



*Körper*

*Geist*

*Seele*

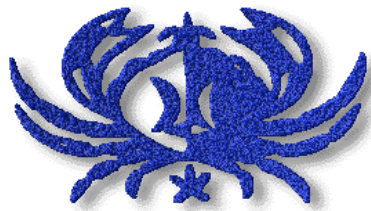
## **ASTROLOGISCHE ANALYSE**

**Körper, Geist, Seele Langform**

**Sarah Muster**

16.07.1984 15:41

Lausanne



**Sonnenzeichen: Krebs**

Mondzeichen: Fische

Aszendent: Skorpion

**Inhalts-  
verzeichnis**

---

<b>Deckblatt</b>	<b>1</b>
<b>Inhaltsverzeichnis</b>	<b>2</b>
<b>Horoskopgrafik</b>	<b>4</b>
<b>Aspektgrafik / Daten</b>	<b>5</b>
<b>Prolog</b>	<b>6</b>
<b>Ihre gesundheitliche Konstitution</b>	<b>7</b>
Ihr rigoroser Umgang mit Ihrer Gesundheit (Aszendent im Skorpion)	7
Beweglichkeit stärkt Körper und Psyche (Aszendent Quadrat Rad-Merkur)	9
Aktivsein stärkt Körper und Psyche (Aszendent Konjunktion Rad-Mars)	9
Zuversicht stärkt Körper und Psyche (Aszendent Sextil Rad-Jupiter)	10
Klare Grenzen stärken Körper und Psyche (Aszendent Konjunktion Rad-Saturn)	10
<b>Ihre zentrale Energiequelle</b>	<b>11</b>
Lebenskraft ist die Kraft der Gefühle (Sonne im Krebs)	13
Kraft für eigene Überzeugungen entwickeln (Sonne im 9. Haus)	15
Heilungsweg: Selbstkontrolle aufgeben (Sonne Quadrat Rad-Pluto)	16
<b>Ihre psychische Kraft</b>	<b>18</b>
Erholung heißt, sich fallen zu lassen (Mond in den Fischen)	20
Zuwendung macht Sie gesund (Mond im 4. Haus)	21
Bedürfnis und Moral (Mond Sextil Rad-Jupiter)	23
Bedürfnis und Verantwortung (Mond Trigon Rad-Saturn)	25
Bedürfnis und Hingabe (Mond Sextil Rad-Neptun)	26
Bedürfnis und Auslieferung (Mond Trigon Rad-Pluto)	28
<b>Unser Regelsystem</b>	<b>29</b>
Selbsterhaltung durch Wertschätzung seiner Selbst (Saturn im Skorpion)	31
Heilungsaufgabe: Leiden schicksalhaft annehmen (Saturn im 12. Haus)	33

Ideale und Realität (Jupiter Sextil Rad-Saturn)	34
<b>Unser Reizleitungssystem</b>	<b>35</b>
Stress durch zu hohe Erwartungen (Uranus im Schützen)	37
Befreiung im Handeln (Uranus im 1. Haus)	38
<b>Unsere Diffusionsprozesse</b>	<b>40</b>
Beeinflussbar in der Wertigkeit (Neptun im Schützen)	42
Geschwächt durch Ablehnung des Körperlichen (Neptun im 2. Haus)	43
<b>Unser Erbe</b>	<b>44</b>
Lebendigkeit im persönlichen Austausch (Pluto in der Waage)	46
Kraft durch Bereitschaft zur Hingabe (Pluto im 12. Haus)	48
körperliche Liebe und seelische Verbundenheit (Venus Quadrat Rad-Pluto)	49
Lebensstrom und Wandel des Lebens (Neptun Sextil Rad-Pluto)	50
<b>Unsere Verwundbarkeit</b>	<b>51</b>
Ihr wunder Punkt: Ihr Selbstvertrauen (Chiron in den Zwillingen)	52
Ihre Heilkraft: Ausgleich schaffen (Chiron im 7. Haus)	52
<b>Epilog</b>	<b>53</b>



**Sarah Muster**

**Lausanne**

Länge: 006°38' E Breite: 46°31' N

Radixhoroskop  
Placidus

Datum: 16.07.1984  
Zeit: 15:41 MET/S

**Planeten-Stellungen**

☉ Sonne	24°11'	♋ Krebs	Haus 9
☾ Mond	3°47'	♊ Fische	Haus 4
☿ Merkur	16°39'	♌ Löwe	Haus 9
♀ Venus	2°37'	♌ Löwe	Haus 9
♂ Mars	16°08'	♏ Skorpion	Haus 1
♃ Jupiter	5°59' (R)	♑ Steinbock	Haus 2
♄ Saturn	9°43'	♏ Skorpion	Haus 12
♅ Uranus	9°58' (R)	♐ Schütze	Haus 1
♆ Neptun	29°24' (R)	♐ Schütze	Haus 2
♇ Pluto	29°20'	♎ Waage	Haus 12
♁ mKnoten	4°04'	♏ Zwilling	Haus 7
♄ Chiron	6°43'	♏ Zwilling	Haus 7
♁ Lilith	24°20'	♊ Fische	Haus 4
♈ Aszendent	11°59'	♏ Skorpion	Haus 1
♈ Medium Coeli	24°09'	♌ Löwe	Haus 10

**Häuser-Stellungen**

1	11°59'	♏ Skorpion
2	11°07'	♐ Schütze
3	16°28'	♑ Steinbock
4	24°09'	♏ Wassermann
5	26°39'	♊ Fische
6	22°01'	♐ Widder
7	11°59'	♈ Stier
8	11°07'	♏ Zwilling
9	16°28'	♋ Krebs
10	24°09'	♌ Löwe
11	26°39'	♍ Jungfrau
12	22°01'	♎ Waage

**Aspekte**

☉ ∨ MC	+0°02'	♀ * ♀	+0°04'	☉ Δ ♁	+0°09'
♁ ∨ MC	+0°11'	♃ ∨ ♁	+0°15'	☾ □ ♁	+0°17'
♃ □ ♁	+0°22'	♄ Q ♁	+0°23'	♀ □ ♂	+0°32'
♀ Q ♁	+0°35'	♀ Q ♀	+0°40'	♃ ∨ ♄	+0°44'
☉ □ ♁	+0°47'	♀ β ♁	+1°00'	☾ ∨ ♀	+1°09'
♀ β ♁	+1°16'	♀ β ♄	+1°23'	♀ * ♁	+1°27'
♀ β ♁	+1°41'	♄ ∨ ♀	+1°44'	♃ ∨ ♁	+1°55'
♁ ∨ AC	+2°01'	♀ Q ♄	+2°04'	☾ * ♃	+2°12'
♀ □ ♀	+2°16'	♁ Q ♁	+2°16'	♃ ∨ AC	+2°16'
♀ ∨ AC	+2°25'	☉ ∨ ♄	+2°28'	♁ ∨ AC	+2°39'
♁ ∨ ♂	+2°39'	♀ β ♀	+2°46'	☾ □ ♂	+2°57'

**Quadranten**

Quadrant 1	4	♄ ♃ ♁ ♀
Quadrant 2	2	☾ ♁
Quadrant 3	5	☉ ♃ ♀ ♁ ♄
Quadrant 4	2	♃ ♀

**Elemente**

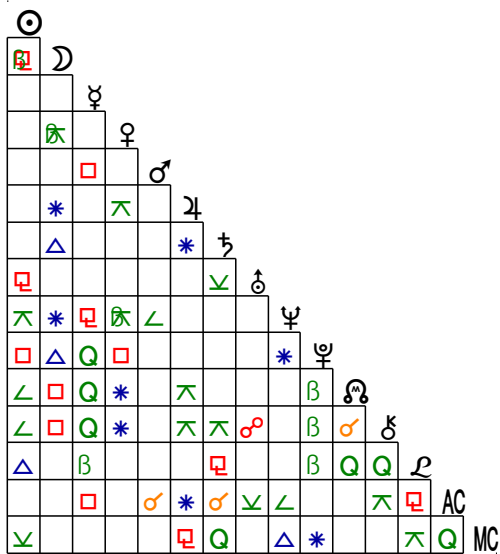
Feuer	4	♀ ♀ ♁ ♀
Erde	1	♃
Luft	3	♀ ♁ ♄
Wasser	5	☉ ☾ ♂ ♃ ♁

**Qualitäten**

Kardinal	3	☉ ♃ ♀
Fix	4	♀ ♀ ♂ ♃
Flexibel	6	☾ ♁ ♀ ♁ ♄ ♁

**Männlich / Weiblich**

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



**Legende**

- ♋ Konjunktion
- ∨ Halbsextil
- ∨ Halbquadrat
- \* Sextil
- Q Quintil
- Quadrat
- ▤ Sesquiquadrat
- β Biquintil
- ∧ Quincunx
- ♋ Opposition

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

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

## Prolog

Dieses Horoskop 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 rigoroser Umgang mit Ihrer Gesundheit (Aszendent im Skorpion)**



Ihre gesundheitliche Verfassung hängt davon ab, wie beständig Sie Ihr Beziehungsfeld empfinden. Sobald Sie das Gefühl haben, dass Ihnen Menschen entgleiten, werden Sie wahrscheinlich für die verschiedensten Wehwehchen anfällig. Allerdings haben Sie eine bewundernswerte Regenerationskraft, sodass man Sie selten im Bett und eigentlich immer auf den Beinen sieht. Quelle Ihrer Gesundheit ist für Sie ein erfülltes Sexualleben. So tauchen möglicherweise Infektionen, Geschwüre oder Verengungen an den Geschlechtsteilen auf, wenn lustvolle Begegnungen fehlen.

Sie haben unendlich viel Power. Der sollten Sie unbedingt mit sportlicher Betätigung ein Ventil geben. Andernfalls könnte sich Ihre Energie vor allem sexuell bemerkbar machen. Das kann zu sexuellem Druck, aber auch zu sexuellen Verspannungen führen. Sie verfügen über Kampflust und Ausdauer. Daher sind Kampfkünste wie Judo, Karate oder Aikido geeignete Möglichkeiten, sich mit anderen zu messen. Mit Ihrem durchdringenden Blick durchbohren Sie Ihre Partner und Zielobjekte, sodass Sie bestimmt erfolgreich sind im Bogenschießen, Schwertkampf oder beim Fechten. Weil Sie sich immer wieder Ihre Ausdauer beweisen möchten, könnten Sie zum Marathonläufer geboren sein. Allerdings gehört zu jeder Art von Sport, die Sie treiben, eine gewisse Passion. Ohne die ziehen Sie sich lieber in die Stille zurück, könnten dann aber zum Grübler werden. Bewegung hält Sie davon ab, zu starr und verbissen zu werden - vor allem, wenn Sie sich auf irgendeine Weise zu wenig beachtet fühlen oder eingeschnappt sind.

Alles, was Sie tun, möchten Sie intensiv erleben. Für Sie ist das Leben viel zu kurz, als dass Sie es mit Nebensächlichkeiten anfüllen könnten. Alles, was keimt und fruchtbar ist, scheint das Leben zu verlängern. Dem entspricht auf körperlicher Ebene alles, was mit der Arterhaltung zu tun hat: die Geschlechtsorgane mit den Keimdrüsen, ebenso das Blutbildungssystem in Milz und Knochenmark. Erkrankungen in diesen Organen lassen auf abgewürgte Energien schließen. Manchmal nämlich nehmen Sie sich sehr stark zurück und geben sich bescheidener als Sie sind, um andere gefällig zu halten. Stuhlgangprobleme und ungenügende Körperentgiftung könnten das verdeutlichen. Je weniger Sie sich getrauen, vor anderen Ihre Lebenslust und Ihre persönliche Kraft zu zeigen, desto eher neigt Ihr Körper dazu, sich im Kampf gegen Infektionen und Unverträglichkeiten zur Wehr zu setzen. Ihre Abwehrkraft ist vor allem geschwächt, wenn Sie sich dazu zwingen, langweilig gewordene Beziehungen aufrechtzuerhalten. Auf diese Weise vergällen Ihnen Gewohnheiten Ihre Lust auf Leben.

Falls Sie endlich einmal ärztliche Hilfe aufsuchen, sind Sie bereits ein Notfall. So könnte es sein, dass Sie erst zum Arzt gehen, wenn ein chirurgischer Eingriff notwendig geworden ist. Den können Sie bedauerlicherweise nicht selber vornehmen. Sie trauen nämlich keinem der Götter in Weiß. Andererseits sind Sie ein Mensch des Entweder-oders. So tendieren Sie zu Radikalkuren, weil Sie das Übel von der Wurzel her zu entfernen trachten. Sie glauben an die Devise "Gift muss man mit Gift beseitigen". So könnten Sie sich öfters als andere zur Anwendung von Antibiotika genötigt sehen.

Andernfalls werden Sie von der Wirkung homöopathischer Mittel, die auch nach obigem Prinzip wirken, überwältigt sein.

Mit Ihrem zähen, beharrlichen Temperament verbeißen Sie sich manchmal in Ihren Frust. Um das Ganze durchhalten zu können, greifen Sie zu starken Reizmitteln wie Kaffee, Nikotin oder alkoholisierten Getränken. Die schädigen auf längere Zeit hin Ihre Schleimhäute. Im Grunde genommen lieben Sie Pfeffer, Paprika, Meerrettich, Senf und stark gewürzte Speisen. Die wecken mit ihrer schweißtreibenden und durchblutungsfördernden Wirkung Ihre Lebensgeister. Außerdem haben scharfe Gewürze im Darm eine entgiftende Wirkung. Zusätzlich wirken sie anregend - vor allem, wenn Sie zu viel Energien zurückgehalten haben. Allerdings sollten Sie immer wieder die Regel beherzigen, dass nur gesund sein kann, was in Maßen genossen wird!



### **Beweglichkeit stärkt Körper und Psyche (Aszendent Quadrat Rad-Merkur)**

Ihr Gesundheitszustand hängt nicht zuletzt von Ihrer nervlichen Verfassung ab. Manchmal sind Sie einfach überreizt, weil Ihnen zu viel Dinge auf einmal einfallen, die Sie gar nicht unter einen Hut bekommen können. Regelmäßige Bewegung, vor allem an der frischen Luft, verbraucht überschüssige Energien. So kommen Sie wieder ein wenig zur Ruhe, sodass Sie das Gewirr der verschiedenen Anforderungen logisch durchdenken und ordnen können. Tiefes Einatmen befreit. Über die vermehrte Sauerstoffzufuhr werden Stoffwechselfvorgänge angeregt. Wenn Sie unflexibel geworden sind, fühlen Sie sich hingegen schlapp und haben möglicherweise

eine träge Verdauung. Das greift auch auf innere Einstellungen über, die behäbig machen. Je mehr Sie sich körperlich bewegen, desto mitteilungsfreudiger werden Sie. Krankheitsbilder, die mit einer trägen Verdauung oder mit der Atmung zu tun haben, könnten ein Hinweis darauf sein, dass Sie vermehrt Kontakte pflegen sollten und sich anderen mehr mitteilen sollten. Dadurch verdauen Sie gewisse Dinge viel besser - und neue Sichtweisen vertreiben alte Vorurteile.



### **Aktivsein stärkt Körper und Psyche (Aszendent Konjunktion Rad-Mars)**

Mit Mars am Aszendenten wird Ihr Gesundheitszustand robuster als das vielleicht unter Ihrem Aszendentenzeichen beschrieben wurde. Vor allem fühlen Sie sich aktiv, wenn Sie sich durchsetzen und das erkämpfen, was Sie für wichtig halten. Solange Sie Ihre Kräfte für sich selbst einsetzen, sich nicht mit Hyperaktivität anstecken und von anderen als Vorkämpfer ausnützen lassen, sind Sie dynamisch und vital. Sich nichts gefallen zu lassen, nichts aushalten und vor allem nicht abwarten zu müssen, lässt Ihre Energien fließen. Sobald Sie sich aber zum Zähnezusammenbeißen, zum Ausharren und zum Rückzug veranlasst sehen, versetzen zurückgehaltene Energien Ihren Körper in einen Stresszustand. Gleichzeitig können das akut auftretende Erkrankungen, Unfälle, Hautrötungen und Fieberanfälle verdeutlichen. Zahnprobleme oder Kopfschmerzen könnten auf eine Gereiztheit hindeuten, die dann entsteht, wenn Sie sich in Ihrem Tatendrang chronisch blockiert fühlen.

Ihre Abwehrkraft wird gestärkt, wenn Sie sich körperlich bewegen und sich wenigstens einmal am Tag so richtig verausgaben. Auf diese Weise finden Sie auch wieder Ruhe und verfallen nicht in nervöse Hektik, in der Sie verletzungsgefährdet sind. Sport und körperliche Arbeit könnten als Mittel dienen, um sich abzureagieren, wenn Sie auf Widerstände stoßen. Die treten meistens deswegen auf, weil Sie vorschnell etwas übers Knie brechen möchten. Um sich gesund zu erhalten, ist es für Sie von entscheidender Wichtigkeit, Ihre Energieschübe in irgendeiner Form auszuagieren. Trotzdem sollten Sie akzeptieren, dass andere dabei aus dem Spiel gelassen werden wollen.



### **Zuversicht stärkt Körper und Psyche (Aszendent Sextil Rad-Jupiter)**

Vermutlich haben Sie größere Gewichtsschwankungen. Zwischenzeitlich kommt Ihre genießerische Ader zur Geltung. Dann essen Sie zu viel und zu fett. Vielleicht trinken Sie auch mal ein Gläschen Alkohol mehr als Sie vertragen. Sicherlich fällt es Ihnen nicht leicht, ein gutes Stück auf dem Teller zu lassen, obwohl Sie eigentlich schon satt sind. Sie haben nämlich die Einstellung, dass man die Fülle und die Geschenke des Lebens unbedingt auskosten sollte. Auf diese Weise glauben Sie, das Glück zu finden. Ein empfindlicher Darm oder ein unangenehmer Blähbauch könnte Ihnen vermitteln, dass Sie Ihren Blick vom Materiellen wieder auf ideelle Werte richten sollten. Dann reguliert sich automatisch auch Ihr Essverhalten von Quantität zur Qualität, also zu einer vollwertigen Ernährung.



### **Klare Grenzen stärken Körper und Psyche (Aszendent Konjunktion Rad-Saturn)**

Mit Saturn am Aszendenten sind Sie wahrscheinlich wetterfester, zäher und ausdauernder als es unter Ihrem Aszendentenzeichen beschrieben wurde. Hauptsächlich wirken Sie so robust, weil Sie dazu neigen, Beschwerden, Krankheiten oder Schmerzen lange auszuhalten. Von kleinen Wehwehchen, die manch andere schon umwerfen, lassen Sie sich kaum beeindrucken. Allerdings fällt es Ihnen viel leichter, Schwachstellen zu ignorieren als körperlich blockiert zu sein.

So ziehen Sie oft nicht dort die Grenzen, wo Ihr Selbstschutz vor Überlastung und Stress beginnen sollte. Wenn Sie sich trotz Ihrer Last noch krampfhaft aufrechthalten, könnten Wirbelsäulen- und auch Kniebeschwerden Ihnen verdeutlichen, dass es schon längst genug ist. Haben Sie sich viel zu viel aufgebürdet, ringen Sie nach Ordnung. Das entzieht Ihrem Körper viel Energie und der Stress zehrt an Ihren Kraftreserven. So kommt es vor, dass Sie sich zwischenzeitlich ausgelaugt, ermattet und lustlos fühlen. Muskelverspannungen im Wirbelsäulenbereich könnten darauf hinweisen, dass Sie den Entwicklungen in Ihrem Umfeld zu unflexibel gegenüberstehen. Erkrankungen, die Sie dazu bewegen, einen Arzt aufzusuchen, sind psychosomatische Prozesse, die mit einer Verlangsamung gekennzeichnet sind. Folge ist ein träger Stoffwechsel, eine Einschränkung Ihrer Beweglichkeit oder verminderte Schleim-, Sekret- oder Enzymproduktion.

Solche Krankheitssymptome tauchen auf, wenn Sie das Fließen und die damit zusammenhängenden Gefühle zurückhalten - um weiterhin als stark, unempfindlich und unverrückbar zu gelten. Deswegen sollten Sie, um gesund zu bleiben, auf statische, verkrampfte Körperhaltungen achten und immer wieder Starre lösen: beispielsweise Ihre durchgedrückten Knie lockern, Ihre hoch gezogenen Schultern entspannen oder Ihr Hohlkreuz entlasten. Unterbrechen Sie Ihre Arbeiten immer wieder und machen Sie runde Kreisbewegungen, entweder der Arme, Beine, der Gelenke oder des Kopfes. Das lockert Sie auf und verhindert, dass Sie einrosten.



### **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 Schläffheit. 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 ist die Kraft der Gefühle (Sonne im Krebs)**

Mit Ihrer Krebssonne liegt Ihnen ein familiäres und heimeliges Umfeld am Herzen, das für Sie der Nährboden optimaler Schaffenskraft ist. Im Berufsleben sind Sie vermutlich eine Anlaufstelle für die persönlichen Anliegen und Sorgen Ihrer Mitarbeiter. Hinter Pflichten und Alltagskram verbirgt sich Ihr Bedürfnis nach Geborgenheit, das für Erwachsene, die lieber die Versorgerrolle einnehmen, oft nur schwer erfüllbar ist. Gewichtsprobleme zeigen bei einem krebsbetonten Menschen an, dass er sich zu wenig um sein emotionales Schutzbedürfnis kümmert. Untergewicht lässt häufig darauf schließen, dass man um Gefälligkeiten, Zuwendungen und auch Liebesdienste nicht bitten mag - lieber bleibt man psychisch hungrig. Krebsmenschen mit Kummerspeck stellen stets die Bedürfnisse der anderen in den Vordergrund. Sie weisen niemanden zurück und geben sich anspruchslos: Im Inneren aber bleiben Ihre Sehnsüchte erhalten. Das Fettpolster dient als Vorratskammer, von der man in mageren Gefühlszeiten zu zehren hofft.

Für einen Menschen mit einer Krebssonne bedeutet Lebensbewältigung auch die Überwindung der Angst vor dem Alleinsein. Als Erwachsener ist man ohne familiären Schutz den Erwartungen und Richtlinien der Gesellschaft ausgesetzt. Wenn Sie sich den Anforderungen des Alltags nicht gewachsen fühlen, haben Sie vermutlich falsche Ansprüche an sich selbst - und diese schlagen Ihnen auf den Magen. Dann stellen Sie die Kraft Ihrer Intuition in den Hintergrund und

glauben, dass Konkreteres von Ihnen gefordert sei. Einschlafschwierigkeiten weisen ebenfalls darauf hin, dass Sie zu wenig Ihrem Gespür trauen. Das würde Ihnen nämlich vermitteln, dass Sie sich auch morgen noch getrost auf Ihre Kraft verlassen können. Vielleicht sollten Sie in solchen Fällen besser denjenigen Teil der Verantwortung delegieren, der strukturelle Planung und organisatorische Pflichten von Ihnen verlangt.

Im Krebszeichen regiert der Mond den Wasserhaushalt im Körper. Wasseransammlungen im Körper sind auf eine Blockierung des Flüssigkeitshaushaltes zurückzuführen. In der Regel wird ein Gefühlsstau auf der körperlichen Ebene gelebt. Viele Tränen aufgrund von Trauer und dem Gefühl, allein gelassen zu sein, sammeln sich in den Ödemen an. Hier kann es tatsächlich helfen, dass Sie wieder weinen. Dabei ist es egal, ob Sie sich von einem Schnulzenfilm ergreifen lassen oder über das Schicksal eines anderen Menschen trauern. Es werden stets Tränen vergossen, mit denen Sie auch das eigene Leid beweinen.

Mit Ihrer Krebssonne finden Sie Ihre psychische Heilung, indem Sie Ihrem Gefühlswesen einen Ausdruck verleihen. Dann fühlen Sie sich lebendig. Vielleicht sind Sie ein leidenschaftlicher Koch und ergreifen die Gelegenheit, alle Ihre Freunde zu einem Schlemmermahl einzuladen. Ihr Einfühlungsvermögen ist gleichzeitig auch Ihr Talent - ein Talent, das Sie in komödiantischer Art und Weise etwa auf einer Geburtstagsfeier anbringen könnten. Auch mit einer Krankheit können Sie kreativ umgehen, indem Sie Ihre Schmerzen mit Farbe zu Papier bringen. Sie finden zu Ihrer Mitte, wenn Sie das, was Sie empfinden, ausdrücken - vielleicht auch als Gedicht. Außerdem sollten Sie darauf achten,

sich Ihre Lebensumstände so zu gestalten, dass Sie sich darin wohl und aufgehoben fühlen. So, wie Sie sich in einem Speiselokal einen gemütlichen Platz wählen, können Sie in haarigen Situationen vertraute Menschen um sich scharen. Ebenso mag der Talisman einer geliebten Person im Gespräch mit Ihrem Chef Wunder bewirken.

Die Schwingungen bestimmter Edelsteine helfen Ihnen sich bewusst zu machen, was Sie im Moment brauchen, um an die Quelle Ihrer vitalen Kraft zu gelangen. Der grüne Smaragd unterstützt die Ehrlichkeit und Offenheit gegenüber unseren Mitmenschen. Dadurch entsteht Harmonie und Vertrauen. Er ist der Heilstein, der die Verdauungssäfte anregt und das Augenlicht stärkt. Der grüne Turmalin bekräftigt unsere Absicht, mit überalterten Vorstellungen und damit verbundenen Gefühlszuständen fertig zu werden. Er steht uns hilfreich beiseite, wenn wir eingefahrene Handlungsmuster endlich positiv verändern wollen.

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 Krebs ist der Mond zugeordnet. Der Mond vertritt im Horoskop unsere frühesten Erfahrungen und seelischen Verletzungen. Unsere frühkindlichen Erinnerungen und unsere Prägungen aus der Kindheit können über das Sakralchakra aktiviert und aufgearbeitet werden. Das Sakralchakra liegt etwa zwei Finger breit unterhalb des Nabels,

dort, wo wir manchmal "Schmetterlinge im Bauch" haben. Wenn Sie sich unwohl, depressiv oder überfordert fühlen, können Sie Ihren blockierten Gefühlsfluss wieder in Gang bringen: Stellen Sie sich einen goldenen Lichtstrahl vor, den Sie mit der Einatmung aus der Erde über den Damm zwischen After und Geschlecht bis zum Sonnengeflecht in sich hineinsaugen. Nach einem kurzen Luftanhalten schieben Sie das goldene Licht denselben Weg wieder zurück und lassen es aus dem Sakralchakra weit hinausströmen. Wenn Sie diesen Atemvorgang siebenmal wiederholen, werden Sie von Tag zu Tag besser mit der Kraft Ihrer Intuition umzugehen wissen.



**Kraft für eigene Überzeugungen  
entwickeln  
(Sonne im 9. Haus)**

Sie sind optimistisch eingestellt, wollen an das Gute im Menschen glauben und sind der Überzeugung, dass der Antrieb des Menschen sein Wille sei, sich höher zu entwickeln. Hieraus beziehen Sie Ihre Zuversicht, dass sich alles zum Guten wenden wird. Denjenigen Menschen, die heute noch nicht Ihren Lebensweg gefunden haben, möchten Sie mit Ihrer reichen Lebenserfahrung beratend und unterstützend zur Seite stehen.

Solange Sie jedoch der Welt bewertend gegenüberstehen, teilen Sie sie in Gut und Böse ein. Zusätzlich möchten Sie Ihren Mitmenschen ein Vorbild für ehrenhaftes und sittliches Verhalten sein. Das hindert Sie daran, sich auch einmal selbstsüchtig, schamlos und egoistisch zu zeigen. Jedoch schlummern auch in Ihnen Wünsche, das Leben in seiner Fülle zu genießen. Weil Sie sich

in exponierten Lebensbereichen diszipliniert und vorbildlich verhalten möchten, neigen Sie in anderen Bereichen zu Exzessen, die von der Gesellschaft in der Regel legalisiert werden: übermäßiges Essen oder zu hohe finanzielle Ausgaben aufgrund falscher Einschätzungen realer Verhältnisse.

Wichtig für Sie ist die Leber, ein Entgiftungsorgan. In ihr werden Stoffe nach giftig oder ungiftig unterschieden und somit bewertet. Giftstoffe werden hier deaktiviert und wasserlöslich gemacht, damit sie über die Niere ausgeschieden werden können. Wenn der Mensch zu viele Körpergifte durch Genussmittel, Drogen und Alkohol zu sich nimmt, kann die Leber Ihre Entgiftungsfunktion nicht mehr ausreichend ausführen Sie erkrankt durch Überbelastung. Ein "schlechter" Lebenswandel, der mit Genussmittelabusus einhergeht, mag aufgrund überhöhter Leber-Enzymwerte im Blut aufgedeckt werden. Auch zu üppiges und zu fettthaltiges Essen kann bei Menschen mit Fettstoffwechselstörung zu Lebererkrankungen führen. Lebererkrankungen können somit als Hinweis betrachtet werden, dass Ihr äußeres Verhalten nicht mit Ihren körperlichen Notwendigkeiten übereinstimmt.

Sie sind durch Ideale und durch Weltverbesserungsvorschläge schnell entflammbar. Enthusiasmus ist der Quell Ihrer Lebensfreude. Solange Sie sich nicht in eine Vorbildfunktion aus Makellosigkeit und Perfektion hineinpressen, sind Sie vor Scheinheiligkeit gefeit. Die Vorbildfunktion lässt Sie nämlich nicht mehr zufrieden und glücklich sein. Im Gegenteil: Dogmen und Regeln tauchen dann auf und verwehren Ihnen aufgrund von Prestigegedanken den Weg zum "Ich will!". Aus der folgenden Frustration heraus wird dann zu Ersatzbefriedigungen



gegriffen. Helfen kann Ihnen hierbei nur die Wachsamkeit gegenüber Heilslehren und den Erwartungen bestimmter Menschen. Menschliches Fehlverhalten und körperliche Bedürfnisse ausschließen zu wollen - das führt nur zu einer Maske, hinter der man sein wahres Ich verbergen möchte. Jeder Maskenträger ist erfüllt von Intoleranz. Wenn ein Mensch neben seinen Überzeugungen zu wenig Verständnis für andersartige Sicht- oder Verhaltensweisen aufbringen kann, verschließt er sein Herz anderen Menschen gegenüber. Angina pectoris ist ein körperlicher Ausdruck einer verbohrtten Lebenssicht. Der Bluthochdruck, der solche Menschen plagt, zeigt, dass Einfühlungsvermögen und Verständnisbereitschaft blockiert sind, über die man sich selbst und andere besser verstehen und damit auch heilen könnte.

Sie kommen zu Ihrer Kraft, wenn Sie Ihr Mitgefühl für soziale Notstände auch fließen lassen. Das kann aber nur möglich sein, wenn Sie selbst bereit werden, allen Ihren persönlichen Umständen und Nöten ein Recht zuzuschreiben. Sie können nur dann der Welt Ihr Herz öffnen, wenn Sie sich von Bewertungen und Vorurteilen frei machen. Dazu gehört, dass Sie Verständnis und Duldsamkeit für das "Schlechte" in den Menschen - und auch in sich selbst - entgegenbringen. Der Mensch kann nicht immer nur edel nach geistigem Wachstum streben. Er hat auch "niedere" Beweggründe, die ihn zeitweise sogar besonders glücklich und zufrieden machen können! Scheinheiligkeit verbraucht hier nur Energiereserven.



### **Heilungsweg: Selbstkontrolle aufgeben (Sonne Quadrat 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 verletzbar 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 heißt, sich fallen zu lassen (Mond in den Fischen)**

Sie nehmen gefühlsmäßig vor allem das wahr, was in der Atmosphäre liegt. Daher stehen Sie sehr eng mit dem menschlich Unbewussten und mit rational nicht Erfassbarem in Verbindung. Sie ahnen oft schon im Voraus Entwicklungen, von denen Ihre Mitmenschen noch keine Vorstellung haben. Ihre Welt der Empfindungen scheint eine ganz andere zu sein, als die "realistische" Wahrnehmung der Anderen. So kommen Sie sich des Öfteren unverstanden, manchmal sogar fremd und ausgeschlossen vor.

Sie können sich gefühlsmäßig nur schwer abgrenzen und sind somit in Gefahr, sich von den Launen, Ängsten und Leiden der anderen emotional überschwemmen zu lassen. Ihre mangelnde Abgrenzung zur Außenwelt und Ihre Hypersensibilität äußert sich körperlich in einer Anfälligkeit für Infektionskrankheiten. So wie eine Stimmung, die in der Luft liegt, Sie beeinflusst, werden Sie auch von den Bakterien und Viren, die gerade in der Luft sind, infiziert. Ihr Grundtenor ist Sehnsucht und diese Sehnsucht wird stets von dem Leiden am momentanen Zustand begleitet. Vermutlich fühlen Sie sich in Ihrer Seele

einsam und daran leiden Sie auch. Wenn Sie jedoch Ihr Leiden, das aufgrund Ihrer Sehnsucht nach Einheit erwächst, nicht zulassen, verlagert sich Ihr seelischer Schmerz und wird körperlich. Dann zwickt es mal hier und zwackt es mal da, und Sie stellen immer irgendwo im Körper ein Zipperlein fest - so rundweg gesund fühlen Sie sich eigentlich nie. Wenn Sie in Ihrem Gefühl, nicht dazuzugehören, sehr verletzt sind, empfinden Sie den Schmerz als unerträglich. Deshalb versuchen Sie, dem körperlichen oder psychischen Leiden zu entfliehen. In solchen Gemütsverfassungen ist bei Ihnen die Anwendung von Sucht- und Beruhigungsmitteln nicht ganz ungefährlich. Mithilfe von Suchtmitteln können Sie sich in einen anderen Bewusstseinszustand versetzen, der außerhalb der schmerzbringenden Realität liegt - und Sie auch für körperliche Schmerzen unempfindlich macht. Dann scheinen Sie endlich allem Irdischen entrückt zu sein.

Entspannung und Erholung finden Sie jedoch am besten, wenn Sie sich den Bildern Ihres Unbewussten hingeben. Traumreisen, Meditationsmusik und auch intuitives Malen oder meditatives Tanzen bringt Sie mit Ihrer unerschöpflichen Gefühlswelt in Berührung. In Träumen und in Ihrer Fantasie werden Ihre inneren Bilder Wirklichkeit und be-greifbar. Deshalb sollten Sie sich eine Möglichkeit schaffen, Ihren inneren Reichtum an Empfindungen und Bildern kreativ auszudrücken. Kreativität bildet Ihre Brücke zur Wirklichkeit, sodass Sie nicht aufgrund Ihrer Sehnsucht nach einer heilen Welt von der schmerzbringenden Realität abheben. Der erste Schritt zur Heilung ist ein wiedergewonnenes Wohlfühlen im Körper und in der Welt. Das können Sie sich mit dem Ausdruck Ihrer inneren Bilder erreichen.

Ein Aufenthalt am Meer oder das Waten durch einen kalten, fließenden Bach mag Sie daran erinnern, dass auch in der Welt der Materie ein Fließen und Weite möglich sind. Wasser ist das Medium, das Ihre Selbstheilungskräfte anregt. Mit Wechselbädern oder Kneippkuren - vor allem der Beine - erden Sie sich, weil der Kreislauf damit gestärkt wird - und der hält ja bekanntermaßen Ihre Körperenergien in Schwung. Depressive Verstimmungen, Schwächeempfinden und Stress sollten Sie als Erstes mit den Kräften des Wassers zu heilen versuchen. Water-Rebalancing oder ganz schlicht ein warmes Bad haben auf Sie eine entspannende Heilwirkung.

Durch eine ganz einfache Körperübung können Sie sich mit Ihrer fischehaften Mondenergie in Berührung bringen. 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 meergrünen Flüssigkeit gefüllt ist. Diese meergrüne Flüssigkeit bewegt sich in Ihrem Becken durch Ihre Kreisbewegungen 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. Dabei können Ihre Gefühle und Bedürfnisse, die Sie in Ihrem Bauch die ganze Zeit mit sich herumtragen,

spürbar werden. Alles, was im Moment kommt, ist in Ordnung und ein Teil Ihres emotionalen Wesens.

Dem Fischezeichen wird in der Astrologie ein Blau zugeordnet, dessen Farbabstufungen von Marineblau über Blauviolett bis Meeresgrün reichen. Wenn Sie einen Raum mit diesen Farben in Pastellabtönungen ausschmücken, schaffen Sie sich eine mondhaft entspannende Atmosphäre. Seidentücher mit solchen Farbübergängen können Sie in Ihrem Schlafzimmer so aufhängen, dass sie sich im Luftzug geheimnisvoll und leise bewegen. Das fördert eine sinnliche Atmosphäre in Ihrem Schlafgemach. Wenn Sie die Tücher auf Sessel und Tisch geschmackvoll ausbreiten, schaffen Sie sich im Wohnbereich ein ozeanisches Flair, mit dem Sie Ihren Träumen und Sehnsüchten bestimmt gut nachgehen können.

Duftöle bewirken 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 ausschließlich als solche eingesetzt werden. Als Duftessenz, die dem Zeichen Fische zugeschrieben werden kann, hat das Ylang-Ylang eine stimmungsanhebende Wirkung. Allerdings sollten Sie mit Ylang-Ylang sparsam umgehen, denn sein intensiver Geruch kann Kopfschmerzen verursachen.



### **Zuwendung macht Sie gesund (Mond im 4. Haus)**

Sie sehnen sich nach Geborgenheit. Und Geborgenheit können Sie besonders gut in

einem familiären Rahmen genießen. Sie vertrauen Ihren Mitmenschen und das gibt Ihnen ein Gefühl, zu Hause zu sein. Überall, wo Sie sich aufhalten, achten Sie zuerst einmal auf Gewohntes und Vertrautes. Eine sterile Atmosphäre berührt Sie besonders unangenehm. Sie haben aber die Begabung, Vertrautes überall wieder zu erkennen - notfalls haben Sie ein Maskottchen im Gepäck.

Sie möchten sich auf Ihre Mitmenschen verlassen können. Denn wenn Sie sich von denen im Stich gelassen fühlen, verunsichert Sie das sehr. So ein Gefühl, allein gelassen zu sein, entzieht Ihnen viel psychische Kraft. Auf körperlicher Ebene können damit eine vermehrte Schleimbildung bzw. Schleimhautentzündungen einhergehen. Die tiefere Bedeutung dahinter ist, dass Sie vor weiterem Eindringen unangenehmer Erfahrungen geschützt werden wollen. Beleidigende, aber auch Besorgnis erregende Worte eines Mitmenschen können Sie stark beeinflussen. Ihr Körper drückt dann mit einer Ohrenentzündung aus, dass Sie eigentlich kein Wort mehr davon hören wollen. Magenschleimhautentzündungen zeigen in der Regel auf, dass Sie Ihre Sonnenqualitäten zu sehr betonen. In solchen Fällen sind Sie besonders erfolgsorientiert oder möchten aufgrund Ihrer beruflichen Rolle nach außen hin unbeeindruckbar erscheinen. Die Angst, etwa im Beruf einer Horde von Wölfen schutzlos ausgesetzt zu sein, verfliegt so aber nicht. Sie legt sich Ihnen eher auf den Magen und verursacht Magenbeschwerden. Immer wieder auftauchende Schleimverdickungen bei Nasennebenhöhlenvereiterungen deuten darauf hin, dass Sie sich eigentlich mehr um Ihr Bedürfnis nach Nähe und Zärtlichkeit

kümmern sollten. Auch für eine erfüllte Sexualität scheinen Sie mitunter mehr Gelegenheiten zu brauchen.

Ihre Essensgewohnheiten sind vermutlich sehr vom Wechsel geprägt. Mal essen Sie ganz gesund, dann wiederum ernähren Sie sich von Semmeln. Das Essen schmeckt Ihnen gar nicht, wenn Sie sich im Stress befinden oder die Stimmung am Tisch angespannt ist. Sie brauchen eine ruhige und gemütliche Atmosphäre, um Essen wirklich genießen zu können. In Zeiten, in denen Sie sehr angespannt sind, viel Arbeit haben und wenig Zeit für Streicheleinheiten übrig bleibt, verspüren Sie wahrscheinlich einen Heißhunger auf Süßigkeiten, vornehmlich auf Schokolade. Schokolade weckt tatsächlich die Lustgeister und kann zwischenzeitlich und in Maßen wirklich aufbauend wirken. Weit schlechter sind Essgewohnheiten, die sich bei hohem Zuckerkonsum einschleichen und die vitaminreiche Kost zunehmend verdrängen. Milchprodukte verhelfen Ihnen durch Ihren Calciumgehalt zu einem guten Nervenpolster und sollten auch während einer Abmagerungskur nicht gänzlich gestrichen werden. Wenn Sie sich im Moment sehr schlapp oder nervös fühlen, wird ein Löffel Honig, der pur geschleckt wird, aufbauend wirken.

Gewichtsprobleme mit Unter- oder Übergewicht zeigen an, dass Ihre Sehnsucht nach Wärme unzureichend gestillt ist. Ob Sie zu viel oder zu wenig Gewicht auf die Waage bekommen, ist bei der Deutung der Problematik unwesentlich. Aber bestimmt werden Sie sich in solchen Fällen mit irgendwelchen Diäten herumschlagen. So wie ein Diätplan festlegt, welche Gelüste Sie sich erlauben dürfen und welche nicht, werden Sie auch Ihr Bedürfnis nach Schutz, Nähe und

Zweksamkeit geregelt haben. Bei dieser Mondaspektierung können Essstörungen entstehen, die schon in der Pubertät mit auffallendem Eß-, aber auch Nicht-Eßverhalten einhergehen. Sie sind stets ein Zeichen dafür, dass man sich nach mehr Verständnis sehnt. Manchmal kann eine Psychotherapie die Möglichkeiten aufzeigen, die man hat, um sich angenehmer und beschützter zu fühlen.

Heilung finden Sie, wenn Sie Ihrem Zärtlichkeitsbedürfnis nachgeben. Vermutlich begeben Sie sich nur allzu bereitwillig in eine fürsorgliche Rolle, in der vor allem Sie derjenige sind, der seine Lieben verhätschelt und umsorgt - sich selbst lassen Sie sicherlich viel zu wenig bemuttern. Trotz alledem brauchen Sie das Gefühl, bei jemandem Zuflucht zu finden. Ihre/Ihr Partnerin/Partner kann das wahrscheinlich gar nicht immer sein - vor allem dann nicht, wenn sie/er selbst in einer Gefühlskrise steckt. Helfen kann Ihnen aber dann ein guter Freund oder eine vertraute Freundin. Auf einem gemeinsamen Spaziergang können Sie Ihre Sorgen loswerden und auf einer Parkbank sich ein wenig näher rücken und Gefühlswärme tanken. Die Ruhe des anderen beruhigt auch Sie und bewirkt den ersten Schritt zu einem inneren Heilungsprozess. Ihre Träume sind der Spiegel Ihrer Psyche, denn diese kommuniziert mit Ihnen in Symbolbildern. Ein Traumbuch, in das Sie alle Ihre Träume gleich nach dem Aufwachen zumindest stichwortartig aufschreiben, verhilft Ihrem Unterbewusstsein, sich in Ihr Bewusstsein zu bewegen. Selbst wenn Sie Ihre Träume nicht zu interpretieren wissen: deren psychische Energie kommt doch an die Oberfläche und kann von Ihnen im Alltag - oft ganz unmerklich - verarbeitet werden. Auf lange Sicht hin werden Sie merken, dass Sie sich selbst gegenüber viel

sensibler geworden sind und mehr auf Ihre innere Stimme hören können. Dann kann Heilung einsetzen.



### **Bedürfnis und Moral (Mond Sextil Rad-Jupiter)**

Sie haben die Gabe, voller Vertrauen in die Zukunft zu blicken. Mit dem Gefühl, in der Welt willkommen zu sein und somit auch den richtigen Platz gefunden zu haben, können Sie zuversichtlich Ihren persönlichen Entwicklungen vertrauen. Sie glauben, dass es in der Welt eine Ordnung gibt, die jedem Menschen dasjenige Schicksal zuteilt, das er sich auch verdient hat. Und Sie sind felsenfest davon überzeugt, dass Ihnen viel zusteht!

In Ihrer großen Erwartungshaltung neigen Sie zeitweilig zu einem Zuviel. Dann essen Sie zu viel und neigen zu übermäßigem Genussmittelgebrauch - wie Alkohol, Zucker und auch Drogen. Das passiert Ihnen vor allem dann, wenn Sie sich zu wenig beachtet fühlen oder sich mit Minderwertigkeitskomplexen herumschlagen. Es drängt Sie vor allem dann zu einem Mehr, wenn Sie sich aufgrund von höheren Mächten dazu gezwungen sehen, zurückstecken zu müssen. Lebererkrankungen weisen stets auf ein Zuviel hin. Jene werden in der Regel mit Verzicht und Einschränkung - einer Regulation des Zuviels - auch wieder kuriert. So schlagen Sie sich im Krankenstand mit weniger Essen, Diätvorschriften, Alkoholverbot und Bettruhe herum. Das isoliert Sie völlig von der Fülle des Lebens. Die Leber ist ein Entgiftungsorgan. In Ihr werden fremde Stoffe deaktiviert und wasserlöslich gemacht, damit Sie über die Niere ausgeschieden werden können. In der Leber findet im



übertragenen Sinne ein Bewertungsvorgang statt, bei dem in "verwertbar" und "nicht verwertbar" unterschieden wird. Dies setzt auf psychischer Ebene die Fähigkeit voraus, den Konsum richtig einschätzen zu können. Wenn wir im Leben eher zu Fehleinschätzungen neigen, können wir nicht erkennen, was uns gut tut und was uns schadet. Somit kann für uns eine Lebererkrankung ein Hinweis darauf sein, dass wir das rechte Maß für ein gesundes Leben verloren haben. Dann werden wir unser Wertesystem im Hinblick auf eine Einschränkung neu zu überdenken haben.

In der Leber werden Eiweißmoleküle gespalten und auch neu aufgebaut. Vorstufe des Eiweißes sind die Aminosäuren, die für Tiere, Pflanzen und Menschen zu spezifischen Eiweißen zusammengebaut werden. Anhand der verschiedenartigen Gestalt der Eiweißmoleküle kann die Evolution, also die Fortentwicklung des Lebens, belegt werden. Eiweißunverträglichkeiten und auch Störungen des Eiweißstoffwechsels sind auf der körperlichen Ebene ein Ausdruck dafür, dass der Mensch auf der spirituellen Ebene noch zu wenig den Weg seiner Reife eingeschlagen hat. Die Aminosäuren, aus denen die verschiedensten Eiweiße aufgebaut werden, sind für alle Lebewesen dieselben. Damit ist im Grunde genommen der göttliche Funke auch in uns, sodass wir nicht nach den Sternen greifen müssen, um zum Fundament unseres Vertrauens in die Welt zu finden. Die Zuversicht, dass alles schon in seinen rechten Bahnen verlaufen wird, schöpfen wir aus einem Urvertrauen. Das schließt aber auch unsere Bereitschaft mit ein, uns mit unserem Schicksal zu versöhnen.

Mit dieser Mondaspektierung haben Sie eine hohe Erwartungshaltung - eine Erwartungshaltung, mit der Sie Ihrem Gefühl nach viel brauchen, um sich wohl zu fühlen. Wenn Wünsche nicht in Erfüllung gehen, glauben Sie manchmal, dass sie Ihnen nicht gegönnt werden. Helfen kann Ihnen hierbei, eine positivere Schau. Sie sollten sich des Öfteren die Fülle, die Sie umgibt, bewusst machen: treue Freunde, Hilfe zur rechten Zeit oder auch ein bisher beschütztes Leben. Vielleicht schweifen Sie manchmal zu sehr in die Ferne ab, obwohl das Gute so nahe liegt. Sie können viel zufriedener werden, wenn Sie Ihre Wünsche wieder mehr auf das Alltägliche richten. Sobald Sie sich wieder mehr mit der Gegenwart konfrontieren, sehen Sie auch Ihre realen Möglichkeiten, sich den Genuss von Zwischenhochs zu gestatten. Das verschafft Ihnen in kleinen Häppchen eine Zufriedenheit, die in der Regel länger andauert als das große Glück.

Menschen mit einer zuversichtlichen Ausstrahlung und einer positiven Lebenseinstellung können Ihnen am besten aus psychischen Tiefpunkten heraushelfen. Bei Ihnen wirkt deren guter Zuspruch wie ein Wunderheilmittel, denn aus Ihrer Zuversicht schöpfen Sie Ihre Selbstheilungskräfte. Die Schwingungen von Bachblütenessenzen können im Krankheitsfalle Ihre Hoffnung auf Gesundung stärken. Die Bachblüte "Gentian" vergrößert Ihre Willenskraft - sie schafft eine Willenskraft, die neuen Lebensmut und Durchhaltevermögen bewirkt. Die Bachblüte "Vervain" verhilft Ihnen, andersartige Überzeugungen und Ansichten zu respektieren. Das ist eine Voraussetzung dafür, dass man Glückseligkeit nicht von seinen Mitmenschen abhängig macht. Die Bachblüte "Beech" kann eingesetzt werden, wenn es um Intoleranzen

geht. Sie hilft in Fällen, in denen Sie sich zu viel gefallen lassen, nur um bestimmte Menschen nicht zu vergraulen. "Beech" ist auch ein gutes Mittel bei Allergien und körperbezogenen Unverträglichkeiten.



### **Bedürfnis und Verantwortung (Mond Trigon Rad-Saturn)**

Sie haben die Fähigkeit, Ihre Bedürfnisse den momentanen Gegebenheiten anzupassen. Deshalb macht es Ihnen nicht viel aus, wenn Sie auf eine Wunscherfüllung noch ein wenig warten müssen. Sie haben die Gewissheit, dass die rechte Zeit für Sie noch kommen wird. Aufgrund Ihrer Duldsamkeit kann es aber auch vorkommen, dass Sie länger, als es Ihnen zuträglich ist, Ihre Wünsche zurückhalten. So kennen Sie durchaus auch Trockenzeiten, in denen sich alles Lebendige in Ihnen zusammenzieht.

Sie nehmen manchmal viel auf sich und fordern zu wenig für sich selbst ein! In solchen Zeiten leben Sie auf emotionaler Sparflamme. Das merken Sie auf körperlicher Ebene daran, dass Sie wenig Appetit haben, vielleicht sogar zu wenig auf regelmäßige Mahlzeiten achten. Ihre Verdauung arbeitet dann nur auf halben Touren. Es wird zu wenig Magensaft produziert und möglicherweise leiden Sie an Verstopfung oder an unangenehmen Blähungen. Sorgen machen sich breit und liegen wie ein Stein in Ihrem Magen. Sie fühlen Sie sich sehr ernst und Ihr herzliches Lachen versiegt.

Möglicherweise sind Sie im Beckenbereich verspannt oder haben das Öfteren im Kreuzbeinbereich der Wirbelsäule Beschwerden. Die unter dem Mondzeichen beschriebene Beckenübung wirkt lockernd auf

den Beckenbereich. Ihre nicht gelebten Wünsche und Bedürfnisse sind nämlich auf körperlicher Ebene im Becken festgehalten. Deshalb eignet sich für Frauen, die Spaß am Tanzen haben, der Bauchtanz vorzüglich, um Gefühle von Lust wieder freizulassen. Es gibt hinreichend Übungen aus der Bio-Energetik, die Verkrampfungen im Beckenbereich lösen können. Allerdings sollten sie nicht ohne Anleitung gemacht werden. Bauchgefühle kommen auch auf, wenn Sie bewusst einmal wieder genießen. Ein Partnerspiel kann hier viel Spaß bringen: Bereiten Sie sich verschiedene Köstlichkeiten in kleinen Häppchen auf einem Teller zu. Dann lässt sich einer der Partner vertrauensvoll die Augen verbinden - und errät im Liegen mit den Lippen, mit der Zunge, mit seinem Geruchs- und Geschmackssinn, was er gerade angeboten bekommt. Später können die Rollen getauscht werden.

Trotz Ihrer Bereitschaft zu Verständnis und Einsicht sollten Sie Ihr Bedürfnis nach Körperkontakt und Zärtlichkeit nicht völlig in den Hintergrund stellen. Wenn Sie im Augenblick keine Gelegenheit sehen, wie Sie zu zärtlicher Zuwendung kommen, mag es ein erster Heilungsschritt sein, dass Sie wenigstens Ihrem Körper viel Wärme zuführen. Trinken Sie warme Getränke - möglichst 1 1/2 Liter am Tag. Nehmen Sie regelmäßig ein warmes Bad und wärmen Sie Ihre Füße mit einer Bettflasche. Wenn Sie gemütlich dasitzen, kann ein Kissen Ihren Bauch wärmen. Achten Sie stets darauf, angenehm wärmende Kleidung zu tragen, auch wenn Sie nicht frieren. Kuschelweiche Textilmaterialien, im Winter ein zottiges Schaffell im Bett und ein Seidenhemd im Sommer unterstreichen das angenehme Körperempfinden durch die Haut. Zusätzlich

sollten Sie sich regelmäßig in Ihren Terminkalender Zeit für Ruhe und Entspannung eintragen. Vielleicht fällt es Ihnen schwer, sich neben Familie und Partnerschaft Zeit fürs Nichtstun abzuwickeln. Dann hilft Ihnen die verpflichtende Teilnahme an einem Volkshochschulkurs, der das Thema Entspannung, Joga oder Atmen hat. Wenn Sie Ihr persönliches Wohlbefinden für wichtig erachten, fühlen Sie sich wieder mit Energie und Lebensfreude aufgefüllt.

Durch die Schwingungen der Bachblütenessenzen werden Ihnen so manche Schuldgefühle bewusst werden - und können damit relativiert werden. Die Bachblüte "Red Chestnut" hilft, Sorgen aus einer realistischen Sicht zu betrachten. Dadurch kann man dem Schicksal mit mehr Vertrauen begegnen - mit einem Vertrauen, das auch einen gesunden Egoismus zulässt. Das mit Sonnenkraft aufgeladene Wasser einer Felsenquelle mit dem Namen "Rock Water" entstammt ebenfalls der Sammlung der Bachblütenessenzen. "Rock Water" macht Sie für die eigenen Gefühle offener und verhindert damit Selbstunterdrückung oder gar Selbstkasteiung.



### **Bedürfnis und Hingabe (Mond Sextil Rad-Neptun)**

Sie sind besonders empfindsam für Stimmungen, die in der Luft liegen. Vielleicht merken Sie, dass Sie sich von den Launen Ihrer Mitmenschen leicht beeinflussen lassen. Abgrenzung fällt Ihnen nicht leicht, sodass Sie zeitweise nicht mehr so genau wissen, wessen Gefühl Sie gerade ausleben. Jede Person, mit dessen Schicksal Sie sich identifizieren, stellt einen Teil Ihrer eigenen

Vergangenheitserfahrungen dar - ein Teil, der Sie möglicherweise heute noch schmerzvoll belastet. Die Erinnerung daran liegt in Ihrem Unterbewussten. Am besten können Sie sich wieder regenerieren, wenn Sie sich zeitweise in die Stille zurückziehen. Dann legen Sie sich ein wenig zur Ruhe und beobachten bewusst die Gedanken und Träume, die Ihnen im Halbschlaf so kommen. Vielleicht werden Sie sich das eine oder andere Bild merken können. Das sollten Sie sich später notieren. Mit der Zeit werden Sie durch die Beschäftigung mit Ihren inneren Bildern einen Zugang zur Sprache Ihres Unterbewussten finden.

In Phasen von Niedergeschlagenheit, in denen Sie nicht so recht wissen, was Sie bedrückt, kann Malen eine Möglichkeit sein, um Ihre inneren Bilder zu veranschaulichen. Allerdings sollte das Malen nicht zur Anstrengung werden, sondern ohne Ziel und nur als Farbenspiel betrieben werden. Meditative Musik wirkt auf Sie entspannend. Vielleicht können Sie auch mit Tanzbewegungen verborgene Gefühlsschätze ans Licht heben. Geschichten oder Gedichte, die Sie entweder selbst verfassen oder ergriffen lesen, beschreiben gleichzeitig auch einen Ihrer Gefühlszustände. Sie finden Heilung, wenn Sie lernen, diejenigen Gefühle auszudrücken, vor denen Sie am liebsten davonlaufen.

Zeitweise fühlen Sie sich von einer Sehnsucht überwältigt, die Sie vermutlich nicht so recht einordnen können. Möglicherweise entfliehen Sie hin und wieder in eine Traum- oder Fantasiewelt. Sie sehnen sich nach einer heilen Welt, in der Sie mit Ihren Mitmenschen symbiotisch mitschwingen können. Das wird aber wohl selten der Fall sein - sodass Sie sich manchmal ganz in sich zurückziehen oder nach Möglichkeiten suchen, aus der beklemmenden Realität auszubrechen. Krankheiten, meistens

infektiöser Art, bieten in solchen Fällen eine Rückzugsmöglichkeit in die Stille. In Fieberschüben entfliehen Sie in Ihre Innenwelt. Vielleicht haben Sie auch zeitweise visionäre Vorstellungen. Diese sollten Sie für später aufschreiben und deren Botschaft zu entschlüsseln versuchen. Besonders vorsichtig sollten Sie mit Drogen aller Art umgehen. Wahrscheinlich kennen Sie die Angst, von Leid und Schmerz überwältigt zu werden. Das lässt Sie möglicherweise zu sedierenden Mitteln greifen, die eine Suchtgefährdung einschließen. Deshalb bitte nicht schon bei leichten Schmerzempfindungen zu Schmerzmitteln greifen! Beispielsweise verfliegen so manche Kopfschmerzen wieder, wenn Sie sich an die frische Luft begeben, eine Ruhepause einlegen oder Akupressurpunkte massieren. Auch Alkohol ist eine Droge und wird gefährlich, wenn er in depressiven Gemütsverfassungen zur Entspannung oder Ablenkung getrunken wird.

Ihre Sehnsucht, sich in einer Seelengemeinschaft aufgehoben zu fühlen, finden Sie in religiösen Ritualen oder in Meditationen möglicherweise gut aufgehoben. Weil Sie jedoch dazu neigen, sich der Wirklichkeit zu entziehen, sind vor allem Meditationstechniken ratsam, die die Verbundenheit mit dem Körper und vor allem mit den unteren drei Chakren betonen. Für Sie ist es wichtig, Ihre Sehnsucht auch im Körper zu spüren. Das lässt Ihr Unterbewusstsein allerdings nur zu, wenn Sie sich zuvor geerdet haben. Diese energetische Erdung können Sie ganz einfach mit einem minutenlangen Stampfen - beispielsweise zu Trommelmusik - erzielen: dabei leiten Sie all Ihr Gewicht und Ihre Kraft breitbeinig und über die gesamte Fußsohle in die Erde ab. Stellen Sie sich vor, dass Sie ein breites, überdimensional großes

Gesäß haben, das bei jedem Auftreten schwabbelt und mitschwingt. Auch in depressiven Abkapselungsphasen hilft das Stampfen, durch das Sie Ihre abgeschnittenen Emotionen wieder spüren können. Auch auf Spaziergängen können Sie sich Ihr Körperempfinden wieder bewusst machen: indem Sie frische Luft mit der Vorstellung einatmen, dass Sie dabei den ganzen Kosmos in sich aufsaugen. Wenn Sie dabei noch barfuß gehen oder in der weichen Erde herumwaten, leiten Sie das Aufgenommene wieder zur Erde zurück. So können Ihre Empfindungen wieder Wirklichkeit werden. Vor allem werden Sie im geerdeten Zustand feststellen, dass jeder Schmerz auch wieder aufhört und alles Leid ein Ende findet - wenn auch nicht auf Dauer.

Die Schwingungen der Bachblütenessenzen stärken Ihr Vertrauen auf Ihre Intuition - eine Intuition, die Ihnen sagt, was für Sie selbst im Moment richtig ist. Die Bachblüte "Centaury" hilft vor allem jenen Menschen, die nur schwer "Nein" sagen können. Hierbei kann sich manchmal Selbstlosigkeit in Selbstaufgabe umkehren. "Centaury" fördert das Bewusstsein, ein Recht auf ein selbstbestimmtes Leben zu haben, was auch unseren Selbstwert anhebt. Die Bachblüte "Clematis" hilft in Lebensphasen, in denen Sie sich von Realitäten überrollt fühlen. Da können Sie Tagträumereien, möglicherweise auch Süchten verfallen. "Clematis" unterstützt die Bereitschaft, auch schmerzliche Erfahrungen mit mehr Bewusstheit zu durchleben - und erweckt die Erkenntnis, dass Verbesserung im Alltagsleben nur durch Eigeninitiative erzielt werden kann. Wenn Sie Drogen zu sich nehmen oder Suchtverhalten an sich feststellen, sollten Sie sich unbedingt mit einer Selbsthilfeorganisation in Verbindung setzen!



### **Bedürfnis und Auslieferung (Mond Trigon 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 Wertschätzung seiner Selbst (Saturn im Skorpion)**

Bei dieser Saturnstellung spüren Sie immer wieder Ihre emotionale Abhängigkeit von anderen - allein schon, weil Sie äußerst empfindlich auf Bevormundungen reagieren. Sie glauben, wenn Sie Ihre Gefühle hinter dem Berg halten, könne Sie keiner treffen. Doch hinter Ihrer Fassade sind Sie sehr empfindsam. Sie möchten nach Ihren eigenen Prinzipien und Wertvorstellungen leben, die sich sicherlich in einen Beziehungsrahmen einfügen lassen. Leider treffen Sie hin und wieder auf ein Entweder-oder, weil andere genau wie Sie auf ihren Standpunkten beharren.

Erkrankungen tauchen bei Ihnen dann auf, wenn Sie befürchten, die Kontrolle über Ihre Selbstbestimmung zu verlieren - das löst in Ihnen das verhasste Gefühl aus, beherrscht zu werden. Wenn Ihre saturnischen Kräfte zu beharrlich werden, werden Sie hart - auch gegen sich selbst. Jegliches Nachgeben bedeutet für Sie eine Niederlage. Deshalb bauen Sie eine Schutzmauer aus Trotz oder Prinzipienreiterei auf, die andere zum Nachgeben zwingen soll. In Ihnen rumort ein tiefer Groll gegen mögliche Bemächtigungen. Dieser Groll schürt ein tiefes Misstrauen gegenüber anderen. In solchen Zeiten ahnen Sie viel Schlechtes. Irrationale Ängste können Sie im Alltag blockieren. Dann versteinern Sie sich immer mehr nach außen hin - was Sie allerdings enorm um Lebensfreude und Glückseligkeit bringt. Ihr gesamter innerer Energiefluss ist dann blockiert. Das mag auch



Ihre Regenerationskräfte bei Erkrankungen beeinträchtigen. In solchen Fällen schleichen Krankheiten so dahin oder verändern sich im ungünstigen Fall zu chronischen Leiden.

Verspannungen im Beckenbereich deuten eine fehlende Hingabebereitschaft auch bei sexuellen Kontakten an. Die unter dem Mondzeichen beschriebene Beckenübung kann zumindest körperlich Lockerung verschaffen. In Ihrem psychischen Frust sehen Sie sich von vielen lebensfeindlichen Elementen bedroht. Das kann sich in einer Angst vor lebensbedrohlichen Erkrankungen zeigen. Bei solch einer Gemütsverfassung sind Sie in Gefahr, immer mehr den realen Bezug zu Ihrem Körper und auch zu Ihren Beziehungspartnern zu verlieren. Möglicherweise kann eine Psychotherapie mehr Aufschluss über Ihre verborgenen Ängste geben. Um wieder mehr Vertrauen in die Welt zu bekommen, sollten Sie daher sich und Ihre saturnischen Energien erden.

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.

Es kann sich für Sie wie ein Lernprozess anfühlen, Ihren Eigenwert zu entdecken und Ihre Grenzen zu formulieren. Sobald jedoch Macht und Ohnmacht im Spiel sind, können keine wirklichen zwischenmenschlichen Lösungen gefunden werden. Alle psychischen und körperlichen Versteifungen können als Warnsignal gelten, dass Sie momentan ein Prinzip vertreten, das Sie im Endeffekt auch gegen sich selbst richten.



**Heilungsaufgabe: Leiden schicksalhaft  
annehmen  
(Saturn im 12. 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 Persönlichkeit zu vervollkommen. In Ihrem Falle gehen Sie in die Lehre des spirituellen Heilers, für den alle Menschen gleich sind und der im Heilwerden jedes Einzelnen die Genesung der gesamten Menschheit sieht. Vermutlich sehen Sie sich immer wieder der Machtlosigkeit Ihres eigenen Willens gegenüber. Das kann Sie im Gegenzug dazu veranlassen, Gesetze und Regeln - mit der Androhung von Strafen - zu formulieren. In der Funktion als Rechtsvertreter werden Sie jedoch nicht glücklich werden, da Strafen zwar an die Angst des Menschen, nicht aber an seine Einsicht appellieren. Sie möchten die Welt verbessern, werden das aber nur mit Liebe, Fürsorge und Zuwendung erreichen. Je mehr Sie anderen Ihr Rechtsempfinden aufzwingen wollen, desto auffälliger werden Sie an Ihre psychischen oder auch körperlichen Grenzen stoßen. Allergien können ein Ausdruck dafür sein, dass Sie die hingebungsvolle und auch beeinflussbare Wesensseite in sich verabscheuen. Das veranlasst Sie, Mauern von Unberührbarkeit um sich herum zu errichten. Beschwerden, Krankheiten und das, was Sie immer wieder zu blockieren scheint, sollten für Sie als Aufruf gelten, Ihre persönlichen Grenzen mehr zu öffnen. Indem Sie Mitgefühl und Verständnis

für das Schicksal anderer aufbringen, werden Sie sich im Endeffekt auch wieder selbst in anderen erkennen. Das ist Ihr Schritt zum Heilwerden.

Körperliche und psychische Blockaden sind sehr häufig ein Ergebnis unserer Ängste. Angst will uns im positiven Sinne vor Übermut bewahren. Im negativen Sinne, also auch bei der Überbetonung des Saturns, verhindern unsere Ängste unser Lebendigsein! Sie spüren intuitiv, dass Sie lebendig werden, wenn Sie sich dem Strom des Schicksals oder dem Fließen des Augenblickes hingeben. Sie wissen aber auch, dass jedes Tun mit Konsequenzen verbunden ist. Somit können Sie nicht lebendig werden, ohne auf anderer Seite ein Opfer zu bringen. Das lässt Sie manchmal an quälenden und schmerzvollen Umständen festhalten, denen Sie mit Krankheit oder Flucht aus dem bewussten Leben zu entinnen versuchen. Drogen und Alkohol können dann gefährlich werden - als "Entspannungsmittel". Wenn Sie Drogen zu sich nehmen, um sich zu entspannen oder um sich besser zu fühlen, ist das ein Anzeichen für Suchtverhalten. Dann sollten Sie sich unbedingt bei einer Selbsthilfegruppe Rat und Hilfe einholen!

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, zu erkennen, dass Ihr persönliches Schicksal nicht einzigartig ist. Diese Erkenntnis mag u.a. auch mit einer Pflegepflicht verbunden sein, die Ihnen unbeabsichtigt zufliegen kann. Selbstmitleid und Schuldzuweisungen können keine Lösung darstellen. Sie haben den Auftrag, Ihr persönliches Leid zu akzeptieren - und dem auch nachzuspüren - um es dann in anderen Menschen wieder zu erkennen. Wenn Sie sagen können "Ich kenne dein Leid!" schließt das auch mit ein, dass Sie gelernt haben, damit zu leben. Ihre Aufgabe besteht darin, anderen diese Erfahrung zu schenken - eine Erfahrung, mit der Sie nun wissen, wie sich ein Mensch vor dem Abtauchen in eine unendliche Leere bewahren kann.

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 erkenne mich im Leid und in der Schwäche des anderen!" oder "Mein Schicksal führt mich zu meinem Heil!". 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.



### **Ideale und Realität (Jupiter Sextil Rad-Saturn)**

Sie haben die Fähigkeit, Ihre Ideale und Ihren positiven Glauben an die Welt mit praktischen Dingen zu verwirklichen. Weil Sie den Glauben haben, dass jedem Menschen ein gerechter Platz in der hiesigen Welt zusteht, fühlen Sie sich von Vorschlägen sehr angesprochen, die die Welt verbessern können. Sie unterstützen womöglich Hilfsorganisationen, Umweltgruppen oder missionarische Aktionen. Sie fühlen sich gut in der Welt und auch in Ihrem Körper, wenn Sie diesem berechtigten Heile-Welt-Aspekt ein Stück näher rücken.

Natürlich sehen Sie sich von Pragmatikern und Realisten umgeben, die Ihnen jegliche Hilfeleistung für einen guten Zweck madig machen wollen. Denen fehlt allerdings der Glaube an die Weiterentwicklung des Menschen. Und auch Sie können Sie sich leicht desillusionieren lassen - z.B. dann, wenn Sie einen einseitigen Realitätsblick haben und hauptsächlich negative Erfolgsmeldungen registrieren. In der Folge beschränken auch Sie sich auf das rein Materielle und verfolgen das Lebensmotto: "Wir leben um zu essen!" Mit Genusslust und Völlerei möchten Sie dann den wahren Aufgaben des Lebens entkommen und sind sie mit Ihrem Körper beschäftigt, der Ihnen die Exzesse Ihres Lebenswandels vermutlich auch aufzeigt. Je mehr Lebensideale Sie über Bord werfen, desto mehr neigen Sie dazu, zu essen und sich in Genussmittelkonsum zu vergreifen. Dann glauben Sie, Genussfreuden seien das Einzige, was der Mensch im Leben noch haben könne. Gewichtsprobleme und auch Leber- und

Gallenleiden sind also Ausdruck einer maßlosen Enttäuschung über eine Welt, in der man seine wahren Werte anscheinend nicht verwirklichen kann. Leider haben Sie dann Ihren Horizont auf Ihren eigenen Körperumfang verkleinert, obwohl Sie doch tief im Innern von der Sehnsucht nach Weltoffenheit durchströmt werden.

Wenn Sie erkennen, dass es Ihnen Glück bringt, Ihre Pflicht zu erfüllen, sollten Sie auch aufpassen, dass Sie in Phasen von Desillusion nicht dem Dogmatismus verfallen. Sonst sind Sie schnell ein allzu eifriger Verfechter gesunder Ernährung und ökologischer Pflichten. Die damit verbundenen Grundsätze hindern Sie dann daran, es sich einmal bedenkenlos gut gehen zu lassen. In so einem Fall halten Sie Wünsche und Bedürfnisse zurück und sind womöglich unterschwellig dauergefrustet. Ihr Körper zeigt Ihre Furcht vor Ausuferungen, Optimismuswahn und Gutgläubigkeit mit Stauungen und Rückstauungen, mit Steinbildungen und auch mit auftretenden Verhärtungen oder Gewebsabkapselungen an.

Im Grunde genommen vermögen Sie es nicht richtig, sich aus Ihrem anezogenen Wertesystem zu befreien, das zwischen Gut und Böse und zwischen sinnvoll und nutzlos unterscheidet. Sie sind jedoch aufgefordert, bisherige Moralgesetze zu überdenken und nur wirklich Brauchbares beizubehalten. Sicherlich werden Sie glücklicher, wenn Sie auch neue Einstellungen, die besser zu Ihrem Leben passen, integrieren. Wenn Sie sich allerdings durch die Ansichten anderer über den Ernst des Lebens bevormunden lassen, kommen Ihnen die eigenen Idealvorstellungen bald lächerlich vor. Ihre innere Stimme sagt Ihnen jedoch ständig, was für Sie richtig und wichtig ist. Je öfter Sie dabei auf Negatives stoßen,

z.B., dass es keinen Sinn habe, an die Ehrlichkeit der Menschen zu glauben, desto dringlicher wird es für Sie, das Negative in einen positiven Grundsatz umzuformulieren. Sie werden zufrieden, wenn Sie Ihre lebensbejahenden Grundsätze verwirklichen und praktische, finanzielle oder materielle Hilfe leisten. Sie streben danach, ein guter Mensch zu werden. Das ist möglich, wenn Sie das soziale Menschengefüge mit Rat und Tat verbessern helfen. Sie fühlen sich bestimmt nicht wohl im Kreise abgehobener und weltfremd gewordener Theoretiker. Eine Philosophie ist für Sie nur glaubwürdig, wenn Sie praktisch anwendbar ist. Deshalb sollten Sie kleinere Hilfsmaßnahmen nicht als Tropfen auf einen heißen Stein abwerten, sondern als Beistand betrachten - als Beistand, wenigstens ein Leben ein bisschen aufgeheitelt zu haben - und sei es Ihr eigenes!

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen können Ihr Vertrauen in die Welt erwecken. Die Bachblüte "Gorse" kann eingesetzt werden, wenn Sie vor lauter niederschmetternden Wahrheiten keine Hoffnung mehr auf Besserung haben. Mit "Gorse" kann man sich die reichhaltigen Seiten des Leben, die es auch trotz Enttäuschungen noch geben wird, wieder bewusst machen und zu schätzen lernen. In Sinn- und Lebenskrisen mag die Bachblüte "Wild Oat" den Blick auf das Wesentliche lenken. "Wild Oat" kann im Alltag den inneren Weg zur Berufung anbahnen, denn sie lässt den Drang der Seele spürbar werden.



### **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

Vibriieren 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-spirituelleres Wachstum kann gefördert werden, wenn das Stirnchakra energetisch gereinigt wird. Das Aura-Soma-Balance-Öl Nr. B1 "Blau über Purpurgamta" 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 zu hohe Erwartungen (Uranus im Schützen)**

Ihre Uranus-Kräfte rebellieren, wenn Sie sich in Ihrer persönlichen Freiheit und in Ihrer freien Entscheidungskraft beengt sehen. Das kann durch moralische Grundsätze aus Ihrer Erziehung geschehen - und ebenso wenn Sie bedingungslos einem Guru, einem ideellen Vorbild oder einer Überzeugung nachgefolgt

sind. Vor lauter gut gemeinten Ratschlägen fürs Leben fällt es Ihnen dann schwer, spontanen Eingebungen und momentanen Wünschen nachzugehen. Wenn ein Korsett aus gut gemeinten Ratschlägen Sie gefangen hält, wird vermutlich Ihr Körper die Rebellion gegen Bevormundungen und Freiheitsbeschränkung übernehmen. Allergien, Lebensmittelunverträglichkeiten, die auf Eiweiß basieren, ebenso Entzündungen im Darmbereich können dann den inneren Protest verdeutlichen.

Solange Sie noch unsicher sind, was richtig und was falsch ist, suchen Sie nach einem Vorbild, das Ihnen den Weg ins Neuland bereiten soll. Sie sollten sich allerdings immer mehr nach Ihrem individuellen Gefühl richten, das Ihnen sagt, wie Sie sich außerhalb Ihrer bisherigen familiären Ansichten zurechtfinden können. Im Grunde genommen wissen Sie nämlich schon alles! Wenn Sie jedoch Kompromisse zwischen Ratschlägen von Vorgesetzten und Ihrer Intuition bilden, werden Sie angespannt und nervös. Schilddrüsenfunktionsstörungen und nervale Reizungen können diesen inneren Konflikt auf körperlicher Ebene verdeutlichen.

Sie sind in eine Zeit hineingeboren worden, in der alte Überzeugungen und überlieferte Religionen zusammenbrechen. Sie haben den Auftrag, neue und weltlichen Verhältnissen angemessene Überzeugungen zu finden. Weltoffenheit und der Wille zur Toleranz - z.B. gegenüber fremdländischen und außergewöhnlichen Weltsichten - das bringt Sie zu eigenen Lebenslehren. Sie sollten die Freiheit aller Völker und aller Menschen im Auge haben. Dann kann es Ihnen gelingen, von althergebrachten Zöpfen, verstaubten Vorbildern und familiären Erwartungen Abschied zu nehmen.

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 im Handeln (Uranus im 1. Haus)**

Wahrscheinlich haben Sie öfters mal den Eindruck, dass Sie anders als Ihre Mitmenschen gestrickt sind. Entweder fühlen

Sie sich durch eine einzigartige Begabung besonders hervorgehoben oder aber durch ein typisches persönliches oder körperliches Merkmal stigmatisiert. Möglicherweise befürchten Sie, dass das, was Sie zu einem einzigartigen Wesen macht, nicht genügend in Erscheinung tritt. Deswegen werden Sie sich betont auffällig, originell oder provokant verhalten, um gesehen zu werden. Mit so einer psychischen Haltung richten Sie sich jedoch nach anderen aus, auch wenn - oder gerade weil - Sie das Gegenteil dessen tun, was von Ihnen erwartet wird. Solange Sie auf die Reaktion der anderen angewiesen sind, werden Sie wohl kaum Ihren persönlichen Willen durchsetzen oder verteidigen können. Deshalb fühlen Sie sich immer wieder durch äußere Bedingungen an Ihrer Persönlichkeitsentfaltung gehindert. Wenn Sie jedoch Ihrem Instinkt und Ihren Impulsen nachgeben, wännen Sie sich abgelehnt oder angegriffen. Im Grunde genommen werden Sie es wohl kaum allen Parteien rechtmachen können!

Besonders empfindlich reagieren Sie auf mögliche Ablehnungen. Da kommt Wut auf, die Sie wohl kaum offen zeigen. So eine unterdrückte Wut kann selbstsabotierendes Verhalten inszenieren - vor allem, wenn Sie sich im Innersten selbst ablehnen. Beispielsweise könnten Sie Ihre außerordentlichen Fähigkeiten vor anderen fast schon selbstverachtend herunterspielen. In solchen Zeiten geht so manches scheinbar zufälligerweise zu Bruch - und Erfolgserlebnisse verflüchtigen sich schnell. Trotz kommt auf - dabei werden in der Hauptsache andere als ablehnend empfunden. Mit einer Stimmung von "erst recht nicht!" passieren Ihnen Ungeschicklichkeiten oder kleinere Unfälle. Möglicherweise machen sich

ganz unerwartet und plötzlich Wutanfälle Platz. Menschen, die stets erwarten, dass Sie angegriffen oder abgelehnt werden, sind psychisch besonders angespannt. Dann reagiert man entweder gereizt, hyperaktiv, hektisch, ziellos oder unkonzentriert und fahrig. Hieraus könnten sich Magen-Darm-Reizungen und Erkrankungen anderer Organe und Drüsen aufgrund funktioneller Überreizungen ergeben.

Vielleicht hatten Sie in Ihrer Kindheit manchmal das Gefühl zwischen zwei Stühlen zu sein - ihren Eltern. Daraus können Sie gelernt haben, dass Neutralität unangreifbar macht. Unentschlossenheit, Standpunktlosigkeit und auch liberale Auffassungen könnten die Mittel gewesen sein, die Ihnen einen sicheren Platz in der Familie garantiert haben. So eine antrainierte Neutralität kann jedoch zur seelischen Blutarmut werden. Man wird orientierungslos und der Körper mag das in Eisenmangel, ebenso durch Migräne, Schwindelanfälle oder Kreislaufstörungen ausdrücken. Gerade dann, wenn Sie Farbe bekennen sollten, können Vergesslichkeit, Verletzungen oder Krämpfe Sie daran hindern. Dann scheint so manches relativ oder nicht mehr so schlimm. Das führt aber auch an notwendigen Auseinandersetzungen vorbei, die Klarheit schaffen. In unserer Welt der Gegensätze und Entsprechungen wird eine taktisch eingesetzte Neutralität die Entfaltung unserer Persönlichkeit nicht fördern. Neutralität macht farblos. Dann gehen wir vor lauter Unauffälligkeit in der Masse unter. Manchmal sättigen wir unser Verlangen, beachtet zu werden, indem wir uns auffällig anziehen oder benehmen. Im Grunde genommen sind wir dabei aber nicht locker, sondern schielen verkrampft auf die Reaktion der anderen.



Sie finden zu sich selbst, wenn Sie sich - wie oben beschrieben - durch den OM-Laut mit Ihren Instinkten und mit Ihrer Fähigkeit der geistigen Eingebung verbinden. Ziel ist Ihre persönliche Freiheit, die Sie nur erhalten, wenn Sie sich von Gruppenzwängen mit pseudo-liberalen Ansätzen, äußeren Erwartungshaltungen und krisensicherer Neutralitätshaltung fern halten. Wenn Sie wieder einmal zwischen zwei Stühlen in der Klemme sitzen sollten und zu keinem Entschluss kommen, kann eine kleine Visualisierungsübung helfen: Machen Sie sich Ihre Gespaltenheit bewusst, indem Sie alle Möglichkeiten und Widrigkeiten aufschreiben. Dann legen Sie den Zettel beiseite und setzen sich vor eine Kerze. Schauen Sie in das Kerzenlicht mit offenem Blick hinein, dann schließen Sie Ihre Augen und warten, bis das Kerzenlicht vor Ihrem inneren Auge erscheint. Wenn das Licht im Inneren verschwunden ist, blicken Sie wieder in das Kerzenlicht, um die Übung zu wiederholen. Vielleicht kommen Sie nicht gleich zu einer klaren Entscheidung. Sie können die Übung aber an darauf folgenden Tagen wiederholen - so lange, bis sich Klarheit und ein Impuls zum eindeutigen Handeln ergeben.



### 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. Fußpilzerkrankungen 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 Wertigkeit (Neptun im Schützen)**

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: Wir Menschen werden alle Wahrheiten in uns selbst entdecken. Daher möchten wir nicht mehr einer Doktrin folgen. In der westlichen Welt erweitern wir unsere Vorstellung von Gott immer mehr zu einem Allgott, den wir in allen Religionen und Philosophien zu finden glauben. Wir erhoffen uns, dass wir keiner übermächtigen Ordnung - auch nicht in Gestalt eines übermächtigen Gottes - unterliegen, sondern alle übernatürlichen Kräfte in uns selbst entdecken können. Deshalb suchen wir

nach unseren medialen Fähigkeiten und hoffen, damit schwebend durch das Gewühle der Welt hindurchzufinden. Neptun beschreibt jedoch unsere Vision und nicht die Realität. Auf der Suche nach Bewusstseinsweiterung könnten wir an bewusstseinsverändernden Lehren und Drogen haften bleiben, die uns immer mehr aus der realen Welt hebeln. Deshalb können desillusionierende Faktoren aus dem Alltag Enttäuschungen auslösen. Die wiederum rufen neptunische Flucht Tendenzen 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 Bereitschaft schließen, sich für übernatürliche Erscheinungen zu öffnen, allerdings nur, wenn Sie Ihrer Sehnsucht ehrlich gegenüber treten. Ihre Sehnsucht, von einem höheren Wissen geführt zu werden, kann auch einem Verlorenheitsgefühl entstammen. Dann, wenn alte Glaubensregeln immer mehr verschwinden, gelangen wir nämlich an einen Nullpunkt, wo alte Wertvorstellungen und bisherige Gesetzmäßigkeiten immer unbedeutender werden. Dann stellt sich die Frage, wonach wir uns nun richten sollen. Irrwege könnten uns in Selbstüberschätzung und Maßlosigkeit hineinführen, die uns auch körperlich schaden. Als Folge können Krankheiten auftauchen, die unsere Selbstüberschätzung wieder korrigieren, indem sie uns zu einem gemäßigteren Lebenswandel auffordern. Wenn wir gesund leben wollen, wird es uns nicht mehr genügen, Vollwertkost zu essen und Sport zu treiben. Unsere Gesundheit basiert auch auf dem gesunden Funktionieren eines ganzen Systems, bei dem es beispielsweise um artgerechte Tierhaltung

geht und um eine Nahrungsmittelgewinnung, die das ökologisches Gleichgewicht aufrechterhält.

Wenn Sie sich sinnenleert und schicksalhaft ausgeliefert fühlen, könnten Sie möglicherweise 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 einfalllos. 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 Barmherzigkeit 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.



### **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 Exkremete 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.



### **Lebendigsein im persönlichen Austausch (Pluto in der Waage)**

Ihre plutonische Kraft treibt Sie dazu an, die Gefühle in Ihrem Beziehungsleben zu hinterfragen. Sie ahnen nämlich, dass so manche selbstsüchtige Absicht unter dem Deckmantel selbstloser Liebe getarnt ist. Möglicherweise stellen Sie fest, dass intensive Gefühle nicht wiederholbar und manchmal unwiederbringlich sind. Sie erhoffen sich einen intensiven Gefühlsreichtum durch den Versuch, im Hier und Jetzt zu leben, spontan zu lieben und für Menschen und Situationen offen zu werden.

Wahrscheinlich werden Sie immer wieder Entwicklungsphasen durchmachen, in denen Sie sich an einen Menschen klammern, um dessen Liebe und Zuwendung für immer zu behalten. Vermutlich haben Sie schon einmal nach einer Trennung in den Abgrund des

Alleinseins und der Ablehnung hinabgeblickt - und sind über die gähnende Einsamkeit dort unten sehr erschrocken. Jenes schwarze Loch in Ihrer Psyche aktiviert immer wieder Mechanismen in Ihnen, mit denen Sie sich vor Einsamkeit bewahren möchten. Entweder spielt Eifersucht in Ihren Beziehungen eine große Rolle oder Sie betonen ganz vornehmlich die offene Beziehung. Keinesfalls fällt es Ihnen leicht, sich blind in eine Liebe hineinfallen zu lassen. Sie ahnen schon bald, dass Konflikte auftauchen werden, die die Harmonie, die häufig als Liebe definiert wird, zerstören könnten. Helfen kann Ihnen hierbei eine Innenschau, bei der Sie das an sich entdecken, was Sie an Ihrem Partner als störend empfinden. Alle negativen Seiten, die Ihr Gegenüber aufführt, um nicht mit Ihnen in eine Symbiose zu verfallen, sind die verborgenen Wesensanteile in Ihnen - mit denen Sie allerdings nicht viel zu tun haben möchten.

Manchmal halten wir uns krampfhaft an einem Zusammenleben fest, in dem wir uns nicht sonderlich wohl fühlen. Möglicherweise lieben wir Menschen, die für uns nicht da sind oder die uns in unserer Freiheit beschränken. Krankheiten kann man dann als Hinweis betrachten, dass etwas im Körper aus dem Gleichgewicht geraten ist. Gleichzeitig werden wir aber feststellen, dass auch etwas in unseren Beziehungen nicht stimmt. Wir Menschen sind wie von einer durchlässigen Membran umgeben, durch die Inneres und Äußeres miteinander ausgetauscht wird. Dass körperliche Vorgänge und zwischenmenschlichen Verhältnisse miteinander synchron verlaufen, können wir an der Ursachenforschung von Krankheiten erkennen: Wenn wir beispielsweise zu viel synthetische Stoffe aus Nahrungszusätzen -

Farbstoffe, Aromastoffe, Konservierungsstoffe u. Ä. - in uns aufnehmen, scheint es auch in unseren Beziehungen etwas Künstliches zu geben, weil wir unsere Natürlichkeit, die mit unseren Gefühlen ausgedrückt wird, verweigern. Wir tolerieren manchmal zu leichtfertig versteckte Giftstoffe - etwa Pestizide oder Raumgifte - die uns krank machen. Gleichzeitig nehmen wir in unseren Beziehungen viel zu wenig Kritik an oder lassen Vetos verlauten, obwohl wir durch ein Gefühl gewarnt sind, das unangenehm in uns aufsteigt. Wir können nur gesund werden oder gesund bleiben, wenn wir unsere Beziehungen genauso klären, wie wir unseren Körper reinigen und mit reinen Stoffen versorgen sollten.

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 Lebendigsein 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.



**körperliche Liebe und seelische  
Verbundenheit  
(Venus Quadrat Rad-Pluto)**

Sie sind sehr leidenschaftlich und brauchen viel Liebe und Zuwendung! Ihre Bedürftigkeit ist Ihnen jedoch nicht ganz geheuer - denn Zurückweisungen verletzen Sie sehr. Denen wollen Sie vorbeugen. Daher passen Sie sich an und geben sich umgänglicher, als es Ihnen lieb ist. Zystenbildungen oder Fibrome in der Niere, im Hals oder in den Geschlechts- bzw. Brustdrüsen versinnbildlichen zurückgehaltene Wünsche. Weil Sie sich der Zuneigung eines anderen nicht sicher sind, sind Sie misstrauisch und eifersüchtig. Hingabe wird dann schwierig und Ihre Liebeswallungen halten Sie hinter einer Fassade aus Kühle zurück. Ihr Körper reagiert auf einen Gefühlsstau mit Gefäßverengungen und Durchflussbehinderungen in den Organen. Medizinische Maßnahmen sollen den Durchfluss wiederherstellen. Der ist aber von unseren Gefühlen nicht zu trennen.

Sie überschreiten Ihre psychischen Leistungsgrenzen, sobald Sie befürchten, dass sich ein geliebter Mensch von Ihnen entfernt. Das laugt Sie aus - und Sie fühlen sich abgeschlafft oder depressiv. Möglicherweise greifen Sie dann zu einem Aufputzmittel. Übermäßiger Genuss an Alkohol, Nikotin und auch an Zucker sollen Traurigkeit, Liebesschmerz und Verzweiflung abfangen. Doch solche Muntermacher - wozu auch Schokolade zählt - regen zwar an, stellen aber keine Zufriedenheit her.

In Ihnen liegt ein riesengroßes Potenzial zur Liebesfähigkeit. Mit einer einfachen Übung finden Sie einen Zugang zu Ihrer Liebeskraft. Stellen Sie sich vor, dass Ihr Herz von Blütenblättern umschlossen ist. Öffnen Sie in Ihrer Vorstellung ganz langsam ein Blütenblatt und der Strahl eines feinen zartrosafarbenen Lichtes strömt heraus. Öffnen Sie das nächste Blütenblatt, sofern Sie noch weiter in sich hineinschauen wollen. Nehmen Sie vor allem den austretenden Lichtstrahl wahr, der mit der Zahl der geöffneten Blütenblätter immer leuchtender von Ihrem Herzen ausstrahlt. Diese Übung versöhnt Sie so liebevoll mit sich selbst, dass Sie Ihren Wünschen mehr Gültigkeit geben können.

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen unterstützen Sie darin, sich mit Ihrer Vergangenheit zu versöhnen. Die Bachblüte "Honeysuckle" hilft Ihnen, sich von Überholtem zu trennen, und ist ein wirksames Mittel bei Liebeskummer und in Trauerphasen. Die Bachblüte "Star of Bethlehem" ist dann angebracht, wenn Sie von einem Menschen oder von schmerzhaften Erinnerungen nicht loslassen wollen.



### **Lebensstrom und Wandel des Lebens (Neptun Sextil Rad-Pluto)**

Sie ahnen wie kein anderer, dass sich stets alles verändert und nichts dauerhaft ist. Dummerweise bringt Sie das häufig dazu, vom Bisherigen nicht loszulassen. Leider lassen sich Veränderungen zumeist nicht aufhalten. Das löst in Ihnen die Angst aus, dass Ihnen die Felle davonschwimmen. Panikartige Beklemmungsanfälle und andere Angstzustände können diesem Gefühl des Ausgeliefertseins entstammen.

Stuhlgangprobleme und Verstopfung verkörpern dieses krampfhaftes Festhaltenwollen am Status quo. Der Strom der Wandlungen aber drückt mächtig gegen körperliche Abwehrinstanzen und psychische Schutzmechanismen. Wenn die körperliche Immunabwehr instabil ist, dringen Krankheitserreger in den Körper ein. Gleichzeitig fühlen Sie sich von Mitmenschen überrumpelt, denen Sie Ihre persönlichen Grenzen leider zu spät verdeutlicht. Das macht Sie krank. Achten Sie darauf, dass Sie sich im Krankheitsfalle gut pflegen (lassen) und sich gründlich auskurieren, um einen Rückfall oder gar eine Lungenentzündung zu vermeiden. Eine intakte körperliche Abwehr ist notwendig für Ihren psychischen Selbstschutz. Pilzinfektionen, auch Fußpilz, und Parasitenbefall deuten darauf hin, dass Sie in Lebensverhältnissen ausharren, die der Entfaltung Ihrer Kräfte nicht mehr zuträglich sind. Vor allem sollten Sie auf hygienische Verhältnisse im Lebensmittelbereich achten, um mögliche Vergiftungen oder Darmgrippen,

die durch Schimmelpilze oder durch verdorbene Ware herbeigeführt werden, zu vermeiden.

Um im Fluss des Lebens zu bleiben, wird es Ihnen gut tun, sich an fließenden Gewässern aufzuhalten und die Beschaulichkeit zu genießen. Ebenso erholen Sie sich sicherlich gut bei einem Urlaub am Meer. Stärken Sie Ihren Körper auch mit reinigenden Kuren. Trinken Sie viel, damit unnötige Schlackenstoffe aus Ihrem Körper ausgeschwemmt werden. Allerdings sollten Sie alkoholische Getränke nur zum Genuss, nicht aber als Bestandteil des täglichen Flüssigkeitsbedarfes zu sich nehmen. Sie könnten sonst an der Flasche hängen bleiben! Durch Meditation öffnen Sie sich für die Kräfte des Universums, von denen wir ein Teil sind. Achten Sie aber auf Ihre Erdung, die Sie mit Fußmassage oder Stampfen erzielen. Sonst heben Sie ab!

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen stimmen Sie auf neue Lebensumstände ein. Die Bachblüte "Clematis" ist vor allem dann hilfreich, wenn Sie schläfrig und unkonzentriert sind und sich mit Tagträumen gegen eine unerfreuliche Lebenssituation wehren. Die Bachblüte "Centaur" stärkt Ihre Willenskraft, wenn Sie sich aus lauter Verzichtsbereitschaft fast aufgeben.



### **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 chironische 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 chironischen 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 chironische 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 chironischen 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 chironischen Verwundung vorgehen.

Die chironische 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 chironischen 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 Selbstvertrauen (Chiron in den Zwillingen)**

Sie schwanken zwischen dem, was Sie intuitiv wahrnehmen und dem, was andere Ihnen vorgeben. Ihr wunder Punkt wird dann berührt, wenn jemand Ihre Feststellungen infrage stellt oder wenn sich Vernunft und Tatsachen gegen Ihr Gespür stellen. Dann sind Sie verunsichert und richten sich stur nur nach dem, was schwarz auf weiß geschrieben steht. Prüfungen sind für Sie ein Gräuel, weil Sie sich zwar auf auswendig gelernte Fakten stützen, aber nicht darauf vertrauen, dass Sie die Sachverhalte mit Ihren eigenen Worten richtig darstellen können. Zudem fühlen Sie sich gedrängt, Ihre Ansichten und Lebensauffassungen mit Beweisen zu untermauern. Beim Reden sind Sie daher nervös, was man an Ihrer bebenden Stimme und an Ihrem schnellen Redefluss bemerkt.

Möglicherweise stehen Ihre Gesundheit und Ihr Nervenkostüm dann unter einer besonderen Belastung, wenn Sie sich festlegen sollen. Jede Konkretisierung könnte Sie nämlich dem zweifelnden Blick eines anderen aussetzen. Deshalb hören Sie oft nicht auf Ihre innere Stimme, die Ihnen sagt, was die beste Entscheidung für Sie ist. Dann fühlen Sie sich zwischen Gefühl und Verstand hin- und hergerissen. Eine Erkrankung kann in so einem Konflikt scheinbar Abhilfe schaffen, da durch sie die Entscheidung ein wenig hinauszögert wird. Beispielsweise bringen Sie vor lauter Heiserkeit keinen Ton heraus. Vor allem in hektischen Zeiten verordnet Ihnen Ihr Körper Bettruhe. Verwenden Sie sie als Ruhepause und, um Gefühl und Argumente zu einer klaren Entscheidung zusammenzufassen.

Häufig sehen Sie sich von Menschen umgeben, die Ihrer Meinung nach Behauptungen aus dem hohlen Bauch heraus aufstellen. Die aber fühlen sich gerade von Ihnen zu ihren Einfällen inspiriert. Sie haben nämlich die Gabe, Schlüsselwörter zu formulieren, die andere Menschen zu selbstkritischem Nachdenken anregen. Sie regen bei anderen Gedankenassoziationen an, durch die sie zu Entscheidungen finden. Wenn es nicht um Sie selbst geht, blüht Ihre Intuition und funktioniert Ihr Instinkt. Deshalb sollten Sie es auch für sich verbuchen, wenn andere durch Sie etwas gelernt haben. Das macht Sie heil, weil Sie so Gefühl und Verstand wieder miteinander in Beziehung bringen.



### **Ihre Heilkraft: Ausgleich schaffen (Chiron im 7. Haus)**

Den wunden Punkt, der unter Ihrem

Chiron-Zeichen beschrieben wurde, spüren Sie als schmerzhaftes Zurückweisen - vor allem in engen Zweierbeziehungen. Möglicherweise hat Sie eine Trennung einmal so tief verletzt, dass Sie heute sehr hellhörig und empfindlich auf Ungereimtheiten reagieren. Daher können Beziehungskrisen, die unter der Oberfläche schwelen, Krankheiten hervorrufen, die mit einem gestörten körperlichen Gleichgewicht einhergehen.

Verständlicherweise möchten Sie Ihren wunden Punkt schützen. Das tun Sie womöglich mit einer Überdosis an Diplomatie und Anpassung. Dadurch erfüllen Sie ganz automatisch die vermuteten Erwartungen Ihres Gegenübers. Weil Sie die Aufmerksamkeit Ihres Gegenübers nicht verlieren wollen, fällt es Ihnen besonders schwer, sich stark, zielbewusst, egoistisch und gesund zu zeigen. Womöglich unterdrücken Sie dann bereitwillig Ihren eigenen Willen, wenn Sie die Rolle des Schwächeren, Hilflosen oder Kranken erfolgreich spielen können und darin liebevoll angenommen werden. Möglicherweise tun Sie sich gerade dann beträchtlich weh, wenn Sie spüren, dass sich Ihr Partner mehr Freiheiten herausnehmen will. Aufgrund Ihrer schmerzlichen Erfahrungen im Miteinander können Sie sich in die Beziehungsprobleme anderer einfühlen. Sie haben deshalb anderen Menschen ihre Gefühle bewusst machen und können für die Partnerschaften Ihrer Mitmenschen eine heilende Funktion ausüben.

Ihr wunder Punkt liegt aber dennoch stets offen da. Das gibt Ihnen immer wieder das Gefühl, schwach oder unselbstständig zu sein. Daher sollten Sie Krankheiten, die Ihr Beziehungsleben verändern, Unfälle, die Sie eine Zeit lang von der Pflege eines Menschen abhängig machen, oder immer wiederkehrende

Beschwerden als Spitze eines Eisberges betrachten. Unter der Oberfläche nagt der Schmerz, nicht geliebt zu werden. Immer wiederkehrende körperliche oder psychische Krisen fordern Sie dazu auf, die Probleme in Ihren Beziehungen genauer zu betrachten. Ihre Chiron-Wunde kann Sie zur Homöopathie, zur chinesischen oder tibetischen Medizin, zu Natur- oder anderen alternativen Heilverfahren hinführen, die Körper und Psyche als vereint betrachten. Vor allem aber werden Sie durch Ihre Chiron-Wunde mit Therapeuten oder geistigen Lehrern und auch mit Astrologen in Kontakt kommen, die Ihnen die Zusammenhänge zwischen Liebe und Gesundheit offenbaren.

### **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 Ausschauen 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.