Mensch die Beziehung zu dem verloren hat, was ihm gut tut, lebt er auf zu großem Fuße, was ihm auf die Dauer schadet. Eine

krankte Leber entsteht dann, wenn der Mensch zu viel von etwas in sich aufnimmt und sein Körper das in solchen Mengen eindeutig nicht verträgt. So einem Verhalten liegen meist Maßlosigkeit, überzogene Wünsche und weit hergeholte Ideale zu Grunde. Die Entgiftungsfunktion der Leber reicht dann nicht mehr aus, das Zuviel auszugleichen. Solchen Fehleinschätzungen und Übertreibungen folgt in der Regel eine tiefe Enttäuschung über das Leben. Daher sind Lebererkrankungen nicht selten ein körperlicher Ausdruck für Deprimiertheit und Desillusion - sie zeigen, dass Erwartungen und Realität nicht mehr zusammenpassen. Sie helfen sich selbst, wenn Sie entweder Ihre Ansprüche überdenken oder ausdrücklicher verfolgen.

Sie sind gutmütig und haben ein weites Herz. Das ist Ihr Potenzial und das sollten Sie auch für Menschen und Projekte, die Ihnen ans Herz gewachsen sind, einsetzen. Herzbeschwerden können ein Hinweis darauf sein, dass Sie Ihre Herzensdinge entweder noch nicht gefunden oder vielleicht auch wieder verloren haben. Bei diesem Aspekt kann der eigentliche Sinn Ihrer persönlichen Ziele nicht in einer egoistischen und narzisstischen Bereicherung liegen. Nur, wenn Sie erkennen, dass Ihr Herz nach höheren Werten, nach einem Ideal strebt, mit dem Sie Ihre Menschenliebe ausdrücken, können Sie das, was Ihnen am Herzen liegt, auch nicht mehr verlieren. Sie neigen in Ihrer Überschwänglichkeit dazu, viel Energie zu verschleudern, die an anderer Stelle nicht mehr zurückkommt. Herzensfreude ist der Lohn Ihres Energieeinsatzes und bestätigt Sie darin, sich auf den richtigen Weg zur Selbstverwirklichung aufgemacht zu haben. Wenn Sie sich in einer Lebensphase befinden, in der Ihre Kräfte blockiert sind und Sie sich wie gelähmt fühlen, können Stauungsbeschwerden oder Krampfadern jenen Zustand verkörpern. Erweiterte Venen führen dann das Blut nicht ausreichend zum Herzen zurück: Es wird gestaut und belastet Herz- und Kreislauf. Ihr Arzt wird Ihnen empfehlen, mit Bewegung Ihren Blutkreislauf in Schwung zu bringen. Psychisch erhalten Sie wieder Schwung, wenn Sie sich einer Herzensaufgabe widmen, von deren gutem Zweck Sie überzeugt sind.

Sie finden wieder zu Ihrer Kraft, wenn Sie nicht von Normen, sondern von Ihren Idealen zu Ihren Zielen getrieben werden. Wahre Selbsteinschätzung ist die Basis für Ihr Lebensglück. Dazu gehört, dass Sie all Ihre Schwächen und niederen Beweggründe zu Ihrem Menschsein addieren. Trotz Ihrer Vorbildfunktion sollten Sie sich immer wieder als Mensch zu erkennen geben, der wie alle anderen mit Problemen behaftet ist. Sie heilen sich selbst, wenn Sie bereit werden, anderen in ihrer Hilflosigkeit tätig zur Seite zu stehen. Das können Sie auch als ehrenamtlicher Helfer oder durch die Unterstützung einer Hilfsorganisation angehen.

Falls Sie phasenweise nicht mehr wissen, was Ihnen überhaupt sinnvoll erscheint, werden Bachblütenessenzen Sie in Ihrer Entwicklung unterstützen können. Über einige Wochen hinweg eingenommen kann beispielsweise die Schwingung der Blütenessenz "Wild Oat" dazu verhelfen, Sinn- und Lebenskrisen so zu nutzen, dass Sie Klarheit für Ihren Weg und Ihre Selbstverwirklichung bekommen. Die Blütenessenz "Walnut" bereitet uns innerlich auf ein neues Lebenskonzept vor. Das beinhaltet im Allgemeinen, dass wir uns von nicht mehr zu uns passenden Lebensgewohnheiten befreien. Ihre Selbstheilungskräfte fließen dann aus der Zuversicht, dass sich alles zum Besten entwickeln wird.

Heilungsweg: Selbstkontrolle aufgeben (Sonne Trigon Rad-Pluto)

Sie sind eine kraftvolle Persönlichkeit - eine Persönlichkeit, die ihre Lebenskräfte häufig im Verborgenen hält. In Ihrer Selbstentfaltung streben Sie danach, jemand zu sein. Dieser "Jemand" entspricht allerdings nicht unbedingt Ihren individuellen Fähigkeiten und Wesenszügen. Der Jemand, den Sie anstreben, soll womöglich auch heute noch dem Werturteil Ihres väterlichen Vorbildes standhalten - und vor allem Macht und Einfluss ausstrahlen. So kann es sein, dass Sie sich in ein Selbstbild verbeißen, das Ihre Lebensenergien nicht optimal zur Geltung kommen lässt. Ihr Lebens- und Heilungsweg ist daher ein Selbstfindungsprozess, bei dem Sie lernen müssen, Ihre tatsächlichen Potenziale auszuschöpfen.

Krankheit ist für Sie ein bedrohlicher Zustand von Schwäche - Schwäche, die Sie an sich selbst verachten. Deshalb können Sie die Ruhe und die Rekonvaleszenzmöglichkeiten, die Ihnen eine Krankheit auch bietet, wohl kaum genießen. Sie sind eher darauf bedacht, möglichst schnell und rigoros das Gift, das Sie zu schwächen droht, aus Ihrem Körper auszumerzen. So therapieren Sie sich mit starken Medikamenten oder quälen sich durch Rosskuren. Manche Menschen fühlen sich nach einer Operation auch seelisch geheilt, weil der lästige Krankheitsherd, den eine kranke Psyche verursacht haben mag, endlich herausgeschnitten wurde. Jedes noch nicht da gewesene Zipperlein wird zunächst einmal mit Argwohn betrachtet, denn Sie befürchten hinter neu auftauchenden Krankheitssymptomen stets auch eine unheilbare Krankheit. Die Ahnung, dass Leben und Tod sehr eng beieinander sind, ist gleichzeitig auch Ihre Furcht. Vor allem in Zeiten psychischer Veränderungen und innerer Umwälzungen werden Sie merklich häufiger von bösen Ahnungen geplagt, die sich allerdings nicht bewahrheiten müssen. Jeder psychische Krisenzustand ist bei Ihnen im Grunde genommen ein Aufschrei, endlich Ihre

eigene Lebensart leben zu wollen: Vermutlich haben Sie, um ein "Jemand" zu sein, andere persönliche Potenziale verkümmern lassen, die Ihnen Lebenslust und eine Leichtigkeit des Seins vermitteln könnten.

Wahrscheinlich haben Sie Ihren Vater als streng und prinzipientreu erlebt. Seine Vorstellungen waren wohl immer schon maßgeblicher als Ihre individuelle Entwicklungssituation. Dabei haben Sie ein Selbstbild in sich aufgenommen, in dem Sie sich als zügellos empfinden und sich zu beherrschen hoffen. So liegt es nahe, dass Sie aus Angst, aus dem Rahmen zu fallen, selbst Ihre impulsive und kraftvolle Wesensnatur verachten. Dann quälen Sie sich mit Selbstvorwürfen, die Sie im Extremfall in selbstzerstörerische Kräfte umwandeln könnten. Alkohol, beruhigende Medikamente oder Drogen könnten Ihnen eine Möglichkeit bieten, Ihre lebensspendenden Urkräfte in Bewusstlosigkeit zu ertränken. In solch einer psychisch labilen Verfassung können Sie leicht süchtig werden. Auch wenn Sie nur phasenweise in ein Nichts abtauchen, wäre es ratsam, dass Sie sich bei wirklichen Freunden oder entsprechenden Selbsthilfegruppen Vorschläge zur Lebensbewältigung einholen.

Ihre Vitalität erleben Sie in der Sexualität. Orgasmusschwierigkeiten, möglicherweise auch die Ihres Partners, Prostataerkrankungen und ebenso immer wieder auftauchende Erkrankungen im Genitalbereich sind dann Widerspiegelungen von blockierten Lebensenergien. Medikamentöse Behandlungen, eventuell auch operative Eingriffe sind hierbei stets als Symptombehandlung zu betrachten, nicht aber als Heilungsvorgang an sich. Solche körperlichen Krankheitsbilder können bei der seelischen Heilung hilfreich sein, wenn sie auf Ihren psychologischen Hintergrund hin analysiert werden. Hierbei kann eine Psychotherapie behilflich sein, die allerdings körpertherapeutische Elemente, wie z.B. Bindegewebstiefenmassage, integrieren sollte.

Cholerische Ausbrüche sind ebenfalls ein Hinweis darauf, dass Lebensenergien viel zu lange zurückgehalten wurden - Lebensenergien, die dann vulkanartig ausbrechen und vernichtende Wirkungen haben können. So ein Energiestau kann im Körper mit Atemübungen - z.B. die bei Ihrem Sonnenzeichen beschriebenen - wieder in Fluss gebracht werden. Wenn Sie sich intensiver mit der Kraft Ihres Atems befassen wollen, sollten Sie sich an einen erfahrenen Therapeuten wenden. Der kann Sie beim Durchleben Ihrer Leiden aus der Vergangenheit, die die Energieblockade verursacht haben, begleiten. Geeignet sind hierbei die Methoden des Rebirthings und auch die der Selbsthypnose. Probieren Sie aber bitte keine der in Büchern nachzulesenden Atemtechniken ohne Anleitung und fachmännische Begleitung aus!

Ihr Unterbewusstes reguliert Ihre vitalen Kräfte und auch Ihre persönliche Entfaltung. Deshalb sollten Sie mit Ihrem Unterbewusstsein in Kontakt kommen und es positiv auf Ihre vitalen Kräfte einstimmen. Das kann mit einer Affirmation geschehen, die in etwa so lauten mag: "Ich öffne mich und vertraue den richtigen Menschen." Einen ähnlich lautenden Satz können Sie auf einen Zettel schreiben und an Gegenständen fixieren, die Sie oft am Tage ins Auge fassen: etwa in Ihrem Geldbeutel oder auch in Ihrem Terminkalender. Im Laufe der Zeit werden Sie feststellen, dass Ihre Affirmation Wirkung zeigt. Bachblütenessenzen unterstützen persönliche Entwicklungsprozesse und stimmen Sie auf zu bearbeitende Lebensthemen ein. Die Blütenessenz "Holly" kann bei Eifersucht und Misstrauen eingesetzt werden. Wenn Sie ein intensives Bedürfnis nach Liebe und Freude haben, doch Ihre Erwartungen nicht erfüllt werden, kann Ihnen die Blütenessenz "Willow" dazu verhelfen, Niederlagen als eine Regulation des Schicksals zu betrachten, ohne verbittert und voller Groll darauf zu reagieren.

Ihre psychische Kraft

Die Stellung des Mondes im Horoskop zeigt unser Fühlen und unsere emotionalen Bedürfnisse an. Wenn unsere Bedürfnisse gestillt werden, fühlen wir uns emotional gesättigt und entspannt. In den Momenten, in denen wir es uns gut gehen lassen, fühlen wir uns angenommen und geliebt - wir fühlen uns gesund. Unsere Stimmungen und Launen geben Aufschluss darüber, wie zufrieden bzw. wie angespannt wir im Augenblick sind. Wirklich entspannen können wir uns nur, wenn wir uns auch Zeit nehmen zu genießen. Der Mond gibt uns Aufschluss darüber, was wir tun können, um uns zufriedener zu fühlen - das schafft die Basis, auf der wir unsere Gesundheit erhalten können.

In unserem Horoskop beschreibt der Mond unser Urvertrauen und - darauf gründend - unsere Fähigkeit, uns der Liebe eines Menschen hinzugeben. Die Mondstellung gibt auch Auskunft über unsere Selbstliebe, ohne die wir kaum fähig sind, andere Menschen zu lieben. Mangelnde Selbstliebe zeigt sich nicht selten auch körperlich: z.B., wenn wir uns strengen Diätplänen oder Abmagerungskuren unterwerfen, aber auch in übersteigerter Esslust. Manchmal reagieren wir sehr trotzig, wenn unsere Sehnsüchte und Bedürfnisse nicht erfüllt werden. Dann verkneifen wir uns gerade das, was wir uns wünschen, weil es in uns die Gier nach mehr auslösen könnte: unsere Lust auf Süßigkeiten, auf Sex und Zärtlichkeit. Weil wir in so einem Gemütszustand keinesfalls bedürftig sein wollen, schneiden wir uns lieber von unseren Sehnsüchten ab und verzichten. Doch gerade dieser Verzicht ist eigentlich ein Ausdruck unseres Bedürfnisses nach seelischer Nahrung.

Der Mond steht für diejenigen Vorgänge in uns, durch die wir Energie von außen aufnehmen - unsere Sonne hingegen steht für Prozesse, durch die wir Energie freisetzen. Die Aufnahme von Energie entspricht auf körperlicher Ebene der Nahrungsaufnahme. Daher wird in der Astrologie dem Mond der Magen zugeordnet. Wie eng die biologischen Vorgänge mit den psychischen verwoben sind, erfahren wir beispielsweise dann, wenn wir unsere Gefühlsantennen nur auf das Aufnehmen und zu wenig auf das Abgeben richten. In solchen Fällen schlucken wir nur allzu bereitwillig unsere Enttäuschung und unseren Ärger hinunter. Das Äußere scheint wichtiger zu sein als unser Inneres. Hierdurch kommt es zu einem Gefühlsstau, der das parasympathische Nervensystem anregt. Dieses aktiviert die Produktion der Verdauungssäfte, und unsere nicht ausgedrückten Gefühle manifestieren sich vielleicht in Form eines übersäuerten Magens. Daraus kann sich auf Dauer eine Magenschleimhautentzündung entwickeln, die bei chronischem Verlauf schwerere Magenleiden nach sich ziehen kann.

Besonders Frauen spüren die Einflüsse des Mondes, denn der weibliche Zyklus war ursprünglich den Mondphasen im 28-Tage-Rhythmus angeglichen. Der Mond beeinflusst unter anderem auch den Rhythmus der Gezeiten. Da der Flüssigkeitshaushalt im Körper mit den Mondenergien in Verbindung steht, wird dem astrologischen Mond ebenso die Schleimproduktion im Körper zugeordnet. Psychologisch gesehen stehen Schleimhautirritationen, Über- bzw. Unterproduktion schleimproduzierender Drüsen und auch chronische Nasennebenhöhlenentzündungen in engem Zusammenhang mit unseren Bedürfnissen und emotionalen Wünschen.

Wir können das Fließen unserer Gefühle - also unsere Mondenergie - durch die Schwingungen lichtreflektierender Edelsteine verstärken, beispielsweise mithilfe des Mondsteins. Auch Silberschmuck unterstützt die Mondkräfte in uns, denn als Metall ist dem Mond das Silber zugeteilt. Die Farbe weiß gehört zum ätherischen Körper, dem Lichtkörper, des Menschen und unterstützt das Fließen unserer sensiblen Kräfte. Weiß ist eine Mondfarbe. Weiße Kleidung regt auch in unseren Mitmenschen die Mondgefühle an; nicht umsonst kleidet sich die Braut traditionell in Weiß - ein Zeichen ihrer reinen Liebe zu ihrem Bräutigam.

Gefühle, die uns mit Erfahrungen aus unserer Kindheit in Berührung bringen, nehmen wir oft körperlich im Unterbauch wahr. Manchmal überströmt uns von dort kommend eine wohlige Welle der Lebenslust. Vor allem dann, wenn unsere Bedürfnisse oft frustriert worden sind, schalten wir die Empfindungen in unserem Bauch möglicherweise vorübergehend ab und blockieren unsere Gefühle. Dadurch verringert sich jedoch auch unsere Lebensfreude, und wir fühlen uns in der Welt nicht mehr ausreichend wohl und beschützt. Hier können uns Aura-Soma-Öle helfen. Sie haben eine schützend-heilende Wirkung auf die Energiezentren des Menschen. Besonders das orangefarbene Aura-Soma-Schock-Öl bildet einen Schwingungsschutz um unsere Gefühlserinnerungen, wenn es - nach Vorschrift - auf Bauch und linker Körperhälfte aufgetragen wird. Genaue Anwendung und Wirkungsweisen finden Sie im Buch "Aura-Soma" von Irene Dalichow und Mike Booth. Die Aura-Soma-Öle sind im Esoterikhandel erhältlich.

Der Mond im Horoskop spiegelt unsere Empfindsamkeit wider und zeigt, wo wir sehr beeinflussbar und verletzlich sind. Wenn wir uns durch die Emotionen unserer Mitmenschen in unserem Wohlbefinden beeinträchtigt fühlen, können wir uns jedoch durch die Kraft unserer imaginären Vorstellung schützen. Hierzu eine kleine Übung, die in jeder Lebenslage anwendbar ist: stellen Sie sich vor, dass Sie rund um Ihren Körper herum von einem Ei aus weißem Licht umgeben sind. Dieses Licht lässt nur die Einflüsse hindurch, die Sie zulassen wollen. Die Dichte des gedachten Lichtes ist flexibel; sie kann zart-durchlässig sein und sich im Bedarfsfall - wenn Sie sich gegen negative Einflüsse abschirmen wollen - zur undurchlässigen Glasscheibe verdichten.

Mondmusik ist Gefühlsmusik. Es sind weiche und schwingende Töne, wie beispielsweise die der Geige. Wassermusik, auch das Plätschern eines Baches oder eines Wasserfalles im Hintergrund stimmt uns auf unser Gemüt ein.

Erholung finden Sie auf Entdeckungsreisen (Mond in den Zwillingen)

Sie sind ein lebhaft-lustiges Wesen, das die humorvolle Seite des Lebens genießen möchte. Sie spüren, dass man jeder Sache eine positive und eine negative Seite abgewinnen kann. In die gefühlsstarken Stimmungen Ihrer Mitmenschen lassen Sie sich nur ungern hineinziehen. Sie versuchen, ergreifende Ereignisse, die Sie gefühlsmäßig überschwemmen könnten, durch Vernunft in den Griff zu bekommen. Enttäuschungen versuchen Sie teils mithilfe von Logik und teils mit Ihrem Sarkasmus zu verarbeiten.

Wenn Sie sich durch die Emotionen Ihrer Mitmenschen stark beeinträchtigt fühlen, ringen Sie innerlich nach Luft. Erkrankungen der Lunge oder Atembeschwerden durch Asthma zeigen Ihnen, wie sehr Sie das Gefühl schwindender Liebe und fehlender Zuversicht tief in Ihrem Inneren beengt. Erkrankungen der Atemorgane sind stets ein Ausdruck einer inneren Angst, dass die äußere Ordnung und das bisherige Bild Ihrer persönlichen Welt nicht mehr stimmen könnten. Nichts bringt Sie mehr aus der Fassung als Ungewissheiten und das Gefühl, dass Sie der Zukunft blind vertrauen müssen. Wenn Sie emotional bedrückt sind oder Ängste in Ihnen aufsteigen, werden Sie in der Regel nervös, unruhig und unkonzentriert. Voller Hektik versuchen Sie, sich durch verschiedene Beschäftigungen abzulenken. In diesen Zeiten neigen Sie möglicherweise zu Unfällen im Arm- und Schulterbereich. Wie ein Schmetterling flattern Sie von einer Sache zur nächsten und werden doch nur von der Angst vorm Alleinsein oder der Langeweile getrieben.

Die lieb gemeinten Ratschläge mancher Mitmenschen, sich doch einfach mal zurückzuziehen und in aller Ruhe auszuspannen, fruchten bei Ihnen wohl kaum. Stille und Alleinsein beunruhigen Sie eher noch mehr. Ihre Lebenslust erwacht, wenn Sie Ihrer natürlichen Neugierde und Ihrem angeborenen Spieltrieb wieder mehr Raum geben. Sie sollten das, was Sie gerade fasziniert, auch wirklich ausprobieren Die Welt ist voller Wunder, die es noch zu entdecken gilt. Sollte Langeweile in Ihrer Liebesbeziehung aufkommen, können Sie dem Ihre Experimentierfreude entgegensetzen. Vom Alltagsstress erholen Sie sich am besten mit einem Tapetenwechsel, sodass ein Wochenendblitzausflug Ihre Lebensgeister wieder in Schwung bringt. Unterbrechen Sie Ihren Routinealltag mit einem Kinobesuch oder lassen Sie sich inspirieren, indem Sie alte Kontakte wieder aufnehmen. Ihre Selbstheilungskräfte werden aktiviert, wenn Sie sich um Ihr Wohlbefinden - der Basis jeglicher Gesundheit - kümmern. Vielleicht stehen Sie Ihren Gefühlen zeitweise ratlos gegen und wissen nicht, was Sie eigentlich wirklich wollen. In diesen Zeiten können Sie mit Ihrem Unterbewussten spielerisch in Kontakt treten, indem Sie beispielsweise Ihre Träume noch im Bett stichwortartig aufschreiben. Oder versuchen Sie, Ihr Unterbewusstes auf einem Blatt Papier zu interviewen, so, als sei es eine prominente Persönlichkeit. Es wird Ihnen in verblüffender Weise antworten. Dabei können Sie sich wie ein Reporter langsam, aber immer tiefer in Ihr eigenes Inneres hineintasten.

Durch eine ganz einfache Körperübung können Sie mit der Energie Ihres Zwillingmondes in Berührung kommen: stellen Sie Ihre Füße in schulterbreitem Abstand nebeneinander und stehen Sie mit leicht gebeugten Knien so da, dass Ihr Becken locker schwingend zwischen den Hüftgelenken aufgehängt ist. Schließen Sie nun Ihre Augen und beginnen Sie, kreisende, schwingende Hüftbewegungen zu machen, wobei Sie mit langsamen Bewegungen beginnen sollten. Versuchen Sie einen vollständig runden Kreis zu formen, wobei Ihr Oberkörper gerade, jedoch nicht steif bleiben sollte. Stellen Sie sich, während Sie Ihre Hüfte so hin- und herschwingen, vor, dass Ihr Bauch unterhalb des Nabels mit einer gelben Flüssigkeit gefüllt ist. Diese gelbe Flüssigkeit bewegt sich durch Ihre Kreisbewegungen in Ihrem Becken wie Wasser in einem kugelförmigen Gefäß. Versuchen Sie dabei, Ihren Afterschließmuskel entspannt zu lassen. Nach etwa 2 bis 3 Minuten ruhen Sie sich am besten noch ein wenig im Liegen aus. Während dieser Übung können die Gefühle und Bedürfnisse, die Sie in Ihrem Bauch die ganze Zeit mit sich herumtragen, spürbar werden. Denken Sie dabei daran, dass alles, was Sie in diesem Moment erleben und fühlen, in Ordnung und ein Teil Ihres emotionalen Wesens ist.

Dem Zwillingssymbol wird in der Astrologie als Farbe das Zitronengelb zugeordnet. Gelbe Tücher, die Sie auf Sessel und Tisch geschmackvoll ausbreiten können, werden daher Ihre lustig-lebhaften Mondenergien in Bewegung bringen.

Duftöle schaffen eine angenehme Atmosphäre im Raum, wenn sie in Duftlampen verdampft werden. Allerdings sollte man sich nicht ständig in duftenden Räumen aufhalten, weil sonst vereinzelt auch Unverträglichkeiten auftauchen können. Duftöle eignen sich hervorragend als Stimmungsmacher und sollten nur als solche eingesetzt werden. Dem Zeichen Zwillinge können die Zitrusöle als Duftessenz zugeschrieben werden. Zitrusöl vermittelt ein angenehm erfrischendes Gefühl und regt die Konzentrationsfähigkeit an, indem es die Gedanken klärt.

Gesund durch Konzentrierung der Kräfte (Mond im 10. Haus)

Sie fühlen sich besonders wohl, wenn Sie einen Weg gefunden haben, Beruf und Privatleben miteinander verbinden zu können. Prinzipiell zieht es Sie schon in die Öffentlichkeit und Sie möchten auch das Gefühl haben, der Gesellschaft in irgendeiner Form dienlich zu sein - andererseits brauchen Sie als Rückzugsmöglichkeit ein Zuhause, wo Sie all Ihren Schutz wieder finden können, den Sie in der Öffentlichkeit zwischenzeitlich aufgegeben haben. Optimale Arbeitsbedingungen finden Sie vor, wenn Sie mit vertrauten Menschen wie in einer Familie zusammenarbeiten können. Wenn das aber nicht der Fall ist, müssen Sie den ganzen Arbeitstag lang Ihr Herz und Ihre Gefühle unter Verschluss halten.

Wenn Sie so gar keine private Ausgleichsmöglichkeit haben, mit der Sie Wärme und Geborgenheit wieder aufladen können, zieht sich in Ihnen alles Fließende - d.h. auch Ihre Gefühlsregungen - immer mehr zusammen. Womöglich trinken Sie auch noch zu wenig - und Ihre Schleimhäute trocknen schnell aus oder Ihre Haut wird spröde und schuppig. Gefühle, die Sie aufgrund Ihrer öffentlichen Rolle nicht zulassen dürfen, bleiben trotzdem in Ihrer Psyche gespeichert. Auf körperlicher Ebene zeigt sich das in Flüssigkeitsansammlungen. Ungeweinte und ungelachte Tränen, die sich sinnbildlich in Ödemen angesammelt haben, müssen letztendlich mithilfe von Entwässerungsmedikamenten herausgespült werden.

Sie brauchen jemanden, dem Sie sich anvertrauen können, denn sonst fressen Sie Ärger und Trauriges in sich hinein. Die Sorgen und Nöte liegen Ihnen somit wie ein Stein auf dem Magen. Genau das zeigen Magenbeschwerden Ihnen dann auch an. In emotionalen Trockenzeiten, in denen Sie tapfer mit allem fertig werden wollen, werden Sie möglicherweise eine Unterfunktion Ihrer Magentätigkeit feststellen: Die Speisen liegen lange im Magen und durch den Gärungsprozess müssen Sie oft aufstoßen oder Sie sind von einem Völlegefühl geplagt. Infolgedessen macht Ihnen das Essen keinen Spaß mehr. Vielleicht vergessen Sie sogar, regelmäßige Mahlzeiten einzunehmen. Dann können Sie sich nichts mehr so richtig mit Genuss einverleiben und Sie darben mit sich - und auch mit Ihren Gefühlen -, die Sie keinem wirklich zeigen können.

Vermutlich essen Sie selten zu Hause, sondern in öffentlichen Speiselokalen. Vielleicht sind Sie sogar in einem Nahrungsmittelgewerbe tätig. Essen hat bei Ihnen eher etwas mit Notwendigkeit und mit Sattwerden zu tun, als dass Sie es zu einem persönlichen Genuss erheben könnten. Vielleicht gehen Sie in noblen Speiserestaurants ein und aus, aber nur, weil Sie dort Ihre Geschäftsessen abhalten. Vielleicht geben Sie sich auch besonders figurbetont und eher spartanisch, wenn es zu Ihrem Image passt. Ihr leibliches Wohl hängt daher weniger von Ihren Bedürfnissen als von äußerlichen Gegebenheiten ab. Aber auch wenn Sie mit Vernunft und Verstand nach nutzbringenden Gesichtspunkten essen wollen, sollten Sie das Genießen nicht außer Acht lassen. Selbstvergessen schlemmen? - das können Sie vermutlich nur in Ihrer privaten Umgebung. So wird Ihnen eher Ihre/Ihr Partnerin/Partner Gemütlichkeit verordnen, als dass Sie auch selbst daran dächten. Geregelte Essenszeiten verschaffen Ihnen tagsüber notwendige Erholungsphasen. Wenn Sie doch einmal ein paar Pfunde abnehmen wollen, werden Sie mit Abmagerungskuren, die Sie anhand eines strengen Diätplanes durchziehen, die besten Erfolge erzielen.

Wenn Sie es sich ermöglichen können, Ihre beruflichen Ziele so zu verändern, dass auch Ihre emotionalen Bedürfnisse einen Platz haben, finden Sie nicht nur Heilung, sondern bilden auch eine Basis für Ihre Gesundheit. Natürlich werden Sie zugeben müssen, dass Erfolge und das beifällige Ankommen bei einer breiten Masse auch lustvoll sind. Beifall und das Gefühl, dass einem die Herzen anderer Menschen zufliegen, zapft einen Lebensquell an, der allerdings nur so lange ergiebig fließt, bis Sie sich tiefere Bindungen und verlässliche Zuwendung wünschen. Sie brauchen sicherlich beides, um wirklich glücklich zu sein. Doch sobald auf einer Seite Zwang durch Pflichten und Unlust oder gar Überforderung auftaucht, sollten Sie sich auf der Pflichtseite Entlastungslösungen schaffen.

Ihr Inneres strebt hinaus in die Welt. Vielleicht können Sie in der Außenwelt eine Schale aufknacken, die Sie um Ihr Gefühlsleben herumgebaut haben, wenn Sie sich nach Gruppen orientieren, in denen Lebendigkeit zum Thema wird. In einem Gesangsverein können Sie sich z.B. die Seele aus dem Leib singen. Natürlich kommen auch bei veranstalteten Kreistänzen Heiterkeit und Gemeinschaftsgefühl auf. Möglicherweise wünschen Sie sich im Geheimsten, einmal auf der Bühne zu stehen. Schon in einer Laienspielgruppe erhalten Sie eine gebührende Rolle, die Sie mit Ihrem Einfühlungsvermögen beseelen. Wichtig ist bei solchen Unternehmungen allerdings, dass Sie sie im Rahmen von Freizeit und Erholung betrachten, damit kein eventuell aufkommender Perfektionismus die daran entstehende Freude wieder verdirbt.

Bedürfnis und Fakten (Mond Opposition Rad-Merkur)

Das, was Sie fühlen können Sie kaum in Worte fassen, und das, was Sie an Empfindungen in Worte kleiden, entspricht nicht Ihrem Gefühl. Dann wiederum sprudeln aus Ihnen Sätze heraus, die Sie eigentlich nicht so sagen wollten - vor allem dann nicht, wenn Sie sich emotional über eine Sache ausgelassen haben. Sie sind dazu erzogen worden, Ihre Gefühlswallungen unter Kontrolle zu halten. Aufmerksamkeit und Zuwendung holen Sie sich über körperliche Symptome. Ihre bisher durchlebten Krankheiten bleiben Ihnen in reger Erinnerung - vor allem das, was der Arzt gesagt hat oder wie Sie sich damals behandelt gefühlt haben. Jeder körperliche Schmerz ist für Sie gleichzeitig auch ein psychischer. Deshalb fühlen Sie sich besonders verletzt, wenn jemand Ihre Symptombeschreibungen nicht ernst nimmt. Die Heilung eines körperlichen Schmerzes begleitet bei Ihnen zeitweilig die Heilung eines psychischen Leidens. Deshalb brauchen Sie manchmal mehr Aufmerksamkeit für Ihre Krankheit als ein anderer mit denselben Symptomen. Vor allem scheint es Ihnen besonders gut zu tun, wenn Sie jemandem Ihren Genesungsprozess kommentieren können. Sie gehen vermutlich lieber mit Beschwerden in die Arbeit, als dass sie sich mutterseelenallein zu Hause ins Bett legen. Sie brauchen nämlich Anteilnahme und interessierte Blicke für Ihre Beschwerden. Das ist ausschlaggebend dafür, wieder schnell gesund werden zu können.

Manchmal fühlen Sie sich hektisch, aufgeladen und unkonzentriert. Sie sind in solchen Gemütsverfassungen ständig in Bewegung, kommen aber zu keinem klaren Gedanken. Ihre motorische Unruhe mag zeitweilig in nervöse Ungeduld ausarten - vor allem dann, wenn Sie gefühlsmäßig sehr angespannt sind. Vermutlich stellen Sie fest, dass Ihre geistige Konzentrationsfähigkeit sowohl von biorhythmischen Tagesschwankungen als

auch von Begebenheiten abhängt, die Sie in Ihrem Inneren beschäftigen. Ihre Zerstreutheit ist jedoch nicht das Ergebnis eines schon eingetretenen Alterungsprozesses. Vielmehr sollten Sie Ihre geistige Verschwommenheit so interpretieren, dass Ihr Unterbewusstes Ihnen mitteilen möchte, dass es derzeit mit ganz anderen Themen befasst ist. Diese würden Ihnen allerdings Unbehagen bereiten, wenn sie an die Oberfläche kämen. Ungereimtheiten in Ihrer Partnerschaft beunruhigen Sie vermutlich mehr, als Sie vor sich selbst zugeben wollen. In Krisenzeiten können Sie durch die Fülle aufkommender Gedanken nicht einschlafen oder ein starker Reizhusten lenkt Sie immer wieder von Ihrem Gefühlten ab. Möglicherweise stellen Sie ein nervöses Schlucken fest, mit dem Sie Ihr Gefühl wieder hinunterschlucken. Vielleicht spüren Sie des Öfteren einen Kloß im Hals, müssen sich viel räuspern oder sind im Rachenraum sehr verschleimt. Das alles sind instinktive, unbewusste Methoden, mit denen Sie sich daran hindern, in Ihren Empfindungen gefangen zu sein.

Sie kommen mit Ihrem Innenleben in Kontakt, wenn Sie Ihren Gedanken einmal vorbehaltlos zuhören. In Ihren Gedanken stecken all Ihre Gefühle mit drinnen. Mit intuitivem Schreiben kann sich Ihre Psyche in klaren Worten verständlich machen. Schreiben Sie doch einmal einen Brief an sich selbst! Befragen Sie sich darin, was im Moment Ihre Konzentrationsstörungen oder auch eine Erkrankung ausmacht. Beschreiben Sie darin Ihre Symptome und auch wie sehr Sie sich zeitweise durch sie gestört fühlen. Anschließend oder auch eine Zeit später können Sie sich selbst einen Antwortbrief schreiben, indem Sie sich als Ihr Unterbewusstes melden und dem Besitzer Ihrer Psyche sagen, was Sie alles nicht veräußern dürfen. Möglicherweise macht es Ihnen mehr Spaß, eine Geschichte zu erfinden, deren Verlauf allerdings auch Aufschluss darüber geben kann, was Sie sich aus Vernunftgründen nicht erlauben. Ebenso werden Ihnen Ihre Träume vermitteln, wovor Sie sich fürchten oder was Sie sich wünschen. Träume sollten allerdings gleich nach dem Aufwachen sogar noch im Bett aufgeschrieben werden, weil sonst unser Verstand den Schleier des Vergessens über unsere Psyche legt. Als analytisches Interpretationstalent finden Sie mit jenen Methoden bestimmt bald heraus, was für Sie im Augenblick wichtiger wäre als jegliche Vernunft. Nun ist es Ihre Entscheidungsfreiheit, ob Sie Ihrem innersten Wunsch nachgeben möchten

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen können Sie dabei unterstützen, auf Ihre innere Stimme wieder mehr zu hören. Die Bachblüte "Cerato" führt den Menschen an sein inneres Wissen heran - ein Wissen, mit dem er genau weiß, was im Moment für ihn die richtige Entscheidung ist. Er wird sich nicht automatisch nach der Meinung anderer richten, sondern klar vor Augen sehen, welches Thema für ihn im Moment wichtig und

aktuell ist. Die Bachblüte "Beech" hilft, dass die geistige Toleranz die gefühlsmäßige nicht übergeht. "Beech" bestärkt den Menschen darin, auch einmal eine oppositionelle Haltung einzunehmen, wenn es darum geht, persönliche Grenzen zu formulieren.

Bedürfnis und Trieb (Mond Quadrat Rad-Mars)

Sie reagieren impulsiv, spontan und zeitweilig etwas ungeduldig. Sie spüren aber, was Sie im Moment brauchen, um sich wohl zu fühlen, und haben den Mut, sich Ihre Rechte zu erkämpfen. Ihre Ungeduld richten Sie manchmal auch gegen sich selbst. Das geschieht vor allem dann, wenn Sie den rechten Zeitpunkt nicht abwarten können oder insgeheim befürchten, vergessen zu werden. Ihre Bitten klingen wohl mehr wie eine Rüge. Das irritiert Ihre Mitmenschen und ruft teilweise auch Widerstand in ihnen hervor. Der Teufelskreis ist aber hiermit schon geschlossen, denn auf die erste Abwehrreaktion Ihrer Mitmenschen reagieren Sie herrisch und bevormundend. So sind Sie besonders gereizt, wenn Sie eigentlich liebebedürftig wären.

Gallenleiden und Magenschleimhautentzündungen haben bei Ihnen etwas mit dem Wunsch nach Angenommensein und Geborgenheit zu tun. In solchen Krankheitsphasen fühlen Sie sich oft ausgenutzt und zu wenig beachtet. Sie nehmen dann viel Anstrengung auf sich, um Ablehnung zu vermeiden, denn die würde Sie wie eine Niederlage niederschmettern. Häufige Kreislaufbeschwerden und Kopfschmerzen sollten Ihnen als Hinweis gelten, dass Sie momentan zu verbissen auf einem Gebiet kämpfen. Damit bringen Sie sich um die stets notwendige Erholung und um den Ausgleich im Kontakt mit lieben Menschen.

Sollten Sie sich von Ihren Eltern in Ihrem freien Willen stark eingeschränkt gefühlt haben, mag sich Ihr fast aussichtsloser Protest gegen jene in eigenwilligem Essverhalten gezeigt haben. Hieraus könnten Sie Essstörungen entwickelt haben. Essstörungen im Bereich der Magersucht - wenn also Essen verweigert wird - haben autoaggressiven Charakter. Hier wird die Wut, die man gegen die Repressoren hegt, aus Angst vor Liebesentzug gegen sich selbst gerichtet. Junge Menschen können sich gegen die fehlende Liebe und Aufmerksamkeit Ihrer Eltern zumeist nicht bewusst auflehnen. So gesehen ist das willentliche Erbrechen der manchmal sogar heimlich verschlungenen Speisen ein Protest gegen orale Ersatzbefriedigungen. Diese Essstörung wird Bulimarexie oder Fresssucht genannt.

Wenn Sie sich emotional vernachlässigt fühlen, werden Sie fahrig, nervös und unachtsam. Sie stoßen sich oft und verletzen sich dabei auffallend oft. Vor allem ist dann Ihr Kopf besonders oft Verletzungen ausgesetzt. Wenn Sie sich ständig Beulen zuziehen oder auch des Öfteren Augenverletzungen oder Bindehautentzündungen haben, sollten Sie sich einmal ernsthaft die Frage stellen: "Worum ringe ich in Wahrheit?" Zu einer Antwort gelangen Sie, wenn Sie sich mit Ihrem Unterbewusstsein und mit Ihren Gefühlen beschäftigen. Das können Sie auch in solchen Momenten tun, in denen Sie den Tiger in sich spüren, der seine Pranken wetzt. Greifen Sie dann mal zu Kreiden oder Wachsmalstiften und einem großen Blatt Papier. Malen Sie mitsamt Ihrer inneren Angespanntheit und Wut das Bild Ihrer Ungeduld. Sie brauchen hierbei weder schön malen noch etwas darstellen! Sie können einfach mit Farbe drauflos wüten! Malen Sie ruhig so lange, bis Sie den Eindruck haben, dass für den Moment alles aus Ihnen herausgeflossen ist. Danach betrachten Sie sich Ihr Bild in Ruhe. Vermutlich machen sich nun ganz andere Gefühle in Ihnen bemerkbar - die Ihnen aber klarmachen, was wirklich an Bedürfnissen in Ihnen steckt.

Sie fühlen sich bestimmt viel ausgeglichener, wenn Sie sich regelmäßig körperlich austoben. Die negativen Energien, die Sie nur allzu leicht in sich festhalten - und die dann zu Erkrankungen führen könnten - sollten Sie regelmäßig aus sich herausschütteln. Ideal ist ein Besuch in der Disko, bei dem Sie sich alles aus dem Leibe tanzen. Regelmäßiger Sport, bei dem Sie sich viel und rhythmisch bewegen, ist Ihnen zu empfehlen: etwa Joggen, Aerobic, Boxen und auch Selbstverteidigungssportarten. Wenn Sie keinen Fitnesssport mehr machen können, dann gehen Sie mit schnellen Schritten jeden Tag spazieren. Sie brauchen Bewegung! Im Anschluss daran wird es aber notwendig sein, Ihren Gefühlen ein wenig nachzuspüren.

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen können Ihnen bei Ihrer Ungeduld ausgleichend zur Seite stehen. Die Bachblüte "Impatiens" hilft Ihnen, den eigenen Rhythmus zu bewahren - vor allem dann, wenn Sie sich getrieben und nervös fühlen. "Impatiens" fördert Besonnenheit, besonders, wenn Sie aufgrund eines bevorstehenden Ereignisses überreizt und hektisch sind - was vielleicht auch von einem nervösen Juckreiz begleitet wird. "Impatiens" in Kombination mit der Bachblüte "Larch" stärkt das Selbstvertrauen und hilft gegen die innere Befürchtung, nicht am rechten Platz und mit den falschen Menschen zusammen zu sein. Nur so kann die innere Einstellung zurechtgerückt werden, bei der man davon überzeugt ist, dass die anderen neidisch sind oder einem nichts gönnen wollen.

Bedürfnis und Auslieferung (Mond Sextil Rad-Pluto)

Sie sind in eine Zeit hineingeboren worden, in der sich Ihre Eltern in einer schwierigen Entwicklungsphase befunden haben - eine Entwicklungsphase, die beruflichen, partnerschaftlichen oder auch persönlichen Ursprungs war. Als Baby haben Sie atmosphärisch eine Verunsicherung registriert, die in Ihnen ein Gefühl zurückgelassen hat, sich im Leben mit aller Macht durchsetzen zu müssen, um nicht ins Abseits zu geraten. Hieraus beziehen Sie die Kraft, sich zäh wie Leder der Unbill des Lebens zu stellen. Allerdings resultiert Ihre Vehemenz aus einer ansonsten bedrohlichen Angst des Entweder-oders: entweder Leben oder Sterben.

Im Zustand einer Erkrankung fühlen Sie sich schwach und dem Schicksal ausgeliefert. Weil Sie aber genau so eine Hilflosigkeit an sich selbst vermeiden wollen, beißen Sie trotz Krankheit die Zähne zusammen und stürzen sich zum Beweis Ihrer Lebenskraft in Alltagsgewohnheiten. So haben Sie von sich den Eindruck, selten wirklich krank zu sein. Schleichende oder chronische Krankheitsbilder stellen auf körperlicher Ebene einen Wandlungsprozess dar, den Sie auch psychisch durchmachen. Allerdings könnten auf psychischer Ebene gravierende Ängste mobilisiert werden, mit denen Sie sich lieber nicht konfrontieren möchten. Nicht eindeutig zu diagnostizierende Krankheitsbilder, deren Symptomatik auf eine Vergiftung im Körper hinweisen - beispielsweise mit Amalgam -, zeigen an, dass Sie sich trauen sollten, in den Keller Ihres Innenlebens hinabzusteigen, um negativen Gedanken auf die Schliche zu kommen. Hohe Blutsenkungswerte, die zwar auf einen innerlichen Entzündungsprozess hinweisen, deren Herd aber nicht gefunden werden kann, können auf psychischer Ebene darauf hindeuten, dass tief in Ihnen drinnen Veränderungen anstehen, die Sie im Außen noch nicht angegangen sind. Ihre Krankheiten sind ein Fingerzeig, sich mit Ihrem Unterbewussten zu befassen.

Was sich hinter einer Krankheit verbirgt, erzählt Ihnen Ihr Unterbewusstes in Ihren Träumen. Ihre uralten Ängste und Sorgen wollen bei Tageslicht betrachtet werden. Deshalb ist es ein Schritt nach Innen, wenn Sie Ihre Träume gleich nach dem Aufwachen zumindest stichpunktartig aufschreiben. Im Laufe der Zeit werden Sie immer besser die Sprache Ihrer inneren Bilder verstehen lernen und Zugang zu Ihren psychischen Vorgängen finden. Mit Sicherheit erreichen Sie auch bei Selbsthypnose einen guten Zugang zu Ihrer emotionalen und seelischen Vergangenheit. Diese Methodik sollten Sie sich allerdings von einem Hypnose-Therapeuten zeigen lassen. Wenn Sie sich wegen eines Krankheitssymptoms sehr sorgen oder wenn Sie allgemein leicht zu verängstigen

und zu verunsichern sind, könnten Sie sich - zunächst auch ohne psychologische Beratung - mit Ihren unterbewussten Anteilen schriftlich in Verbindung setzen. Dann beginnen Sie beispielsweise einen Brief mit der Anrede "Lieber Pluto, warum bin ich derzeit so ängstlich und besorgt..." und beschreiben ihm, wie es Ihnen so ergeht. Vielleicht fließt Ihnen schon beim Schreiben eine Antwort aus der Hand oder ein bald folgender Traum gibt Ihnen Aufschluss. In schwierigen Krisenzeiten sollten Sie sich nicht schämen, einen Psychotherapeuten zurate zu ziehen. Das schon erwähnte Aura-Soma-Schock-Öl mag Ihre Anstrengungen unterstützen, unbewusste Ängste in den begreifbaren Raum des Bewusstseins zu bringen. Dann kann nach überstandener Krise Heilung eintreten.

Obwohl Sie Selbstbeherrschung gelernt haben, sind Sie doch sehr liebebedürftig. Wenn Ihre Sehnsucht nach Liebe nur unzureichend erfüllt wird, mag sich bei Ihnen ein gieriges Verlangen nach Ersatzbefriedigungen einschleichen. Solch eine Abhängigkeit verurteilen Sie an sich, denn die könnte Sie der Willkür von Partnern ausliefern. In Zeiten, in denen Sie sich ungeliebt und einer bedrohlichen Zukunft ausgeliefert fühlen, können Sie zu Suchtverhalten neigen. Wenn Alkohol und Drogen wirklich eine Rolle spielen, sollten Sie unbedingt eine Beratungsstelle aufsuchen!

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen helfen bei Schuldgefühlen und Aggressionen. So kann die Bachblüte "Willow" eingesetzt werden, wenn Sie ständig den anderen für schuldig an Ihrem misslichen Schicksal erachten. "Willow" verhilft Ihnen zu einer anderen Lebenseinstellung, aus der heraus Sie so manches zu akzeptieren lernen oder auch selbst die Dinge in die Hand nehmen. Die Bachblüte "Honeysuckle" ist angebracht, wenn Sie sich von Gefühlen von früher, die Sie heute noch belasten, nicht lösen können. "Honeysuckle" mag die Neigung zu Süchten abbauen, die daraus herrühren, dass man eine neue Lebensrealität nicht annehmen will. Wenn Sie Drogen zu sich nehmen oder Suchtverhalten an sich feststellen, sollten Sie unbedingt eine Selbsthilfeorganisation aufsuchen!

Unser Regelsystem

Der Saturn ist im Horoskop Teil eines Regelsystems, das reduzierende Kräfte in uns wirksam werden lässt. Er ist ein Begrenzer. Wenn wir uns zusammennehmen, wenn wir verzichten, oder wenn wir erst einmal planen, bevor wir handeln, leben wir nach dem Prinzip des Saturns. Saturn ist somit der Verzögerer aller beschleunigenden Kräfte in uns. Natürlich ist ein Austausch zwischen Gasgeben und Bremsen notwendig, damit ein Gefährt - unser Körper - in seinen Funktionen nicht überdreht. Wenn jedoch die saturnischen Kräfte des Blockierens überhand nehmen, kommt es zum Stillstand. Für unsere Körperfunktionen könnte dies bedeuten, dass Zellvorgänge zum Erliegen kommen - und unser letzter saturnisch-körperlicher Zustand ist der Tod.

Saturn ist in unserem Körper überall dort wirksam, wo es um Stabilität geht. Ohne unsere Knochen wären wir nicht zu willentlichen Bewegungen fähig - oder wir müssten uns wie ein Schleimpilz gleiten lassen. Die Zusammenziehung unserer Muskeln - eine Funktion des Saturns - ist ein Teil unserer Muskelbewegung: die Kontraktion. Ein Muskelkrampf tritt auf, wenn der Muskel nicht mehr entspannt werden kann. Hier wird deutlich, wie notwendig es ist, dass wir den saturnischen Vorgängen in uns auch notwendige Lockerungen, Entspannungen und Nachgeben entgegensetzen.

Die Wirbelsäule ist saturnischer Natur und befähigt den Menschen zum aufrechten Gang. Wir sehen an der Körperhaltung eines Menschen sein Selbstbewusstsein und auch seine Aufrichtigkeit. Überstreckung symbolisiert Überheblichkeit und damit auch zum Starrsinn. Wirbelsäulenbeschwerden haben in der Regel saturnischen Charakter. Sie sind Anzeichen für eine Überbelastung - Anzeichen dafür, dass wir uns zu oft gebeugt und im psychischen Sinne auch selbst gedemütigt haben. Andererseits wird aber auch unsere Unbeugsamkeit, unsere fehlende Einsicht, die häufig mit Überheblichkeit einhergeht, durch steife Wirbel, Halsstarre, und auch Wirbelfrakturen deutlich.

Vermutlich haben Sie schon des Öfteren so genannte Zahnträume gehabt, in denen Ihnen voller Entsetzen ein Zahn ausgefallen ist oder die Zähne zu faulen begannen. Solche Träume bedeuten häufig, dass wir eine notwendige Veränderung ahnen, doch unsere saturnischen Kräfte diese psychische Umwälzung verhindern möchten. Je verkrampfter wir an Altgewohntem festhalten, desto zerstörerischer werden die Energien des Umbruchs für das, was der Saturnanteil festhalten will - und der Zahn als Vertreter des Alten muss geopfert werden.

Die Begrenzungsfunktion der Haut ist typisch für das Saturnprinzip: Wir grenzen uns von der umgebenden Materie ab. Über unsere Haut bekommen wir eine klare Vorstellung unserer körperlichen Begrenzung und unserer materiellen Möglichkeiten. Durch sie erhalten wir eine individuelle Form - auch Schönheit. Durch Saturn können wir erkennen, wer wir sind und in welchem Verhältnis wir zu den anderen Kräften um uns herum stehen. Wir werden vor äußeren Einflüssen geschützt und das ist die Basis unseres Selbstbewusstseins. Um den saturnischen Energien in uns gerecht zu werden, müssen wir uns mit unserem Körper befassen, ihn achten und pflegen und auch unsere psychischen und leistungsorientierten Grenzen akzeptieren.

Sie können Saturn in Ihrer Wirbelsäule bewusst wahrnehmen, wenn Sie folgende Übung machen: stellen Sie sich schulterbreit hin und beugen Sie Ihren Oberkörper so weit es geht, aber locker und ohne Überstreckung nach vorne, sodass möglicherweise die Fingerspitzen den Boden berühren. Atmen Sie mehrmals in dieser Haltung aus. Dabei sollten Sie darauf achten, dass Ihr Kopf locker nach unten hängt. Dann richten Sie locker weiteratmend ganz langsam Wirbel für Wirbel auf, sodass Ihre Wirbelsäule am Halsende - wie eine Marionette an einem Fädchen - aufgehängt ist. Für das Aufrichten sollten Sie sich mindestens 1/2 bis 1 Minute Zeit lassen. Vielleicht spüren Sie während des Aufrichtens ein Ziehen - vor allem dort, wo Ihre saturnischen Kräfte zu stark am Wirken sind. Dort halten Sie Kummer, Sorgen oder Ängste fest. Das Aura-Soma-Öl Nr. 5: "Gelb über Rot", heilt und schützt mittels der heilenden Kräfte von Pflanzen und Edelsteinen unser unterstes Energiezentrum, das so genannte Wurzelchakra. Das liegt in der Gegend des Unterbauches. Bei der Beschreibung Ihres Saturnzeichens finden Sie eine Erdungsübung, die dazu dient, Sie mit Ihrem Überlebenswillen zu verbinden. Wenn Sie geerdet sind, werden Sie das durch aufkommende Lebensfreude spüren. Das nach Vorschrift aufgetragene Aura-Soma-Öl Nr. 5 hilft, Ihre Energiereserven zu mobilisieren, damit Sie wieder festen Boden unter den Füßen haben.

Saturn ist die Kraft in uns, die uns mit Mutter Erde verbindet. Sie führt uns zu unseren Wurzeln zurück und zeigt uns damit auf, was an Liebe und Achtung für unsere Mutter Erde notwendig ist, damit wir weiterleben können. Unsere Wegwerfgesellschaft und unser kapitalistisches Wirtschaftssystem arbeitet den positiven saturnischen Prinzipien oft entgegen, vor allem, wenn wir die Erde ausbeuten. Anhand der Denkweisen und Rituale von Naturvölkern können wir wieder zu einem ausgewogenen Verhältnis zu unserer Umwelt zurückfinden. Die Dakota-Indianer Nordamerikas beispielsweise haben nur so viel Büffel geschlachtet, wie Sie an Fleischvorrat zum Überleben brauchten. Außerdem wurden vom Büffel so gut wie alle Körperteile weiterverarbeitet. Eine solche ökologische Nutznießung der Materie beinhaltet eine natürliche Beschränkung und ist im positiven Sinne saturnisch. Besonders Menschen aus Industrieländern werden das erst wieder erlernen müssen. Wir können jenes ökologische Prinzip an unserem Körper anwenden, indem wir ihm das zuführen, was er braucht: Nahrung, Wärme, Sexualität. In der sinnvollen Reduktion liegt unsere Gesundheit - nicht jedoch im grämenden Verzicht und im Sich-Nichts-Gönnen-Wollen.

Unsere saturnische Aufgabe ist es, Ganzheit durch Vervollkommnung unserer Persönlichkeit zu erlangen. Krankheiten können ein Mittel sein, uns unsere Aufgabe bewusst zu machen. Saturn wird häufig als der Schicksalsplanet bezeichnet, weil er in Zusammenhang mit dem astrologischen Haus, in dem er steht, aufzeigt, welches Kreuz wir auf uns laden. Stellt man sich die Frage nach dem Warum, so kann man in der Regel nur eine befriedigende Antwort finden, wenn man die Möglichkeit einer Seeleninkarnation in Betracht zieht - denn dann kann man unsere saturnische Aufgabe als einen weiteren Reifungsprozess unserer Seele verstehen: Wir machen in unserer sozialen und körperlich ausgerichteten Inkarnation als Mensch Erfahrungen, die uns zu spirituellen Erkenntnissen führen, was wahre Liebe ist.

Selbsterhaltung durch Willensäußerung (Saturn im Widder)

Bei dieser Saturnstellung werden Sie immer wieder darauf hingewiesen, dass Ihr Handlungsrahmen nur bis an die private Zone eines Mitmenschen reichen kann. Vielleicht kennen Sie Zeiten, in denen Sie sich häufig anstoßen, verletzen oder auch im wörtlichen Sinne nicht so recht die Kurve kriegen. Ihr überschießendes Temperament wird hier von Ihrem saturnischen Wesensanteil gemäßregelt - dieser Anteil macht Ihnen die realen Grenzen wieder bewusst.

Wenn Ihre saturnischen Kräfte einseitig werden, haben Sie den Eindruck, dass die Welt gegen Sie ankämpft und Ihnen nicht den berechtigten Lebensraum zur Verfügung stellt. Dann vermögen Sie auch nicht mit Selbstverständlichkeit Ihre Rechte einzufordern. Möglicherweise überspielen Sie Ihre Hemmungen mit forschem Auftreten. Weil Sie dabei aber zur Übertreibung neigen, stoßen Sie auf massiven Widerstand. Hieraus entwickeln sich der Eindruck, stets auf der Hut vor feindlichen Übergriffen sein zu müssen. Deshalb sind Sie angespannt, gestresst und sehr unzufrieden.

Zorn und Wut stauen sich auf diese Weise an - eine Weise, die Sie auf körperlicher Ebene mit unsensiblen Verhalten gegenüber sich selbst und anderen ausagieren könnten. Dann sind Sie verletzungsgefährdet oder schusselig. Migräne und Kopfschmerzen, ebenso Verspannungen im Kopfbereich und Zähneknirschen in der Nacht sind nicht selten Folge unausgesprochener Frustrationen und Ärgernisse. Je mehr Sie sich zur Selbstlosigkeit zwingen, desto mehr fürchten Sie den Kampf der Selbstbehauptung - und sind innerlich am Platzen. Sie haben das Gefühl, dass Sie niemals das bekommen, was Sie sich wünschen - möglicherweise auch nicht in sexueller Hinsicht. So geben Sie sich entweder sehr beherrscht oder benehmen sich wie ein Elefant im Porzellanladen, der allerdings auch nicht zu dem kommt, was er ursprünglich

wollte. Im Extremfall werden Ihre Instinkte und Triebe für Sie sehr bedrohlich und als psychische Sicherung tauchen Einschränkungen in Ihrer Beweglichkeit auf.

Verstauchungen, Verkrampfungen und auch Verschlüsse von Körperröhren zeigen Ihren psychischen SOS-Zustand an. Körperliche Blockaden sind in der Regel ein Hinweis, dass Sie von irrationalen Ängsten beherrscht sein könnten, durch die sich die reale Lebenssicht trübt. Damit Sie Ihren Ängsten ins Auge blicken können, bedarf es einer psychischen Erdung.

Zu der hier notwendigen Erdung bietet sich eine einfache Übung an. Dabei geht es um den Rhythmus von Spannung und Entspannung. Vor allem letztere ist bei saturnischen Vorgängen sehr wichtig. Legen Sie sich flach auf eine Matte und stellen Sie die Beine so auf, dass sich die Knie nicht berühren. Sie sollten aber auch keine Anstrengung benötigen, um zu verhindern, dass Ihre Knie nicht auseinander klappen. Wenn Sie nun den Afterschließmuskel zusammenziehen - ohne den Gesäßmuskel zusammenzuzwicken - spüren Sie die Dammuskulatur zwischen After und Geschlecht. Männer können mit dem Darmmuskel willentlich ihr Glied bewegen. Im Bereich des Damms liegt ein Energiezentrum, das so genannte Wurzelchakra. Wenn dieses Energiezentrum aktiviert wird, werden in uns Kräfte wirksam, die uns für die Erhaltung unserer Art mobilisieren. Das nennt man im psychisch-energetischen Sinne Erdung. Der Darmmuskel kann entspannt werden, wenn Sie als Frau Ihre Scheide entspannen oder als Mann Ihr Glied wieder schlaff hängen lassen. Sie können sich nun bildhaft vorstellen, dass Ihr Darmmuskel ein Lift ist, der ein siebenstöckiges Hochhaus (sieben Chakren) hinauffährt und in jedem Stockwerk anhält - hierbei spannen Sie den Darmmuskel an. Oben angekommen fährt der Aufzug in gleicher Weise wieder ins Erdgeschoss hinunter. Während sich in Ihrer Vorstellung der Aufzug bewegt, entspannen Sie Ihre Dammuskulatur.

Wenn Sie diese Übung regelmäßig anwenden, werden Sie im Laufe der Zeit immer mehr mit Ihren körperlichen Notwendigkeiten vertraut werden. Sie werden bestimmt auch stärker auf gesunde Ernährung achten. Eine Erdung aktiviert die selbsterhaltenden Kräfte und befähigt Sie, angestauten Ärger zu klären und Ihre Bedürfnisse zu vermitteln. Sie lernen mit Ihren Instinkten und Trieben besser umzugehen und gelangen dadurch zu einer erfüllteren Sexualität.

Die Durchsetzung Ihres Willens mag sich für Sie wie ein Lernprozess anfühlen. Es geht hier aber nicht um die Beherrschung eines anderen Menschen oder um Gewaltanwendung. Zu Wollen bedeutet nämlich zugleich, die innere Überzeugung zu haben, dass man im Recht ist und Ansprüche rechtmäßig verteidigt. Unser wahrer Wille ist stets in einem sozialen Gefüge eingebettet und nicht direkt auf persönlichen Vorteil ausgerichtet.

Heilungsaufgabe: Zuversicht entwickeln (Saturn im 9. Haus)

Der Saturn steht im übertragenen Sinne für die soziale Veranlagung des Menschen, Dorfgemeinschaften oder Staaten zu bilden. Das Haus, in dem der Saturn steht, weist uns darauf hin, in welche Lebenslehre wir noch gehen müssen, um unsere sozial ausgerichtete Persönlichkeit zu vervollkommen. In Ihrem Falle gehen Sie in die Lehre des Gelehrten. Der Gelehrte fügt sein Wissen in ein Weltbild ein, mit dem er den Menschen den Sinn des Lebens vermitteln möchte, damit Sie so Trost empfangen und heil werden. Bis Sie jedoch zu Ihrer Heilslehre finden, sind Sie ein Pilger auf der Suche nach der absoluten Wahrheit. Als Pilger lassen Sie sich entweder vorschnell für eine Idee entflammen und sind dann tief enttäuscht, wenn allmählich der Glanz abfällt. Doch ebenso können Sie ein sehr skeptischer Sucher sein, der sich keinesfalls aufs Kreuz legen lassen möchte und deshalb lieber gar nichts glaubt, als dass er sich übertölpeln lässt. Auf psychischer Ebene trauen Sie in beiden Fällen zu wenig Ihrer Selbsteinschätzung und Ihrer inneren Stimme, die Ihnen sagen kann, welche Heilskunden Ihrer inneren Wahrheit entsprechen. Auf körperlicher Ebene schlagen Sie sich dann vielleicht mit Allergien aufgrund von Eiweißunverträglichkeiten herum. Im Grunde genommen besteht jedes Eiweiß aus demselben Sortiment von Aminosäuren. Ihr Körper zeigt Ihnen, dass Sie nach einem strengen Bewertungsmaßstab vorgehen und daher wenig bereit sind, Nicht-(Körper-)Eigenes zu tolerieren. Bei Intoleranzen in Form von Allergien befinden Sie sich in einer persönlichen Reifungsphase, in der es Ihnen noch um Unterschiedlichkeiten und Bewertungen geht. Als Gelehrter werden Sie irgendwann einmal erkennen, dass die Essenz der verschiedenen Heilslehren und Wahrheiten im Grunde genommen dasselbe ist.

Körperliche und psychische Blockaden sind sehr häufig ein Ergebnis unserer Ängste. Angst will uns im positiven Sinne vor Selbstüberschätzung bewahren. Im negativen Sinne, also auch bei der Überbetonung des Saturns, verhindern unsere Ängste unser Lebendigkeit! Hormonelle Störungen, die vor allem im Wachstumsalter und in der Pubertät eine Reifeentwicklung verzögern, können ein Ausdruck dafür sein, dass sich ein Mensch gegen seine Bestimmung wehrt. Seine Bestimmung ist entweder seine Geschlechtsentwicklung, sein Erwachsenwerden oder die Erwartungen seiner Eltern, was einmal aus ihm werden soll. Ein solcher Mensch ist von einer Angst beseelt, gewisse Voraussetzungen erfüllen zu müssen, wenn er seinen Lebensweg einschlägt. Er hat jedoch noch nicht seine eigenen Möglichkeiten gefunden, mit denen er seine Bestimmung für sich zufriedenstellend erfüllen könnte. So eine Zukunftsangst kann auch in Depressionen zum Vorschein kommen. Die Depression ist hier zwar ein Akt der Desillusionierung, kann jedoch die Basis dafür schaffen, sich von Autoritäten früherer Erziehungsperioden zu lösen, um eigene Lebenswerte zu entwickeln. Depressive Zustände, die über einen längeren Zeitraum anhalten, sollten allerdings psychotherapeutisch angegangen werden! Beschwerden, Krankheiten und auch das, was Sie immer wieder in Ihrem Leben blockiert, sollten Sie als Aufruf betrachten, Ihre bisherigen Moral- und Wertvorstellungen zu überdenken.

Wenn Sie spüren, dass Sie momentan von Angst oder Minderwertigkeitskomplexen blockiert werden, können Sie wieder Mut fassen, indem Sie sich einen positiven Ausgang Ihres Vorhabens visualisieren. Durchdenken Sie Ihr Projekt vor allem so, dass jeder einzelne Schritt, den Sie sich vorstellen, mit einem Zwischenerfolg belohnt wird. Dadurch erarbeiten Sie mit Ihrer Vorstellungskraft positive Lösungsmöglichkeiten. Ebenso stärken Sie Ihr Vertrauen auf ein Schicksal, das es gut mit Ihnen meint.

Mit dieser Saturnstellung haben Sie die Lernaufgabe, den formellen Ansichten und äußeren Erwartungen Ihrer Mitmenschen Ihre innere Überzeugung entgegenzustellen. Das können Sie, wenn Sie allen Erscheinungsbildern der Welt einen eigenen Wert geben und sie somit aus der Theorie zum persönlichen Erfahrungsschatz erheben. Ihr Gefühl sagt Ihnen, wie Sie zu den verschiedenen Ansichten, Dogmen und Zertifikaten stehen, die die Menschen um Sie herum anstreben.

Eine Aufgabe, die Saturn uns stellt, können wir in der Regel nur langsam und nur mit willigem Üben erfüllen. Ungeduld uns selbst gegenüber ist hier fehl am Platze. Manchmal müssen wir uns erst einmal geistig auf unsere saturnische Aufgabe einstimmen. Hierbei können Affirmationen behilflich sein. Affirmationen sind immer positive Formulierungen - Formulierungen, die die Worte "nein", "nicht" oder "nicht tun" keinesfalls enthalten sollten,

da jene unser Unterbewusstsein blockieren. Sie können sich selbst einen passenden Satz ausdenken, der in etwa so lauten könnte: "Ich werde meine innere Wahrheit finden!" oder "Mein Gefühl von Unrecht ist berechtigt.". Ihren persönlichen Satz schreiben Sie am besten auf ein Papier und platzieren das so an einem Ort, dass Sie den Satz unweigerlich mehrmals täglich lesen und betrachten. Sie können sich ebenfalls aus dem Buch von Louise L. Hay: "Heile deinen Körper" Anregungen für Affirmationen entnehmen.

Verantwortung und Vergnügen (Venus Trigon Rad-Saturn)

Wahre Freundschaft heißt für Sie, sich auf einen Menschen absolut verlassen zu können. Sie empfinden Liebe hauptsächlich im Tun und halten aus dieser Sicht heraus wenig von dem Gerede einer spirituellen Liebe, die Ihnen nicht greifbar vorkommt. Vermutlich sind Sie in einer Familie aufgewachsen, in der Liebe weniger mit Körperkontakt als vielmehr mit Gefälligkeiten und Bravsein gezeigt wurde. Deshalb glauben Sie auch heute noch, etwas investieren zu müssen, um die Sympathie eines Menschen zu gewinnen.

Folglich machen Sie Ihre Attraktivität an Äußerlichkeiten fest: Es wird für Sie wichtig, Schönheitsfehler zu vertuschen. Pickel oder Hautausschläge können aber gerade dann auftauchen, wenn Sie bei jemandem Eindruck schinden wollen. Solche Entwicklungsprozesse verkörpern die innere Angst, nicht genügend liebenswert zu sein. Aus diesem Grunde passen Sie sich mitunter einer Person bereitwillig an, um deren Erwartungen nicht zu enttäuschen. So verdrängen Sie allerdings momentan aufsteigende Impulse, endlich einmal etwas für sich selbst zu machen. Liebe kann deshalb für Sie zur Pflicht und zum Verzicht ausarten - vor allem, wenn Sie sich mit Menschen zusammentun, die ein anderes Temperament oder andere Interessen als Sie selbst haben. Dann halten Sie so manche missliche Lage nur geduldig aus, anstatt das Beste daraus zu machen. Steinbildungen in Blasen und Niere verkörpern einen Gefühlsstau, der entsteht, wenn Gefühle von Freude und Lust zu wenig gelebt werden. Öde Beziehungsabläufe werden manchmal toleriert, weil man sich für gewissenlos hält, wenn man mit anderen Menschen vergnüglich seine Zeit vertreibt, während der Partner nicht dabei sein kann. So wird Liebe und Partnerschaft immer mehr mit freudloser Pflicht durchzogen - und im Schlafzimmer spielen sich immer weniger lustvolle Begegnungen ab.

Sie werden zufriedener sein, wenn Sie schöne Erlebnisse nicht ausschließlich von Ihrem Partner oder von glücklichen Zufällen abhängig machen. In dem Gefühl, zu verzichten, lieben Sie allerdings nicht! Sie haben sicherlich kein Verzichtempfinden, wenn es Ihnen wichtig wird, etwas von Ihrer Person oder von Ihrer Zeit zu verschenken. Sie können aber nur schenken, wenn Sie wissen, dass Sie sich Ihre Wünsche an einem anderen Ort oder zu einer anderen Zeit erfüllen. Das appelliert an Ihre Entscheidungsfähigkeit, mit der Sie sich zu dem bekennen, was Ihnen im Moment wichtig ist. In Zeiten der Stagnation, der Freudlosigkeit und krisenbeladener Partnerschaft sollten Sie sich verstärkt persönlich für Ihr Glück verantwortlich fühlen. Vielleicht finden Sie als Erstes auf kreativem Wege Möglichkeiten, sich wieder zufrieden zu machen. Sie haben ein Talent zur Formgebung. Kreativer Tanz, Töpfern oder Malen, ebenso Handwerken oder Schneidern können Ihre Begeisterung erwecken. Auf alle Fälle sollten Sie Ihren Tag so einteilen, dass ein bisschen Zeit für Spaß, Erholung, Freizeit und Kontakte übrig bleibt.

Mit den Schwingungen von Bachblütenessenzen können Sie Ihre innere Wahrheit finden. Die Bachblüte "Agrimony" hilft, das zu offenbaren, was wir wirklich wollen. So kommen wir aus der Verantwortung heraus, stets die Erwartungen anderer erfüllen zu müssen. "Agrimony" führt uns zur Selbstverantwortung und zeigt uns auf, wenn wir uns verstellen. Die Bachblüte "Pine" ist hilfreich, wenn Gewissensbisse verhindern, dass wir uns des Lebens freuen. "Pine" ist angebracht, wenn man minuziös allen Erwartungen gerecht wird, um nicht mit größerem Unglück vom Schicksal "bestraft" zu werden. "Pine" hilft uns, dass wir unserer inneren Stimme und unserem unmittelbaren Fühlen folgen.

Unser Reizleitungssystem

Die Energien des Uranus veranlassen uns dazu, plötzlich etwas anderes als das Bisherige oder etwas anderes als die anderen sein zu wollen. Solche Andersartigkeiten entstammen selten einem Plan, sondern vielmehr einem momentan auftretenden Impuls, dem wir unweigerlich, besser gesagt intuitiv nachgeben. Unsere Veränderungsinitiativen brechen fast reflexartig aus uns heraus. Daher werden dem Uranus auch unsere Reflexe und die Funktion der Nerven zugesprochen. Die Elektrizität im Körper, also die Reaktionsgeschwindigkeit und ebenso die Fähigkeit, schnell umzudenken und sich Entwicklungen im Außen anzupassen: All das zählt zur Kraft des Uranus.

Wir können uns die Kräfte des Uranus so vorstellen, dass wir wie ein elektrisches Gerät mit Strom aufgeladen werden. Schnell reagieren, also funktionsfähig sein, können wir nämlich nur, wenn unser Akkumulator Spannung anzeigt. Manchmal stehen uns sprichwörtlich die Haare zu Berge, weil wir durch synthetische Kleidung elektrisch aufgeladen wurden. Mit einem harmlosen Stromschlag neutralisieren wir uns dann wieder. Und dieser Funke ist uranischer Natur. Energetische Aufladungen und psychische Spannungen kommen zu Stande, wenn wir zu wenig geerdet sind. Folglich kommt es zu Überreizungen unserer Nerven und wir reagieren uns in affektiver Art und Weise wieder ab. Das bringt uns manchmal auch wieder auf den Boden. Solange uns die Orientierung fehlt - wir also zu wenig geerdet sind - sind wir fahrig, gereizt, hysterisch - ganz einfach überdreht.

Uranus ist einer der Gegenspieler unserer saturnischen, also bewahrenden und erhaltenden Kräfte. Die Pubertät als Zeit der Ablösung von elterlichen Vorbildern und Erziehungsmustern ist eine wichtige uranische Entwicklungsphase. Ohne die Rebellion der Jugend käme es in unserer Gesellschaft wohl kaum zu Erneuerungen. Als Erwachsene möchten wir durch Erhaltung eines Status quo zukünftige Entwicklungen absichern. Jugendliche leben noch mehr im Augenblick und geben ihren Impulsen ungeniert nach. Das lässt sie unbedarft und auch unverdorben Neues ausprobieren. Natürlich gehört es auch zur Jugend, zu übertreiben und auszuflippen. Das sind die Auswirkungen uranischer Überreizungen.

Uranische Entwicklungsphasen wiederholen sich etwa im Alter um 40, also dann, wenn andere von Midlife-crisis sprechen oder bei manchen Frauen schon erste Anzeichen der Menopause auftreten. Das Alter um die 40 ist geprägt von Unzufriedenheit. Viele fragen sich, ob das bisher Erreichte schon alles gewesen ist. Wir sind hier drauf und dran, die Lebensmitte zu überschreiten. Das lässt uns leicht befürchten, dass nun alles wohl nur noch bergab gehen könnte. Wir werden uns der Langeweile und der Routine in unserem Leben bewusst. Das könnte sogar zu einer (Torschluss)-Panik führen, in deren Folge wir eingefahrene Lebensweisen, verstaubte Partnerschaften und langweilig gewordene Berufssituationen ohne Rückschau über den Haufen werfen. Im Alter um 40 haben wir noch einmal die Chance, neu zu werden. Wir stecken wie Teenager in einer Identitätskrise: Wir fühlen uns nur von Gleichaltrigen verstanden und sind darauf bedacht, uns so viel Freiheiten wie möglich zu ergattern. Uranus lädt uns in dieser Zeit noch einmal energetisch auf, damit wir in der Persönlichkeitsentwicklung einen weiteren Schritt zur Reife wagen.

Durch die Energien des Uranus werden wir immer wieder aufgefordert, Verantwortung für ein selbstständiges und individuell geführtes Leben zu übernehmen. Tun wir das nicht, handeln wir gegen die Impulse des Uranus - und wir werden krank. Nervöse Übererregung mag dann genauso vorkommen wie Funktionsausfälle von Reizleitungen oder auch Störungen der Schilddrüse. Wenn wir unsere umstürzlerischen Anwandlungen aus Angst vor kommenden Veränderungen zurückhalten, sind wir in unserer Überreiztheit und nach innen verdrängten Rebellion unfallgefährdet. Das Haus, in dem Uranus steht, zeigt an, in welchen Lebensbereichen

Sie vermehrt auf Unabhängigkeit und Freiheit achten sollten, um körperlichen Schädigungen vorzubeugen. Das Zeichen, in dem Uranus steht, gibt an, wie Sie Kräfte des Uranus befreien sollen, um sich erfrischt und vital zu fühlen.

Das uranische Energiezentrum sitzt im so genannten Stirnchakra. Dieses Chakra wird bei manchen Meditationsformen als das dritte Auge bezeichnet. Es sitzt zwischen den Augenbrauen, oberhalb der Nasenwurzel im Inneren unseres Kopfes. Uranus ist der Planet der geistigen Erkenntnis und der kosmischen Eingebungen. Sie können mit einer einfachen Übung Ihre ganzheitliche Wahrnehmungsfähigkeit mit dem OM-Laut erweitern. Hiermit regen Sie Ihr kreatives Denken an und sensibilisieren sich für Ihre innere Stimme, also für Ihre Intuition. Singen Sie OM: Schließen Sie Ihre Augen und atmen Sie tief ein. Singen Sie nun mit der Hälfte Ihrer Atemluft zuerst einmal nur das O, wobei der O-Laut so tief klingen sollte, dass Sie seine Vibrationen tief im Unterbauch, etwa im Bereich des Wurzelchakras, spüren können. Mit dem Rest Ihrer Atemluft singen Sie nun den M-Laut, dessen Klang das dritte Auge zum Vibrieren bringen kann. Wenn Sie den OM-Laut dreimal mit geschlossenen Augen wiederholen, werden Sie danach entweder ein zartes Kitzeln, einen Lichtpunkt oder einen leichten Druck zwischen Ihren Augenbrauen wahrnehmen können. Dann sind Sie geistig wach, aufnahmefähig und reaktionsfähig.

Das Stirnchakra aktiviert die physiologische Wirkung der Hirnanhangsdrüse. In der Hirnanhangsdrüse findet die Hormonregulation des Körpers statt, die wiederum das menschliche Wachstum beeinflusst.

Geistig-spirituelles Wachstum kann gefördert werden, wenn das Stirnchakra energetisch gereinigt wird. Das Aura-Soma-Balance-Öl Nr. B1 "Blau über Purpurgenta" regt dort den Energiefluss an. Das bewirkt, dass Ihre Konzentrationsfähigkeit wächst, dass Sie Ihre geistigen Eingebungen auch wahrnehmen und dass Sie sich innerhalb von Sekunden zum Einschlafen entspannen können. Bei Unruhe durch geistige Überarbeitung, ebenso wenn Sie von zu vielen Gedanken abgelenkt sind, kann das Öl mit kreisenden Bewegungen vom dritten Auge aus bis zu den Schläfen eingerieben werden. Wenn es vor einer Meditation angewandt wird, das Öl wirkt konzentrationsfördernd.

Stress durch Bewahrungswillen (Uranus im Stier)

Ihre Uranus-Kräfte rebellieren, wenn Sie eine Zeit lang dazu tendiert haben, sich untätig auf Erworbenem oder ererbten Gütern auszuruhen. Falls Sie allzu lange schon ein Sicherheitsstreben ausleben, werden Sie merken, dass Sie sich unzufrieden fühlen. Sie sind ein Mensch, der sich am Tun und Planen erfreut, der im Erschaffen seiner Werke und Beziehungen sich selbst bestätigt. Familiäre Vorgaben und übernommene Werte

können von Ihnen nicht als ewig gültig akzeptiert werden. Sie brauchen die Möglichkeit, Ihre einst erworbenen Fähigkeiten durch moderne Sichtweisen und Erkenntnisse zu verbessern.

Wenn es Ihnen aber nur noch darum geht, das geregelte Einkommen zu sichern oder für die Familie materiell zu sorgen, werden Sie sich in Ihrer Haut nicht mehr ganz wohl fühlen. Gerötete Hautausschläge, ebenso Nieren- und Blasenreizungen signalisieren dann die Festgefahrenheit. Ebenso kann es Ihnen passieren, dass genau dasjenige Andenken zu Bruch geht, das symbolisch für die überholte Lebensweise steht oder von einem Menschen stammt, von dessen Einfluss Sie sich allmählich ablösen wollen. Immer wieder werden Sie dazu aufgefordert, materielle Werte zu relativieren. Ihr Selbstbewusstsein kann nicht durch finanzielle Zahlen aufgewertet werden. Es entspringt Ihrer immer währenden Kreativität, mit der Sie darauf vertrauen können, in jeder neuen Situation mit Ideen und praktischem Wissen Ihren Lebensunterhalt zu sichern.

Unabhängigkeit und Freiheit werden Sie in unkonventionellen Beziehungen finden. Im Grunde genommen streben Sie eine Gleichberechtigung beider Geschlechter an, die in Ihrer familiären Tradition wohl noch nicht vollzogen wurde. Sie werden glücklicher, wenn Sie anders leben, als es Ihnen das Sicherheitsdenken Ihrer Eltern bisher diktiert hat. Venenentzündungen können ein Hinweis darauf sein, sich von althergebrachten traditionellen Ansichten mutig abzuwenden, um endlich zu einer individuellen Lebensweise zu kommen, die Ihnen Raum für Erfahrungen verschafft.

Wir Menschen unterliegen dem Trägheitsgesetz und verfallen dementsprechend auch immer wieder unserem Phlegma. In so einem psychischen Zustand können wir uns kaum zu Veränderungen oder zu spontanen Entschlüssen bewegen. Folglich legen wir uns selbst lahm. Damit positive uranische Aufrüttelungsenergien auch durch Körper und Psyche hindurchfließen, sollten wir uns zwischenzeitlich gezielt mit Bewegungsenergie aufladen. Wenn Sie körperlich fit sind, könnten Sie beispielsweise einen Zickzacktanzen zu einer fetzigen Musik vollführen. Hierzu brauchen Sie etwas Platz. Tanzen Sie mit Schrittfolgen, bei denen Sie blitzartig die Richtung ändern, sodass Sie kreuz und quer den Raum erobern. Ähnliches können Sie im Wald machen: Rasen Sie so schnell wie möglich durch die Bäume hindurch - natürlich nach uranischer Art, also abseits der vorgegebenen Wege - und ohne an einen Ast zu stoßen. Wenn Sie körperlich nicht mehr ganz so fit sind, können Sie einen Uranus-Spaziergang kreieren. Hierbei gehen Sie so, wie es Ihnen gerade einfällt: kreuz und quer, schlendernd, hüpfend, schlüpfend, im Kreis wirbelnd.

Machen Sie das, wonach es Ihnen gerade zu Mute ist: Singen Sie dazu oder schwingen Sie die Arme, strecken Sie einem Baum die Zunge heraus oder gehen Sie zwei Schritte vor, einen zurück. Sie werden sich hinterher befreiter, wacher und erfrischt fühlen.

Befreiung von gesellschaftlichen Normen (Uranus im 10. Haus)

Vermutlich fühlen Sie sich öfters mal durch Beruf, Image oder durch offizielle Aufgaben in Ihrer inneren Ruhe gestört. Wenn Sie gerade an nichts Böses denken, völlig abgelenkt mit etwas Unzusammenhängendem befasst sind, werden Sie von jemandem überrascht und in Zeit, Raum und Struktur wieder zurückgeholt. Sie haben dadurch das Gefühl, sich nicht so recht entspannen zu können. Im Gegenteil: Durch solche Störungen fühlen Sie sich aufgescheucht und kommen sich gestresst vor. Je mehr Sie sich von wichtigen Aufträgen getrieben fühlen und auch treiben lassen, desto wahrscheinlicher könnten Managerkrankheiten auftreten - Krankheiten, die mit Herzbeschwerden, eventuell auch Magenproblemen einhergehen. Fällt Ihnen die Abgrenzung zwischen Privatleben und offiziellen Aufgaben besonders schwer, dann können entzündliche Hautrötungen als äußerlich erkennbarer Abwehrprozess auftreten, weil Sie sich möglicherweise gegängelt oder eingeschränkt fühlen und sich deswegen lieber zurückziehen.

Wirbelsäulenerkrankungen, möglicherweise ein Bandscheibenvorfall oder ein Entzündungsprozess des Bewegungsapparates, deuten an, dass Sie sich aus einer Sklaverei befreien sollten. Anscheinend haben Ihnen andere eingeredet, Beruf oder offizielle Pflichten seien wichtiger als Eigeninteressen. Im Grunde genommen fühlen Sie sich nur wohl, wenn Ihr Beruf eine Verknüpfung mit einem persönlichen Hobby zulässt. Ihr Beruf sollte Ihnen in irgendeiner Form Extratouren, interessante Entdeckungen und freie Entfaltungsmöglichkeiten bieten.

Möglicherweise fällt es Ihnen schwer, Ihre Privatsphäre vor der Öffentlichkeit zu schützen. Vermutlich hatten auch Ihre Eltern unterschiedliche Ansichten zu Arbeit und Erholung. Vielleicht war ein Elternteil mit Ihnen besonders nachsichtig, der andere dafür ausgesprochen streng und unnachgiebig. Daher konnten Sie als Kind wohl kaum mit gutem Gewissen spielen. Vielmehr wurde Ihr Gefühl verstärkt, zur Erfüllung von Pflichten ausgenutzt zu werden. Helfen kann Ihnen hierbei eine klare Zeiteinteilung Ihres Alltagslebens, in dem es Arbeitszeit und auch Freizeit geben soll - Freizeit, in der Sie aber auch nicht gestört werden, denn in Momenten, in denen Sie Ihren Impulsen nachgeben

dürfen und nicht an Morgen denken müssen, erholen Sie sich am besten. Daher hat Ihre Zeiteinteilung höchste Priorität! Zwischen Partnerschaft, Familie und Beruf soll auch für Sie noch Platz sein, an dem Sie tun und lassen können, was Ihnen gerade so einfällt.

In Zeiten, in denen es Ihnen besonders schwer fällt, den eigenen Rhythmus zu finden, neigen Sie zu Unpünktlichkeit oder Vergesslichkeit, weil Sie zwischenzeitlich das Zeitgefühl verlässt. Sie werden Ihren Tag zufriedener erleben, wenn Sie sich mit Ihrer Sehnsucht nach Zeitlosigkeit und geistiger Freiheit verbinden. Hierzu mag eine einfache Meditationsübung hilfreich sein. Setzen Sie sich bequem, aber aufrecht vor eine brennende Kerze. Schauen Sie etwa 1/2 Minute konzentriert und bewusst ins Kerzenlicht hinein. Schließen Sie dann Ihre Augen und lassen Sie das Kerzenlicht vor Ihrem inneren Auge wieder auftauchen. Sobald Ihr inneres Licht wieder verschwunden ist, können Sie mit geöffneten Augen wieder ins Kerzenlicht schauen und die Konzentrationsübung wiederholen. So eine Lichtschau von mindestens zehn Minuten zwischendurch kann Ihnen ein Zeit- und Raumgefühl schenken, das Sie die Pflichten des Tages nicht mehr so beherrschend erleben lässt. Dann relativieren sich wichtige Aufgaben, die in Ihnen die Angst auslösen können, für andere immer mehr verfügbar zu werden. Sie werden klarer und in Ihrer inneren Klarheit können Sie sich auch wiederum abgrenzen.

Unsere Diffusionsprozesse

Diffusion findet statt, wenn wir in ein Glas Wasser einen Tropfen roter Farbe hineingeben und sich das gesamte Wasser langsam gleichmäßig rosa verfärbt. Diffusion erfolgt durch den Druck zur gleichmäßigen Verteilung der Moleküle und kann durch Fließbewegung oder durch Erwärmung beschleunigt werden. Diffusionsvorgänge ereignen sich in unserem Körper beispielsweise im Blut, in der Lymphe und in den Körpersäften. Über diese Transportmedien kann ein Wirkstoff jedoch nicht gezielt an ein Organ geleitet werden. Weil der Wirkstoff im Gefäßsystem ja immer mehr verdünnt wird, müssen schon feinste Dosen wirksam sein. Unsere Hormone gelangen beispielsweise über Diffusion aus dem Hormongewebe in die Gefäßbahnen. Von dort erreichen sie fast zufällig das Organ, in dem sie Stoffwechselforgänge, Nervenreizungen und Wachstum beeinflussen. Hauptregulationsorgan der hormonellen Vorgänge ist die Hirnanhangsdrüse, die mit dem Hypothalamus des Gehirns eng verbunden ist. Schon geringste hormonelle Abweichungen können darüber entscheiden, ob zum Beispiel eine Frau fruchtbar sein kann oder kinderlos bleiben wird. Die Lymphe entsteht ebenso durch Diffusion: Blutplasma, das aus den Blutkapillaren ins Gewebe einfließt, wird über Gewebsspalten in den Lymphbahnen wieder gesammelt.

Unsere neptunischen Kräfte sind wirksam, wenn Realitäten so übermächtig werden, sodass wir ihren Druck oder Schmerz nicht mehr aushalten können. Dann setzen unsere körpereigenen Schmerzdrogen - die so genannten Endorphine - ein. Wenn wir uns verletzt haben, jedoch keine Schmerzen empfinden, stehen wir unter Schock. Menschen in höchster Bedrängnis handeln manchmal wie in Trance. Dabei werden sie zu Leistungen fähig, die sie sich in bewusstem Zustand wohl nicht zugetraut hätten. All dies sind Auswirkungen der Endorphinausschüttung. Dieser "neptunische Vernebelungsmechanismus" wird auch über einen hormonellen Regelkreis gesteuert.

Neptun ist der Planet unserer Sehnsüchte. Die Sehnsucht, die uns Menschen allen gemein ist, ist die nach Frieden und nach Verschmelzung in Liebe. Als Fötus im Mutterleib befanden wir uns in so einem symbiotischen Zustand, in dem alles eins war und es noch keine trennenden Unterscheidungen gab. Da war noch alles in Ordnung, und dorthin zieht es uns zurück. Je weniger wir uns in der Welt und in einem sozialen Netz verwurzelt fühlen, desto stärker ist die magische Anziehungskraft jenes zeit-, raum- und namenlosen Zustands auf uns. Die Sehnsucht nach der "Heilen Welt" macht uns begierig und süchtig. Daher kann es uns in sehr leidvollen Phasen passieren, dass wir hoffen, in einem anderen Bewusstseinszustand Erfüllung zu finden. Wir könnten dann süchtig nach Drogen werden oder uns an Heiler, Heilslehren und Gurus binden. Unsere Sehnsucht vernebelt die Möglichkeiten, die uns in der realen Welt noch offen stehen, um zufriedener zu werden. So sind wir wie hypnotisiert und streben nach einem Mittel, statt nach einem wahren Gefühl.

Wenn wir grundlegende Wahrheiten oder Realitäten nicht sehen wollen, bedienen wir uns unserer neptunischen Kräfte und flüchten uns in Träume - manchmal sogar in eine Krankheit. Doch in der Zurückgezogenheit, die uns eine Krankheit bietet, erhalten wir gleichzeitig die Chance, uns seelisch für die unliebsamen Erscheinungen der Realität bereit zu machen. Manchmal lösen wir uns im Leiden fast auf, vor allem dann, wenn wir uns sehr einsam fühlen. So könnte uns eine Krankheit gar nicht so ungelegen sein, weil sich unsere Mitmenschen nun wieder mehr um uns kümmern. Neptunisch verschleiert ziehen wir das aber überhaupt nicht in Betracht.

Unsere Füße verbinden uns mit dem Boden - also mit der Realität und dem irdischen Leben. In Realitätsfluchten reden wir davon, dass wir den Boden unter den Füßen verloren haben. Fußbeschwerden, Fußanomalien und auch Druckstellen oder Hühneraugen an den Füßen zeigen an, dass unser Bodenkontakt unzulänglich ist. Wir können nur lebendig und kraftvoll im Leben stehen, wenn wir uns mit unseren Gefühlen - auch mit Traurigkeit und dem Leiden - verbinden. Wir haben kalte Füße, wenn wir uns ausgelaugt, schwach oder hilflos fühlen - dann also, wenn wir uns am liebsten davonschleichen würden. Daher sollten wir unseren Füßen viel mehr Aufmerksamkeit schenken. Sie sind nicht nur ein Wendepunkt in unserem Kreislaufsystem, von dem aus das Blut - also unsere Lebensenergie - wieder dem Herzen zurückgeführt wird. Unser Füße geben uns Standfestigkeit und die Möglichkeit, uns aufeinander zuzubewegen. Dadurch kommen wir in Kontakt miteinander. Fußpilzkrankungen könnten auftreten, wenn wir nicht mehr ausreichend darauf vertrauen, dass es Menschen in unserem Leben gibt, die uns bedingungslos im Falle eines Falles helfen werden.

Neptunische Erkrankungen schleichen sich ein und könnten uns fast unmerklich Stück für Stück unseren Lebenswillen wegnehmen. Ziel unserer neptunischen Kräfte ist nämlich die Auflösung grober Stoffe zur Feinstofflichkeit. Das mag in unserem grobstofflichen Körper fatale Auswirkungen haben. Weil die neptunische Komponente in uns aber ein Ventil braucht, sollten wir uns im neptunischen Sinne psychisch und spirituell immer mehr für die Liebe öffnen. Neptun lebt dort, wo wir die Menschen und die Natur lieben - dort, wo wir die Dinge ihrem Wesen nach verstehen. Sie öffnen sich in neptunischer Weise, wenn Sie alles um sich herum wertfrei aufnehmen und auf sich wirken lassen. Das kann ein Musikstück sein, das Ihre Träume und Fantasien erweckt, ebenso Naturphänomene wie etwa das Rauschen der Blätter, Farbenspiele oder die Berührungen des Windes auf der Haut. Allem, das Sie einst berühren durfte, werden Sie mit einem anderen Bewusstsein begegnen, mit einer Liebe, in der die Achtung vor der Schöpfung zum Ausdruck kommt.

Beeinflussbar in der Analyse von Fakten (Neptun in der Jungfrau)

Der Neptun hält sich viele Jahre lang in einem astrologischen Zeichen auf. Die Zeichenstellung Ihres Neptuns beschreibt ein Fluidum von Einflüssen, Idealvorstellungen und Sehnsüchten, in das eine ganze Generation eingebettet ist. Über die Träume und Sehnsüchte fühlen wir uns mit unseren Mitmenschen verbunden. Darüber hinaus können wir uns aber kaum vorstellen, dass es auch noch andere Visionen als die unseren von einer heilen Welt geben könnte.

Die Vision der Epoche, die Ihre Kindheit geprägt hat, könnte so formuliert werden: Die Zukunft ist vorausschaubar und versorgungstechnisch abgesichert. Sie hoffen, dass Sie niemals mehr in Not geraten oder vor irgendeiner unvorhergesehenen Bedrohung Angst haben müssen. Neptun beschreibt jedoch unsere Vision und nicht die Realität. Sie können zwar Versorgungspläne und Absicherungssysteme für eine sorgenfreie Zukunft entwickeln - doch keiner kann mit Bestimmtheit voraussagen, dass die Sicherheit mit materiellen oder finanziellen Vorsorgeleistungen garantiert ist. Deshalb können desillusionierende Faktoren aus dem Alltag Enttäuschungen auslösen. Die wiederum rufen neptunische Fluchtendenzen hervor, mit denen Sie der unliebsamen Wirklichkeit entkommen wollen. Eine Krankheit kann dann eine Erlösung aus momentan sehr belastenden Situationen bieten.

Ihr Neptunzeichen lässt auf eine große Hingabefähigkeit schließen, die Sie einsetzen werden, wenn es um das Funktionieren eines sozialen Gefüges geht. Sie wird allerdings nur fließen können, wenn Sie Ihrer Sehnsucht nach Integriertsein begegnen wollen. Vermutlich fallen Ihnen vor allem dann sehr kreative Konstruktionen, Vorsorgeleistungen und produktive Mithilfen ein, wenn gleichzeitig auch der Schmerz, einer gefahrenträchtigen Welt ausgeliefert zu sein, am größten ist. Sie könnten jedoch versucht sein, allen Eventualitäten mit stets neuen Sicherheitsvorkehrungen beikommen zu wollen. Gerade dadurch werden Sie letztendlich feststellen, dass Sie sich nur in einem gut funktionierenden sozialen System, das auf Menschlichkeit basiert, versorgt fühlen können. Dies schließt allerdings mit ein, dass wir Hilfe in der Not nur dann erwarten können, wenn wir darum auch bitten. Durch gemeinschaftlichen Beistand und Mitwirken kommen Sie an Ihre Kreativität und finden Ihre Erlösung. Wenn Sie aber im Gefühl bleiben, alles selbst verantworten und vorausschauen zu müssen, werden Sie sich körperlich oder psychisch sehr anstrengen - und Sie fühlen sich möglicherweise häufig ausgelaugt, schlapp und gestresst. Erkrankungen können dann verdeutlichen, dass Sie sich in eine Glasglocke zurückgezogen haben - eine Glasglocke, die Sie vor Gefühlen schützt, die Sie vermeintlich überschwemmen könnten. Krankheiten lassen uns zeitweilig die Welt wie in einem Nebel erscheinen, sodass uns unsere Ängste wieder erträglich werden. Zu solchen Erkrankungen zählen u. a. Taubheitsgefühle und lähmungsähnliche Erscheinungen, die durch Nervenleiden entstanden sind, ebenso Schläfrigkeit, Darmträgheit oder notorische Vergesslichkeit.

Wenn Sie sich geistig einsam und unverstanden fühlen, könnten Sie zu Suchtmitteln greifen. Dazu gehören nicht nur Zigaretten, Alkohol oder Drogen, sondern alle (Sehn-)Suchtmittel, die sie für unabdingbar halten: Süßigkeiten, Sex, Fernsehen. Erlösen werden Sie diese Ersatzbefriedigungen kaum, denn die Visionen bleiben dabei wohl unerfüllt. Daher sollten Sie Ihre Ideale auch in den Alltag integrieren. Die positive Schau der Dinge, die geschehen, kann Sie Ihren Visionen näher bringen. Vielleicht fällt Ihnen das zeitweise etwas schwer, doch der Blick darauf, dass so manche Last auch positive Auswirkungen hatte, wird sich von Tag zu Tag mehr schärfen. Wenn Sie am Abend schlafen gehen, können Sie sich einen Schutzkreis aus violetterem Licht um Ihr Bett herum vorstellen, der Sie in Ihrer Vorstellung vor negativen Impulsen bewahren soll.

Das Aura-Soma-Öl Nr. 1 "Blau über Tiefmagenta" kann helfen, Einsamkeit und Gefühle von Ausgeschlossenheit zu überwinden. Besonders in Krisenzeiten fühlen wir uns desillusioniert und unsere Sehnsüchte tauchen wieder auf, die uns nach unseren (Sehn-)Suchtmitteln greifen lassen. Massieren Sie das tiefviolette Öl um den gesamten Haaransatz rundherum mit einem sanften Druck von Daumen und Zeigefinger ein. Wenn Sie Kopfschmerzen haben oder verbissen auf der Suche nach einem (Sehn-)Suchtmittel sind, kann das Öl entkrampfend wirken. Vergessen Sie aber nicht, regelmäßig Ihre Füße - ohne Öl - zu massieren. Die stellen nämlich den Bodenkontakt her, der notwendig ist, um Visionen, Ideale und Sehnsüchte in die Wirklichkeit umzusetzen.

Geschwächt durch Ablehnung des Körperlichen (Neptun im 2. Haus)

Sie fühlen sich beseelt, wenn Sie aus Naturmaterialien etwas erschaffen können. Sie sind ein naturverbundener Mensch und erholen sich womöglich besonders gut bei der Gartenarbeit oder wenn Sie etwas basteln. Wahrscheinlich sind Sie kein Planer, der bei seinem Tun auf Präzision und Zeiteinteilung Wert legt. Ihnen geht es eher so, dass Sie sich im Tun, im Bilden, Kreieren und Erschaffen gedanklich auflösen. So arbeiten Sie weniger im Bewusstsein, etwas zu erfüllen, als einfach zu sein. Sie sind sehr kreativ, wenn nicht schon zu Anfang ein konkretes Produkt von Ihnen verlangt wird. Am produktivsten arbeiten Sie, wenn Sie erst einmal ein Gefühl entwickeln dürfen. Das erfordert zu Beginn mehr Zeit, als wenn Sie sich mit einem vorgefertigten Plan an die Arbeit begäben. Wenn Sie schon anfangs sagen sollen, was am Ende herauskommen wird, fühlen Sie sich wohl in Ihrer Schaffenskraft blockiert, schlimmstenfalls halten Sie sich für einfallslos. Unter so einem Erwartungsdruck fällt es Ihnen nicht leicht, zu arbeiten. Folglich lassen Sie sich unter Stress auch leicht entmutigen. Solange Sie nicht erkennen, welche Arbeitsbedingungen Sie brauchen, könnten Sie aus Enttäuschung über sich selbst vergessen, wie kreativ und begabt Sie von Natur aus sind!

Unser Bezug zum Körper zeigt sich sehr deutlich in unseren Ernährungsgewohnheiten: Wir schätzen unseren Körper zu gering, wenn wir uns beispielsweise nicht regelmäßig ernähren oder zu wenig ballaststoffreiche Nahrungsmittel aufnehmen. Wir sehen aber auch an unseren Fettpölsterchen, welche Körperstellen wir nicht so sehr an uns lieben. Unser Bezug zum Geld spiegelt unser Körperbewusstsein wider. Wenn wir uns unter Wert verkaufen, bieten wir uns freimütig an und lassen uns ausnutzen. Wenn wir aber unseren Körper wertschätzen, werden wir auch einen guten Bezug zu unserer Wunsch- und Triebnatur aufbauen. Sollten Sie Geld als schmutzig empfinden, liegt es nahe, dass Sie

auch Ihre sinnlichen Bedürfnisse als unter Ihrer Würde betrachten. Im umgekehrten Sinne könnten Sie die Liebes- und Lustbedürfnisse Ihres Partners abtun, weil er oder sie ja eh nur "das Eine" möchte. Andererseits könnten Sie sich auch mit einem Partner verbinden, der mehr Sinn in musischen Dingen sieht und wenig Interesse an körperlichen Befriedigungen hat. Wenn wir uns grundsätzlich über unsere sinnlichen und körperlichen Bedürfnisse hinwegsetzen, lässt sich das unser Körper irgendwann einmal nicht mehr gefallen und er bäumt sich auf - mit Entzündungen der Blase, Niere oder der Geschlechtsorgane. Unser Körperfluss geht konform mit unserem Gefühlsfluss. Diffusionsvorgänge finden dort statt, wo Stoffe über Flüssigkeiten ausgetauscht werden - auch dort, wo Gefühle mit anderen Menschen ausgetauscht werden und sich im Mitgefühl untereinander vermischen. Wenn unser Körperfluss nicht optimal im Gange ist, kommt es zu Kreislaufstörungen oder Durchblutungsstörungen, aber auch zu Gefäßleiden. Die tauchen auf, wenn wir uns von unseren Empfindungen distanzieren, z.B. weil wir befürchten uns in Gefühlen zu verlieren.

Untergraben Sie Ihre Fähigkeiten nicht! Sie sind ein kreativ begabter Mensch, der uns alle mit seinem Feingefühl und mit seinen fantasievollen Einfällen inspirieren kann. Ihr Körper schenkt Ihnen mit seinen Werkzeugen viele Möglichkeiten, wie Sie Ihre Empfindungen ausdrücken können. Scheuen Sie sich nicht, kreativ zu sein - Sie sind es! Tanzen Sie, malen Sie oder verschönern Sie Ihre Umgebung mit Ihren kreativen Ideen. Ihr Feingefühl und Ihr Schönheits- und Natursinn sind ein Geschenk für Ihre Mitmenschen - solange Sie sich nicht aus lauter Hilfsbereitschaft selbst aufgeben. Als Folge Ihrer Selbstaufopferung werden Sie sonst allzu leicht zu einem Leidenden, der sich suchartig in Krankheiten oder Depressionen hineinstürzt, in der Hoffnung, beachtet und integriert zu werden. Leiden ist dann Ihr Mittel, um durch Bemitleidung in einen sozialen Kontakt zu treten. Sie werden sich viel besser fühlen, wenn Sie Ihren Körper stattdessen als heiliges Instrument betrachten, der es Wert ist beachtet und gepflegt zu werden. Ihr Körper trägt Ihren Namen und Sie erweisen ihm Ihre Achtung, wenn Sie ihn bei Ihrem Namen nennen. Dazu ein machtvoller Tipp: Singen Sie wenigstens einmal am Tag Ihren Namen - am besten morgens vor dem Spiegel. Singen Sie ihn liebevoll und so, wie Sie ihn gerne auch von anderen hören würden.

Körperliebe und soziale Liebe (Venus Quadrat Rad-Neptun)

In Liebesdingen klaffen bei Ihnen Realität und Erwartung wohl des Öfteren auseinander. Sie wünschen sich Gleichklang und Symbiose, fühlen sich aber vornehmlich alleingelassen. Fatale Auswirkungen kann so eine romantische Sehnsucht dann haben, wenn Sie körperliche Mängel für unerfüllte Liebe verantwortlich machen. Kein Körper kann makellos und faltenlos bleiben. Das Leben schreibt sich auf die Haut. Mit Korsetts, Toupets und Schminke modellieren Sie Ihren Körper zurecht. Je mehr der Körper zum Kunstobjekt wird, desto weiter entfernen wir uns von dem, was animalisch-triebhaft ist: unsere sexuellen Bedürfnisse. Weil Sie die Vision des perfekten Liebhabers oder der perfekten Liebhaberin anstreben, ertragen Sie womöglich eine Form der sexuellen Begegnung, die Sie nicht glücklich macht. Erkrankungen der Geschlechtsorgane und Beschwerden beim Sexualakt können darauf hinweisen. Sexualität kann aber auch zelebriert werden. Anregungen dazu finden Sie in dem Buch von Margo Anand: "Tantra - Die Kunst der sexuellen Ekstase".

Ihre Idealvorstellungen bezüglich Aussehen und Liebesspiel schließt auch Ihren Partner mit ein. Ihre Erwartungen sind hoch und Desillusionierungen lassen Sie tief hinabfallen. Die erwecken in Ihnen die Vermutung, nicht das wahre Glück zu finden. Das stimmt traurig und löst Einsamkeit aus. Hoffnungslosigkeit entzieht dem Körper viel Kraft. Insuffizienzen und Infektionen von Organen, deren Funktion auf das Fließen gerichtet ist - beispielsweise Niere, Blase oder das Gefäßsystem - können die Liebesenttäuschung andeuten.

Beim Tanzen, Malen oder Musizieren drücken Sie Ihre Empfindungen aus. Wenn Sie nicht sicher sind, was Sie mit einem Menschen verbindet, stellen Sie sich ihn gedanklich vor und kreieren Sie nun Ihre Beziehung. Das kann mit einem Bild, mit einem Tanz, mit einem Gedicht oder mit einer Skulptur geschehen. Ihr Werk drückt die in Ihrer Beziehung erfüllten oder nicht erfüllten Wünsche aus. Letztere sollten Sie klären. Mut zur Klärung erzielen Sie mit körperreinigenden Prozeduren. Trinken Sie viel, um Ihre Nieren durchzuspülen. Das befreit Ihren Körper von Schlackenstoffen. Verzichten Sie öfters mal auf belastende Stoffe wie etwa Nikotin, Koffein oder Zucker. Beim Duschen hilft Ihnen die Vorstellung, dass das Wasser Sie von negativen Einflüssen reinigt.

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen machen uns wieder unsere Empfindungen bewusst. Die Bachblüte "Centauray" hilft dann, wenn wir uns ausgenutzt vorkommen, weil wir uns zu sehr nach anderen ausgerichtet und unsere Wünsche zu wenig deutlich gemacht haben. Die Bachblüte "Centauray" schützt uns vor Selbstaufgabe, wenn wir uns zu sehr anpassen. Die Bachblüte "Crab Apple" hat eine reinigende Wirkung. "Crab Apple" hilft bei Gefühlen, die mit Moral und Verunreinigung zu tun haben, ebenso bei Hautunreinheiten und Ekzemen.

Lebenswandel und Sehnsucht (Jupiter Opposition Rad-Neptun)

Bereitwillig nehmen Sie Schicksal und auch Krankheiten an. Allerdings mit etwas märtyrerhaften Zügen. Krankheit und seelisches Leid betrachten Sie als wertvolle Schicksalsfügung, um persönlich daran zu reifen. Das kann Sie aber dazu veranlassen, länger als nötig an Ihrem Leiden zu haften - vor allem, wenn Sie durch vorbildliches Ertragen Ihrer Schmerzen bewundert werden. Sie könnten aus Ihrer Hingabefähigkeit an Ihr Schicksal eine unendliche Kraftquelle für ähnlich Betroffene sein. Dann nämlich, wenn Sie Ihre Heilerfolge und Ihre Einsichten, die Ihnen eine Erkrankung oder ein Problem eröffnet haben, anderen mitteilen. Dann erst erhält Ihr Leiden einen Sinn. Ihr Vertrauen, dass alles wieder gut werden wird, wirkt wie ein Wunderheilmittel - auch auf andere.

Enttäuschungen aber kompensieren Sie mit einer Neigung zu Exzessen: im Essen, im Trinken und im Rauchen. Folgen sind Gewichtszunahme, Leberbeschwerden aufgrund zu hoher Fettwerte und der Zuführung gesundheitsschädigender Stoffe wie Alkohol oder Psychopharmaka. Übertriebener Zuckergenuss kann Verdauungsprobleme oder Blähungen verursachen. Im enttäuschten Zustand sind Sie ein guter Kostverwerter. Das sieht man an Fetteinlagerungen in Körperorganen oder an einer Neigung zur Zellulitis.

Mit Fastenkuren erzielen Sie kaum dauerhafte Erfolge, solange Sie sich unerfüllt und sinn-entleert fühlen. Ernährungsfehler, Gewichtsprobleme und Krankheiten bekommen Sie viel leichter in den Griff, wenn Sie sich nicht nur mit Ihrem Körper, sondern auch mit Ihren Lebenseinstellungen befassen. Besonders gut wirken bei Ihnen Heilmittel, die von einem guten Geist beseelt sind: etwa Bachblüten, homöopathische Mittel oder Hildegardmedizin. Die Auffassung von der Natur aus anthroposophischer Sicht kann Sie Ihrem Körper näher bringen. Einen Zugang dazu verschafft Ihnen Rudolf Steiner mit seinen Werken "Naturgrundlagen der Ernährung" oder "Vom Lebenslauf des Menschen".

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen erwecken in uns positive Einstellungen. Die Bachblüte "White Chestnut" befreit uns von zwanghaft negativen Gedanken, die auftauchen, wenn wir ein Problem seelisch noch nicht verarbeiten können. Die Bachblüte "Vervain" lässt uns wieder Zugeständnisse machen, wenn wir zu prophetisch oder rechthaberisch geworden sind.

Unser Erbe

Durch das Pluto-Prinzip erfahren wir, dass wir uns nur innerhalb eines determinierten Rahmens frei entfalten können. Wir sind nämlich durch unser Erbgut geprägt, das uns mit unseren Urahnen verbindet. Unser Erbgut ist sogar noch Träger von Informationsinhalten unserer Abstammungsarten aus fernen Urzeiten. Über Pluto sind wir sozusagen mit dem ewigen Leben verbunden, weil in uns die Essenz unserer Vorfahren weiterlebt. Ebenso geben wir über unser Erbgut einen kleinen Teil unserer körperlichen und charakterlichen Eigenarten an unsere Nachkommen weiter. Über Pluto erkennen wir unsere Erbschaften: familiäre Krankheitsdispositionen, psychische Leiden und familiär bedingte Ängste. Unser urzeitliches Erbe zeigt sich auch an Relikten im Körper: den Weisheitszähnen, dem Blinddarm und letztendlich auch an den Fingernägeln als Überbleibsel ehemaliger Krallen und an den Haaren, die ehemals als Wärmeschutz dienten. Erkrankungen jener Körperteile weisen auf plutonische Vorgänge hin - und fordern uns zu drastischen Veränderungen unserer Lebenseinstellungen auf.

Pluto ist diejenige Kraftquelle, die uns mutig dem Tod als dem Vertreter des Unentrinnbaren ins Auge schauen lässt. Wie oft stehen wir vor Situationen, in denen wir mit voller Absicht ins kalte Wasser des Ungewissen springen - und schwimmen! Sobald wir aber einen unumgänglichen Sprung ins Wasser vermeiden wollen, setzen wir Kontrollmechanismen ein, um das letztendlich Unvermeidliche zu verhindern. Wenn wir sehr damit beschäftigt sind, uns selbst zu kontrollieren, klagen wir vielleicht über Verspannungen im Nacken. Die zeigen an, dass wir uns zusammenreißen, um nicht explosiv aus der Haut zu fahren. Wir üben uns in Selbstbeherrschung, wenn wir befürchten, aufgrund eines temperamentvollen Ausbruchs von anderen abgelehnt oder verurteilt zu werden. Nicht selten erkennen wir unser urwüchsiges Temperament in anderen wieder. Vor allem dann, wenn uns jemand etwas zwielichtig oder unheimlich vorkommt.

Durch Pluto haben wir eine Chance, uns mit verschiedenen Formen des Sterbens vertraut zu machen - darunter auch das Abschiednehmen und das psychische Loslassen. Manchmal tauchen Krankheiten auf, die mit unserer Angst konform gehen, dass etwas in uns selbst oder in unserem Leben zusammenbrechen könnte. Aus lauter Hoffnungslosigkeit blicken wir in einen Abgrund des Ruins oder einer bedrohlichen Verlorenheit; vielleicht glauben wir sogar, in den Tod hinabgezogen zu werden. Sterben bedeutet im plutonischen Sinne, in einen anderen Seinszustand überzugehen. Tatsächlich sind wir Menschen von der ersten Sekunde unseres Lebens an dazu bestimmt, einst sterben zu müssen. Unsere Angst vor tief greifenden Wandlungen unserer Lebensgewohnheiten wird manchmal deutlich, wenn wir fast panisch befürchten, von einer schlimmen

Krankheit befallen zu werden. Auch wenn der ärztliche Befund unsere Gesundheit diagnostiziert, sollten wir uns mit unserer Angst befassen - denn hier enthüllt unser Unbewusstes, dass wir seit einiger Zeit auf Sparflamme leben, wohingegen wir uns eigentlich nach mehr Intensität sehnen.

Die Kräfte Plutos sind sehr deutlich im Sexuellen zu spüren. Beispielsweise erleben wir nur dann eine erfüllte Sexualität, wenn wir dem Pluto-Prinzip zufolge, uns vertrauensvoll fallen lassen, sämtliche Kontrollen über uns und den anderen aufgeben und uns unseren Gefühlen überlassen. Nicht umsonst nennen die Franzosen den sexuellen Höhepunkt den "kleinen Tod". Daher schenkt uns Pluto die reiche Erfahrung, im selbstvergessenen Loslassen höchste Glückseligkeit zu erleben.

Wenn Regelmechanismen - also Hormonsteuerung, Wachstumsvorgänge und Fortpflanzungsmechanismen - in unserem Körper außer Kontrolle geraten, sind unsere plutonischen Ängste am Werk. Diese Ängste verursachen, dass wir uns krampfhaft weigern, grundlegende Lebenseinstellungen und leblos gewordene Beziehungen zu verändern. Daher steigen in uns Macht- oder Ohnmachtsgefühle auf, je nachdem, wie wir glauben, das Rad der Veränderung anhalten zu können. Wer sich bemächtigen möchte, hält mit aller Gewalt am Status quo fest. Wer sich bemächtigen lässt, nimmt die Chancen seiner persönlichen Befreiung zu wenig wahr, weil die Furcht vor dem Ungewissen ihn zurückhält. Beide können voneinander nicht loslassen, denn beide sind darum bemüht, Impulse, die etwas in Bewegung bringen könnten, im Keime zu ersticken. So unterdrücken wir oft selbst unsere persönliche Reifung: Das zeigt sich im Körper im weiteren Sinne als Wachstumsstörung oder als Fortpflanzungsstörung. Die Energie Plutos ist aber ein Feuer in uns, mit dem wir entweder leidenschaftlich leben oder leidlich verbrennen.

Das Pluto-Prinzip sondert aus und kapselt ab. Hierbei geht es mehr um instinktive Abläufe als um Wertungen, die uns dazu bringen, etwas, was überflüssig geworden ist, abzustoßen. Körperschlacken und unsere Exkremente mit den dazugehörigen Organen und Funktionen entstehen so. Erkrankungen in diesem Bereich treten in der Regel auf, wenn wir uns weigern unseren psychischen Müll zu betrachten. Der setzt sich in der Regel aus uralten Schuldgefühlen zusammen, die die nicht verdauten Ängste unserer Vorfahren in uns ausgelöst haben. Schuldgefühle haben aber etwas Bedrohliches an sich, weil Sie ausdrücken, dass wir uns unerwünscht oder gar für wertlos halten. Nur, wenn wir familiäre Zusammenhänge erforschen, die unsere Minderwertigkeitsgefühle oder Krankheitsdispositionen erklären, können wir uns von unserer psychischen Last befreien. Oft halten wir aber lieber befreiende Emotionen zurück und kapseln uns ein, um unseren Platz in der Familie nicht zu gefährden. Der Körper zeigt das: mit Gewebsabkapselungsprozessen. Da, wo Ängste in uns walten, werden wir zwanghaft und verbissen. So blockierte Energien haben kein Ventil nach außen und richten sich zwangsläufig gegen uns selbst. Dann ruinieren wir uns oder werden krank. Mit der unter dem Pluto-Zeichen beschriebenen Übung können Sie sich mit Ihren plutonischen Kräften positiv verbinden.

Lebendigkeit durch Selbstfindung (Pluto im Löwen)

Ihre plutonische Kraft treibt Sie dazu an, immer mehr Sie selbst zu werden. Im Laufe Ihrer Persönlichkeitsentwicklung mag Ihnen bewusst werden, wie unmerklich und doch prägend der Einfluss Ihrer väterlichen Ahnen Ihr Leben bestimmt. Vor allem werden Sie spüren, dass es für Sie eine unumgängliche Notwendigkeit ist, Ihr Dasein mit Ihrer ureigensten Kreativität zu färben - mit Kreativität, die wahrscheinlich nicht immer mit der Lebensführung Ihrer Eltern konform geht. Psychische und vielleicht auch körperliche Tiefs mögen stets aufs Neue eine weitere Phase Ihrer Selbstentfaltung einleiten.

Sie sind sehr verantwortungsbewusst, möchten aber nicht bevormundet werden. Als Frau versuchen Sie beispielsweise durch eine Berufstätigkeit selbstständig und unabhängig zu werden. Dafür nehmen Sie vielleicht sogar eine Mehrfachbelastung in Kauf. Als Mann werden Sie sich vom Männerbild, das Ihnen Ihr Vater vermittelt hat, lösen wollen. Das wird sich vor allem in einer anderen Partnerschaftsführung und in einem anders gestalteten Sexualleben zeigen. Sowohl als Mann als auch als Frau werden Sie sich befreiter fühlen, wenn Sie Ihre ureigensten Vorstellungen verwirklichen - Vorstellungen, wie Sie vital und schöpferisch sein können. Unsere Eltern prägen allerdings unser Bild, wie wir uns als erwachsene Menschen in der Welt zu behaupten haben. Daher fühlen wir uns erst einmal verunsichert. Wenn wir an der Schwelle stehen, die uns zu mehr Selbstständigkeit hinführt, halten wir erst einmal an traditionellen Formen fest. Hinzu kommt, dass sich unsere Eltern nach einer nicht ganz unbeschwerten Kindheit mit viel Mühe eine Existenz aufgebaut haben. Deren Schwierigkeiten und Ängste schwingen in uns nach, wenn wir auf andere Lebensmodalitäten kommen. Deshalb sind wir uns zeitweilig nicht so sicher, ob das, was uns am Leben erfreut, auch das ist, was unser Leben erhält.

Solange wir uns mit einer Lebensaufgabe identifizieren, die nicht zu uns passt oder eine Rolle auskleiden, die uns an unserer Selbstentfaltung hindert, fühlen wir uns unzufrieden. Dann füllen wir unser nicht zufriedenes Dasein mit Aufgaben aus, die uns wenigstens das Gefühl geben, unentbehrlich und wichtig zu sein. Nicht umsonst sind wir alle gestresst. Anstatt aus einer persönlichen Motivation heraus unsere Aufgaben anzugehen, treibt uns der Stress an. Auf die Dauer allerdings gefährdet die immer währende Stressanspannung unsere Gesundheit. So werden wir krank, weil wir etwas in unserem Leben zum Allerwichtigsten emporheben, das aber für uns in der Tat nicht das Wichtigste ist. Folglich ignorieren wir mehr und mehr die Talente, mit denen wir unser

Leben interessant gestalten könnten. Daraufhin fühlen wir uns überanstrengt, ausgelaugt und von Verpflichtungen geschoben. Erkrankungen, die unsere Schaffenskraft stark einschränken und uns vielleicht sogar in sehr erfolgreichen Phasen ausbremsen, deuten an, wie sehr unsere Vitalität bedroht ist.

Sie spüren in sich den Drang, dass es irgendetwas geben muss, das Ihr Leben ausfüllt. Eine Krankheit könnte daher auch als Chance betrachtet werden, das Lebensfeindliche in Ihrer Lebensgestaltung zu erkennen. Dann kann endlich das in den Mittelpunkt rücken, was Sie begeistert, interessiert und freudig erfüllt. Das ist Ihr Erfolgsrezept.

Ihre plutonische Kraft bereichert Sie in vielen Lebensmomenten mit intensiven Erlebnissen, wenn Sie sich mutig und leidenschaftlich dem Leben hingeben. Das kann geschehen, wenn Sie sich mit den Urenergien unseres Planeten Erde verbinden. Damit kehren Sie zum Ursprung unseren irdischen Entstehens zurück und vereinigen sich mit Urkräften, die Sie stark werden lassen. Stellen Sie sich schulterbreit mit leicht gebeugten Knien aufrecht hin, wobei das Becken locker beweglich bleiben und die Schultern entspannt sein sollten. Bei Rückenbeschwerden können Sie diese Übung auch auf einem Stuhl sitzend machen, wobei Ihre Fußsohlen ganzseitig Bodenkontakt haben sollten. Konzentrieren Sie sich nun auf Ihre Fußsohlen und nehmen Sie bewusst den Kontakt zum Untergrund wahr. Gehen Sie im Geiste die gesamte Fußsohle ab und spüren Sie die Stellen auf, die mit dem Boden Kontakt haben. Lassen Sie nun langsam aus Ihren Fußsohlen heraus Wurzeln wachsen, die immer länger in die Erde hineingreifen. Bleiben Sie nach Möglichkeit weiterhin konzentriert und lassen Sie Ihre Fußwurzeln tief ins Erdinnere hineinwachsen, dorthin, wo die Erde eine glühend-gelbe Masse ist. Verbinden Sie sich über Ihre Wurzeln mit dem heißesten Erdmittelpunkt und stellen Sie sich die Hitze vor, in die sie hineingreifen. Atmen Sie tief durch den Mund ein und stellen Sie sich vor, dass Sie mit dem Atem jenes helle, heiße Licht die Wurzeln entlang bis in die Fußsohle hineinsaugen. Nach dieser Übung werden sich Ihre Füße warm anfühlen. Wenn Sie die Übung an verschiedenen Tagen wiederholen, laden Sie sich von Mal zu Mal mehr mit plutonischer Energie auf. Die Kräfte des Pluto geben uns den Mut, Veränderungen in unseren zwischenmenschlichen Beziehungen zu wagen, die uns freier atmen lassen. Sie erfüllen uns mit Lebenskraft, durch die wir unsere Klammergriffe, die uns oft selbst am intensiven Erleben hindern, loslassen können. So fühlen wir uns kraftvoll und gesund.

Kraft durch Bereitschaft zur Hingabe (Pluto im 12. Haus)

Wenn wir unsere plutonischen Kräfte in Fluss bringen, werden gewaltige Urenergien frei. Wir haben die Aufgabe, jene Urgewalten in einem ständigen psychischen Veränderungsprozess zu kanalisieren. Die Pluto-Kräfte stammen aus dem Reich unserer urzeitlichen Vorfahren. Deshalb erleben wir sie häufig als ungehobelt, unsozial und unbeherrscht. Weil für uns die Eingliederung in eine Gemeinschaft lebensnotwendig ist, werden wir zumeist dazu neigen, die plutonischen Urgewalten zu kontrollieren, anstatt sie fruchtbar wirken zu lassen. Im Grunde genommen können wir uns diesen urwüchsigen Kräften aber nicht widersetzen. Je mehr wir versuchen, sie zu unterdrücken, desto wahrscheinlicher wird sich diese geballte Energie gegen unser Lebendigkeit richten. Dann erstarren wir, weil wir beherrschen wollen. Gleichzeitig befürchten wir, die Kontrolle zu verlieren - und schließlich auch verlassen zu werden, da sich die anderen erschreckt von uns abwenden könnten. Wenn wir also versuchen, unsere plutonischen Energien zu beherrschen, können sie den Organismus wie Störwellen durcheinander bringen. Das verursacht Krankheiten.

Die Kräfte des Pluto sind dort vergraben, wo unsere geheimsten Ängste sitzen. Dort, wo wir mit Ohnmachtsgefühlen konfrontiert werden, die wir unbedingt vor anderen verbergen wollen, liegt die Quelle unserer Lebendigkeit. Wenn wir immer wieder aufs Neue unsere Bedenken, Hemmungen und unsere Unnachgiebigkeit überwinden, steht uns der unerschöpfliche plutonische Energiefond bereichernd und wachstumsfördernd zur Verfügung. Immer dann, wenn Lösungsprozesse im Gange sind, sträuben wir uns erst einmal dagegen, um unseren Ängsten nicht ins Auge blicken zu müssen. Wir ahnen nämlich, dass wir erst etwas aufgeben müssen, um neu beginnen zu können. Wenn wir allzu sehr damit beschäftigt sind, die Wandlungsimpulse zu verdrängen, kann sich das auf körperlicher Ebene ausdrücken: durch Abkapselungsprozesse, Gewebswucherungen und auch anhand von viralen oder toxisch-bakteriellen Invasionen, manchmal sogar durch Vergiftungserscheinungen.

Ihre verborgenen Ängste werden mobilisiert, wenn Sie meinen, von Gefühlen überwältigt zu werden. Gefühle halten sich nicht an Regeln oder Abmachungen, sondern sind einfach da. Deshalb können Sie sich durchaus vorstellen, völlig enthemmt zu sein und im Fluss Ihrer Emotionen zu weit zu gehen. Davor haben Sie Angst. Lieber halten Sie sich rechtzeitig zurück, um nicht in die Gefahr zu geraten, sich in einer unangenehmen Situation wieder zu finden. Weil Sie so sehr damit beschäftigt sind, Ihre Emotionen

frühzeitig unter Kontrolle zu bringen, unterdrücken Sie aber so manchen Impuls, der Sie emotional lebendig sein ließe. Im Bereich der Sehnsüchte und sexuellen Gefühle empfinden Sie sich manchmal wie ausgeliefert: denn, selbst wenn plutonisch-erotische Impulse verschleiert werden, können sie doch noch von anderen empfangen werden. Dann sehen Sie sich einem unwiderstehlichen Verführer gegenüber, dem Sie wie hypnotisiert folgen müssen. Erkrankungen, der Prostata, Infektionen der Keimdrüsen, ebenso Pilzinfektionen der Schleimhäute von Geschlechtsorganen deuten dann auf ein Sexualleben hin, bei dem Sie sich wie in einem magischen Bann gefangen sehen. Gefühle von Ausgeliefertsein und Eifersucht oder auch Verlustängste überschatten dann möglicherweise Ihre sexuellen Begegnungen.

Die unter dem Pluto-Zeichen beschriebene Übung, die Sie mit den Urkräften unserer Erde in Berührung bringen kann, mobilisiert Ihren Lebenswillen, der Sie lebendig werden lässt. Da zu viel energetische Aufrüttelung aber auch wieder körperliche und psychische Blockaden aufbauen kann, können Sie vor jener Übung und auch öfters mal am Tag Ihren Körper mit einem imaginären Schutzband einhüllen. Stellen Sie sich entweder um Ihren Hals oder an erkrankten oder schmerzenden Körperzonen ein blaues Lichtband vor, das aufgewühlte Stellen beruhigt und schützt. Sie können auch in Krisenzeiten oder dann, wenn Sie sich bodenlos oder an der Schwelle eines neuen Lebensabschnitts fühlen, das Aura-Soma-Öl Nr. 2 "Blau über Blau" anwenden. Es wird auch die "Friedensflasche" genannt. Tragen Sie das Öl zwischen Nackenhaaransatz, Unterkiefer und Schlüsselbeinlinie am gesamten Hals morgens und abends auf. Machen Sie sich dabei bewusst, dass nichts mit Ihnen geschehen kann, was Sie in Ihrem Innersten nicht schon längst zugelassen haben. Krankheiten sind zwar selten erwünscht, erfüllen aber manchmal die Funktion, sich Zuwendung und Aufmerksamkeit zu sichern.

Beweglichkeit und Wandelbarkeit (Merkur Trigon Rad-Pluto)

Sie legen Wert auf Wahrhaftigkeit. Mitmenschen gegenüber werden Sie misstrauisch, wenn Sie Widersprüchlichkeiten zwischen dem Gesagtem und dem Wahrgenommenen feststellen. Das erweckt Ihre Skepsis, die sich zum tiefem Misstrauen entwickeln kann. Dahinter verbirgt sich allerdings die Angst, nicht genügend beachtet zu werden. Neurodermitische Hautausschläge, häufig wiederkehrende Herpesbläschen und Pilzkrankungen an den Gliedmaßen oder der Darmflora verdeutlichen die Befürchtung, vergessen zu werden. Mit Sicherheit können Sie Ihr Leben in Phasen einteilen - wobei die eine oder andere Phase sogar mit einer Erkrankung eingeleitet wurde. Durch Krankheiten

wurden umwälzende Prozesse vor allem in Ihren zwischenmenschlichen Beziehungen erwirkt. Erkrankungen der Bronchien, asthmatische Anfälle oder körperlich bedingte Beklemmungen zeigen an, dass Sie sich unfrei oder unterdrückt fühlen. Wenn Sie enttäuscht feststellen, in entscheidenden Dingen kein Mitspracherecht zu haben, treten womöglich Warzen auf. Ein Überbein ist der Auswuchs einer vergeblichen Kraftanstrengung, um von einer Autorität ernst genommen zu werden. Bei Kindern sind Entwicklungsschübe nicht selten von sprachlichen Einschränkungen begleitet: etwa von auffälligem Stottern oder von auftretenden Infektionen der Sprachorgane.

Das, was Sie tief bewegt, teilen Sie nur selten jemandem mit. Wenn Sie sich insgeheim verlassen fühlen, sind sie verspannt und verkrampft. Nach innen gekehrt fehlt Ihnen jedoch die Aufmerksamkeit für das äußere Geschehen. Das ist der Grund, warum Sie sich dann häufig verletzen. Mithilfe Ihrer Stimme können Sie Ihre Verkrampfung lösen. Schreien Sie lauthals - wenn nötig unter einer Autobahnbrücke. So eine stimmhafte Befreiung macht es Ihnen leichter, Ihre Gefühle anderen mitzuteilen. Deren Verständnisbereitschaft wird Sie trösten.

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen helfen bei der persönlichen Wahrheitssuche. Die Bachblüte "Chestnut Bud" richtet die Aufmerksamkeit auf Hintergründiges und hilft, wenn Sie sich immer wieder von denselben Problemen blockiert fühlen. Die Bachblüte "Heather" richtet Ihren Blick auf die persönlichen Vorzüge und befreit Sie aus Verwicklungen, in denen Sie sich mit anderen vergleichen.

Wunsch und Erwartung (Jupiter Trigon Rad-Pluto)

Moral, Gesetze und Gebote halten Sie für notwendig, damit durch sie die Triebhaftigkeit der Menschen unter Kontrolle gehalten wird. Streng richten Sie sich nach einem Wertesystem, das Sie zum Prinzip erheben. Verfehlungen erwecken in Ihnen ein schlechtes Gewissen - und Ihre eigene Leidenschaftlichkeit ist Ihnen manchmal unheimlich. Irgendwie ahnen Sie, dass auch in Ihnen etwas Begieriges steckt. Gelüste, die auf das Essen bezogen sind, belasten Ihr Gewissen am wenigsten. Folglich überfällt Sie gelegentlich ein Heißhunger auf Süßigkeiten. Falls Sie rauchen, werden Sie phasenweise zum Kettenraucher - und zwischenzeitlich konsumieren Sie mehr Alkohol, als Sie vertragen. Doch plötzlich pfeift Ihre Moral Sie zurück und Sie sühnen Ihre Ausuferungen durch Abstinenz. Erkrankungen, die mit der Leber in Verbindung stehen und auch Bauchspeicheldrüsen- oder Darmbeschwerden deuten an, dass Sie Ihr Verlangen nach Liebe oder Anerkennung stark reglementieren.

Die Schwingungen von Bachblüten bestärken Sie darin, Ihren persönlichen Lebensauffassungen mehr Berechtigung als einem allgemeinen Verhaltenskodex zu geben. Die Bachblüte "Pine" fördert Selbstbejahung, Selbstverantwortlichkeit und auch geistige Unabhängigkeit, also die Eigenschaften, durch die Sie zu eigenen Werten finden. Die Bachblüte "Beach" erweitert Ihre Toleranzgrenze und gibt Ihnen damit den Mut, sich selbst mehr Zugeständnisse zu machen.

Unsere Verwundbarkeit

Jeder Mensch hat eine empfindliche Stelle, die schon bei der geringsten Berührung Schmerzen verursacht. Chiron beschreibt jenen wunden Punkt, wo wir uns ausgestoßen, abgelehnt und nicht dazugehörig fühlen. Die chironsche Veranlagung, durch die wir sehr dünnhäutig, labil und möglicherweise auch krankheitsanfällig sind, besitzen wir schon seit unserer Geburt. Daher werden wir zwangsläufig im Gefecht unserer Beziehungen immer wieder unversehens verletzt werden. Bei chironschen Verletzungen haben wir es auf körperlicher Ebene mit Empfindlichkeiten, körperlichen Schwachstellen oder angeborenen körperlichen Mängeln zu tun. Die machen uns vor allem deshalb zu schaffen, weil wir uns durch sie aus der Normalität, die alle anderen Menschen miteinander zu verbinden scheint, ausgegrenzt vorkommen. Wir fühlen uns durch unsere Eigenheit stigmatisiert. Darunter leiden wir insbesondere, wenn wir uns aus Selbstschutz völlig unempfindlich geben.

Doch wirklich schützen können wir unsere chironsche Wunde nur, wenn wir unsere Schwachstelle akzeptieren und auf sie Rücksicht nehmen. Das schließt mit ein, dass wir unsere labile Veranlagung zu erkennen geben. Das ist nicht leicht, weil uns Chiron mit genau den Aspekten unserer Persönlichkeit in Berührung bringt, die wir hässlich finden und die uns scheinbar daran hindern, uns vollkommen zu fühlen. So bewahrt uns unser Körper mit seinen Trieben, mit seinen Ausscheidungsvorgängen und mit seinen Anfälligkeiten davor, dass wir uns in Idealisierungen vergeistigen. Wir tendieren dazu, das, was uns behindert, intellektuell auszuräumen. Wenn wir allerdings mit einer chironschen körperlichen Veranlagung so umgehen, werden wir verblüfft feststellen müssen, dass das alte Leiden durch ein neues ersetzt wurde.

In dieser astrologischen Textinterpretation wurde schon oftmals von Leiden und Heilung gesprochen. Unsere saturnischen Wunden beispielsweise können wir durch Disziplin, Übung und durch die Entwicklung unserer Stärken heilen. Dagegen heilen wir unsere plutonischen Wunden, indem wir traumatische Erlebnisse noch einmal bewusst durchleben. Ganz anders müssen wir bei unserer chironschen Verwundung vorgehen.

Die chironsche Heilung liegt im Annehmen unserer Körperlichkeit. Gemeint ist damit, dass wir lernen, mit unserer Sterblichkeit, mit unseren Trieben und mit unseren körperlichen Schönheitsfehlern und Unvollkommenheiten zu leben. Die chironschen Kräfte in uns zwingen uns dazu, uns als eine Einheit aus Körper und Geist anzunehmen. Wir fühlen uns zufrieden und rund, wenn wir unsere Schwächen und Unvollkommenheiten in unser Lebens integriert haben. Dann sind wir vielleicht nicht vollkommen, aber heil.

Ihr wunder Punkt: Ihr Schutzbedürfnis (Chiron im Krebs)

Sie sind nicht gerne alleine und fühlen sich schnell einsam. Ihr wunder Punkt wird berührt, wenn Sie spüren, dass sich lieb gewordene Menschen nicht mehr so intensiv um Sie kümmern wie bisher. Sie reagieren sehr empfindlich auf Leidensgeschichten anderer, weil sie in Ihnen eine tief verborgene Traurigkeit berühren.

Möglicherweise setzen Sie sich über die emotionale Nöte anderer hinweg, werden aber selber in Zeiten, in denen Sie sich zu wenig beachtet und gehätschelt fühlen, krank. Veränderliche und veränderte Wohnsituationen und familiär bedingte Unstetigkeiten lösen ein ungutes Gefühl in Ihrer Magengrube aus. Magenbeschwerden, Ernährungsprobleme und auch Störungen des Flüssigkeitshaushaltes oder Augenerkrankungen könnten darauf hinweisen, dass Sie unter der Gefühlskälte einer persönlichen Beziehung leiden.

Menschen lehnen sich gerne an Sie an, weil sie bei Ihnen Schutz und Geborgenheit, Trost und gute Ratschläge finden. Sie haben viel Verständnis für andere Menschen, weil Sie deren Probleme nachempfinden können. Sie selbst allerdings haben selten das Gefühl, mit Ihren eigenen Nöten so tröstlich und patent umgehen zu können. Instinktiv wissen Sie aber, was andere brauchen und wie sie es sich beschaffen können. Durch das Leid der anderen kommen Sie Ihrem Bedürfnis nach körperlicher Nähe immer näher.

Ihre Heilkraft: Sonderbares akzeptieren (Chiron im 11. Haus)

Den wunden Punkt, der unter Ihrem Chiron-Zeichen beschrieben wurde, spüren Sie vor allem dann schmerzlich, wenn Sie als Außenseiter oder Eigenbrötler aus einer Gemeinschaft ausgegrenzt werden. Ihr Wunsch, dazuzugehören, ist aber sehr groß. Daher suchen Sie - womöglich ganz unbewusst - Toleranz und Verständnis in einer Gruppe, die sich in irgendeiner Weise mit dem Heilen befasst. So finden Sie sich in einer Selbsthilfegruppe, in einer Therapiegruppe oder in medizinischen Ausbildungsgruppen wieder. Vielleicht fühlen Sie sich insbesondere zu Menschen hingezogen, die einen heilenden oder therapeutischen Beruf ausüben.

Sie haben am eigenen Leibe erfahren, wie schmerzhaft es ist, aufgrund einer gewissen Andersartigkeit oder einer einseitigen Begabung nicht dazuzugehören. Hieraus haben Sie ein Gespür für Menschen entwickelt, die aufgrund einer psychischen Labilität, einer körperlichen Einschränkung oder aufgrund einer Einräumung von Sonderrechten nicht ins "Normale" hineinpassen. Wenn es darum geht, Außenseiter in eine Gemeinschaft zu integrieren, sind Sie ein guter Ratgeber und ein ideenreicher Erfinder. Das ist eine Heilkraft, die Sie anderen zugute kommen lassen sollten, weil Sie selbst daran heil werden.

Ihr wunder Punkt aber liegt stets offen da und verhindert, dass Sie sich selber als integriertes Mitglied einer Gemeinschaft fühlen. Daher sollten Sie Erkrankungen, durch die Sie in eine Sondergruppe hineingeraten - beispielsweise als Neurodermitiker -, Sportunfälle, durch die Sie ausgeschieden sind, sowie auch immer wiederkehrende Beschwerden, die regelmäßige Kontakte unterbinden, als Spitze eines Eisberges betrachten. Unter der Oberfläche haben Sie das Gefühl, nicht dazuzugehören. Ihre körperlichen Handikaps könnten Sie mit Menschen in Kontakt bringen, durch die Ihre bisherige Auffassung vom Zusammenleben und Zusammenwirken der Menschen erweitert werden.

Durch Ihre Chiron-Wunde gelangen Sie an therapeutische Methoden, die Körper und Psyche als Einheit betrachten. Möglicherweise zieht es Sie zur Homöopathie, zur chinesischen oder tibetischen Medizin, zu Natur- oder anderen Heilverfahren hin. Sie werden mit Therapeuten, Sozialarbeitern, geistigen Lehrern, Philosophen und auch mit Astrologen in Kontakt kommen, durch die Ihnen die Kraft Ihrer Intuition wieder bewusst wird. Ihr wunder Punkt kann nicht wegtherapiert werden. Doch er wird Sie immer wieder dazu bringen, das Leben aus einer Verbindung von Gefühl und Verstand heraus zu betrachten.

Epilog

Sie haben nun eine Fülle an Möglichkeiten erfahren, wie sie Ihre psychischen Energien und Ihre Energiezentren im Körper (Chakren) positiv aktivieren bzw. notfalls auch schützen können. Nur wenn Sie wissen, was Ihnen Schwierigkeiten bereitet, können Sie Dinge verändern und gegebenenfalls nach stärkenden Hilfsmitteln greifen. Es gibt sicherlich kein Wundermittel, das alle Probleme löst, doch in verschiedenen Lebenssituationen kann das eine oder andere wohltuend zur Seite stehen.

Wenn Sie jedoch an einer ernsthaften oder chronischen Erkrankung leiden, sollten Sie natürlich unbedingt auch Ihren Arzt befragen und eine Therapie der Symptome einleiten. Bei psychischen Leiden kann sicherlich ein Psychotherapeut maßgebliche Hilfe leisten.

Falls Sie ein chronisches Krankheitsbild astrologisch durchleuchten wollen, sollten Sie im Anschluss an diese ersten Anregungen unbedingt einen erfahrenen Astrologen befragen. Mit einem Fachmann können Sie mithilfe Ihrer körperlichen Symptome die Botschaften Ihrer Psyche und vielleicht sogar Ihrer Seele erarbeiten.

Absichtlich wurden hier keine homöopathischen Mittel und andere alternativen Heilmittel zitiert, denn die Diagnostik und Therapie gehört in die Hände eines erfahrenen Fachmenschen!

Allerdings sollten wir jede Erkrankung in dem Sinne ernst nehmen, dass wir uns bereit erklären, für unsere Gesundheit selbst verantwortlich zu sein. Kein Heiler kann einem Menschen seine Erkrankung tatsächlich wegnehmen. Im Grunde genommen können von außen nur Symptome behandelt und Schmerzen gelindert werden. Der wahre Heiler liegt in uns selbst: er wird durch unsere Bereitschaft verkörpert, ein Ungleichgewicht in unserem Leben erkennen und verändern zu wollen. In der Regel gilt es dabei stets, materielle Verluste und vielleicht auch Abschiede von Gewohnheiten und Bequemlichkeiten zu akzeptieren.

Abschließend noch Grundsätzliches zur Anwendung von Bachblütenessenzen:

Wir werden krank, wenn die Harmonie zwischen Körper und Psyche gestört ist. Die Schwingungen von Bachblüten erzeugen in uns ein Gleichgewicht zwischen Psyche und Körper. Gerade, weil Bachblüten auf feinstofflicher Ebene wirken, sollten Sie - wie andere Heilmittel auch - sehr verantwortungsvoll und nur in speziellen Fällen eingesetzt werden. In diesem Sinne ist es nicht ratsam, für jeden astrologischen Aspekt prophylaktisch eine Essenz anzuwenden. Nur wenn Sie sich in einem psychischen oder körperlichen Ungleichgewicht befinden und Sie Ihre Problematik in einem hier beschriebenen astrologischen Aspekt wieder finden, sollten Sie die dazu aufgeführten Bachblütenessenzen einnehmen.

Bachblüten ersparen Ihnen keinen Gang zum Arzt und sind kein Medikamentenersatz! Sie können aber durchaus eine medikamentöse Therapie positiv begleiten, denn Sie wirken ganzheitlich. Sollten Sie sich für eine unter den Aspektierungen beschriebene Bachblüte nicht so recht entscheiden können, wird Sie Ihre Intuition sicherlich an die momentan für Sie zutreffende Essenz heranführen. Beim Aussuchen des betreffenden Mittels kann hierbei ein Kartensortiment behilflich sein, das jede Bachblüte einzeln charakterisiert. Die Bilder so einer Bachblüten-Kartensammlung - beispielsweise die "Bachblüten-Devas" von Alois Hanslian - sprechen Ihr Unbewusstes an und stellen einen intuitiven Bezug zur Wirksamkeit der jeweiligen Blüten her.

Die Anwendung und auch die ausführliche Beschreibung der Wirkungsweisen einzelner Bachblüten hat Dr. med. Götz Blome in seinem Buch "Das neue Bachblüten-Buch" besonders übersichtlich gestaltet. Die Schwingungswirkung der Bachblüten kann mit Farbschwingungen verstärkt werden. Wenn Sie sich mit einer Bachblütenessenz wieder in einen harmonischen Einklang mit sich selbst bringen wollen, kann die Begleitung durch eine Farben-Meditation eine schnellere und auch tiefergehende Wirkung in Ihrer Psyche erzielen. Ingrid

Kraaz hat in Ihrem Buch "Die richtige Schwingung heilt" den einzelnen Bachblüten Farben und Affirmationssätze zugeordnet. Affirmationen sind tröstende Sätze, die immer wieder gelesen und wiederholt werden. Genaue Meditationsanweisungen sind in ihrem Buch nachzulesen.

Susanne Christan, Astrologin.