

# Astrologische Analyse Körper, Geist, Seele Langform

Erika Mustermann  
13.02.1995 - 13:30 Uhr MET  
Berlin

Sonnenzeichen: Wassermann  
Mondzeichen: Löwe  
Aszendent: Krebs



## 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 gefühlsbezogener Umgang mit Ihrer Gesundheit (Aszendent im Krebs)	8
Ausgewogenheit stärkt Körper und Psyche (Aszendent Opposition Venus)	9
Klare Grenzen stärken Körper und Psyche (Aszendent Trigon Saturn)	9
<b>Ihre zentrale Energiequelle</b>	<b>10</b>
Lebenskraft durch Entdeckergeist (Sonne im Wassermann)	12
Kraft für eigene Überzeugungen entwickeln (Sonne im 9. Haus)	14
Heilungsweg: Die wahren Feindbilder erkennen (Sonne Opposition Mars)	15
<b>Ihre psychische Kraft</b>	<b>17</b>
Erholung finden Sie im Genießen (Mond im Löwen)	19
Gesund durch gelebte Gefühle (Mond im 1. Haus)	21
Bedürfnis und Fakten (Mond Opposition Merkur)	22
Bedürfnis und Vergeistigung (Mond Opposition Uranus)	24
Bedürfnis und Auslieferung (Mond Trigon Pluto)	26
<b>Unser Regelsystem</b>	<b>28</b>
Selbsterhaltung in der Nächstenliebe (Saturn in den Fischen)	30
Heilungsaufgabe: Zuversicht entwickeln (Saturn im 9. Haus)	31

Verantwortung und Vergnügen (Venus Sextil Saturn)	33
Ideale und Realität (Jupiter Quadrat Saturn)	34
<hr/>	
<b>Unser Reizleitungssystem</b>	<b>36</b>
Stress durch Zielstrebigkeit (Uranus im Steinbock)	38
Befreiung durch Aufgabe von Gleichmacherei (Uranus im 7. Haus)	39
Individualität und Integration (Uranus Konjunktion Neptun)	41
Abwechslung und Neuwertung (Uranus Sextil Pluto)	42
<hr/>	
<b>Unsere Diffusionsprozesse</b>	<b>44</b>
Beeinflussbar in der öffentlichen Rolle (Neptun im Steinbock)	46
Geschwächt durch Abhängigkeit von Sympathien (Neptun im 7. Haus)	47
<hr/>	
<b>Unser Erbe</b>	<b>49</b>
Lebendigsein durch Begeisterungsbereitschaft (Pluto im Schützen)	50
Kraft durch Mut zur Leidenschaft (Pluto im 5. Haus)	52
<hr/>	
<b>Unsere Verwundbarkeit</b>	<b>54</b>
Ihr wunder Punkt: Perfekt ist nur, was funktioniert (Chiron in der Jungfrau)	55
Ihre Heilkraft: Anderen Schutz bieten (Chiron im 4. Haus)	56
Ihre empfindliche Stelle: Ihr Dazugehörigkeitsgefühl (Chiron Trigon Uranus)	57
Ihre empfindliche Stelle: Ihre Sehnsüchte (Chiron Trigon Neptun)	57
<hr/>	
<b>Epilog</b>	<b>58</b>

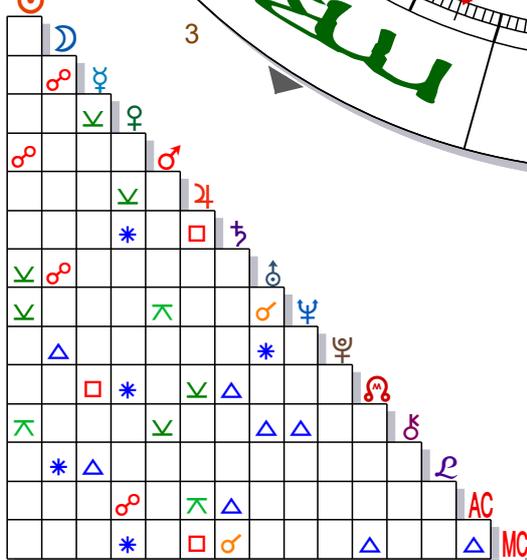
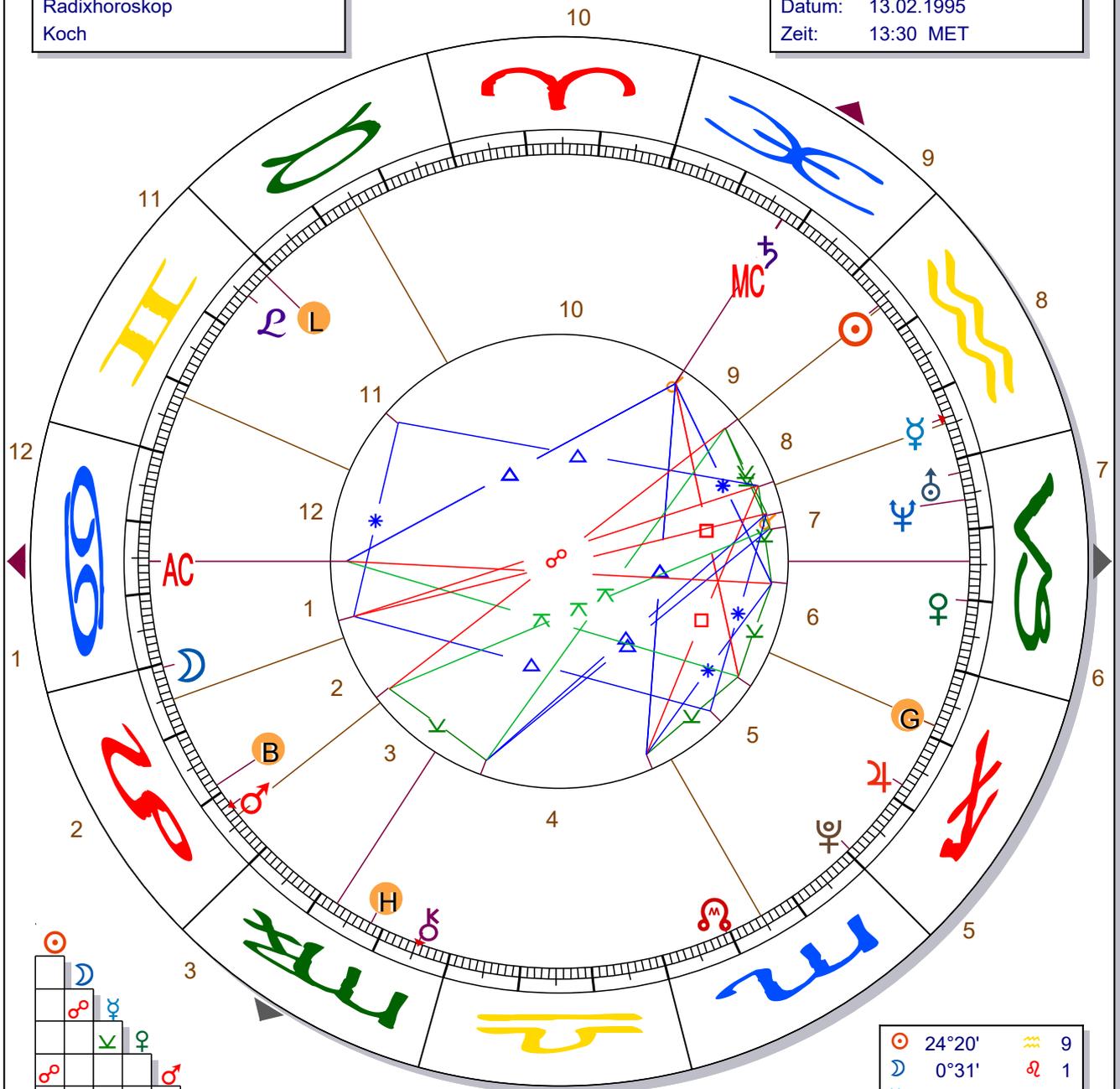
**Erika  
Mustermann**

**Berlin**

Länge: 013°24' E Breite: 52°31' N

Radixhoroskop  
Koch

Datum: 13.02.1995  
Zeit: 13:30 MET



**Kardinal:** 3  
**Fix:** 5  
**Flexibel:** 5

**Feuer:** 4  
**Erde:** 4  
**Luft:** 3  
**Wasser:** 2

**Männlich:** 7  
**Weiblich:** 6

1	15°26'	♈
2	5°14'	♈
3	23°58'	♈
4	12°37'	♏
5	14°48'	♏
6	21°38'	♏
7	15°26'	♏
8	5°14'	♏
9	23°58'	♏
10	12°37'	♏
11	14°48'	♏
12	21°38'	♏

☉	24°20'	♏	9
☾	0°31'	♈	1
☿	6°04' (R)	♏	8
♀	9°49'	♏	6
♂	22°20' (R)	♈	2
♃	12°08'	♏	5
♄	12°31'	♏	9
♅	28°00'	♏	7
♆	24°10'	♏	7
♇	0°30'	♏	5
♁	9°28'	♏	4
♂	25°22' (R)	♏	4
♃	4°38'	♏	11
AC	15°26'	♏	1
MC	12°37'	♏	10

**Erika Mustermann**

**Berlin**

Länge: 013°24' E Breite: 52°31' N

Radixhoroskop  
Koch

Datum: 13.02.1995  
Zeit: 13:30 MET

**Planeten-Stellungen**

☉ Sonne	24°20'	♊ Wassermann	Haus 9
☾ Mond	0°31'	♌ Löwe	Haus 1
☿ Merkur	6°04' (R)	♊ Wassermann	Haus 8
♀ Venus	9°49'	♋ Steinbock	Haus 6
♂ Mars	22°20' (R)	♌ Löwe	Haus 2
♃ Jupiter	12°08'	♐ Schütze	Haus 5
♄ Saturn	12°31'	♋ Fische	Haus 9
♅ Uranus	28°00'	♋ Steinbock	Haus 7
♆ Neptun	24°10'	♋ Steinbock	Haus 7
♇ Pluto	0°30'	♐ Schütze	Haus 5
♁ mKnoten	9°28'	♏ Skorpion	Haus 4
♄ Chiron	25°22' (R)	♍ Jungfrau	Haus 4
♁ Lilith	4°38'	♊ Zwilling	Haus 11
AC Aszendent	15°26'	♋ Krebs	Haus 1
MC Medium Coeli	12°37'	♋ Fische	Haus 10

**Häuser-Stellungen**

1	15°26'	♋	Krebs
2	5°14'	♌	Löwe
3	23°58'	♌	Löwe
4	12°37'	♍	Jungfrau
5	14°48'	♏	Skorpion
6	21°38'	♐	Schütze
7	15°26'	♋	Steinbock
8	5°14'	♊	Wassermann
9	23°58'	♊	Wassermann
10	12°37'	♋	Fische
11	14°48'	♉	Stier
12	21°38'	♊	Zwilling

**Aspekte**

☾ Δ ♁ +0°01'	♄ ♂ MC +0°06'	☉ √ ♀ +0°10'
♀ * ♁ +0°21'	♃ □ ♄ +0°23'	♃ □ MC +0°29'
☉ ⋈ ♂ +1°02'	♄ Δ ♂ +1°11'	♀ Δ ♁ +1°26'
♂ ⋈ ♀ +1°50'	☉ ♂ ♂ +1°60'	♀ √ ♃ +2°19'
♁ * ♁ +2°31'	☾ ♂ ♂ +2°31'	♁ Δ ♂ +2°38'
♃ √ ♁ +2°40'	♀ * ♄ +2°42'	♀ * MC +2°48'
AC Δ MC +2°49'	♄ Δ AC +2°55'	♂ √ ♂ +3°02'
♄ Δ ♁ +3°03'	♁ Δ MC +3°09'	♃ ⋈ AC +3°18'
♀ □ ♁ +3°24'	☉ √ ♂ +3°39'	♀ √ ♀ +3°45'
♁ ♂ ♀ +3°49'	☾ * ♁ +4°07'	☾ ♂ ♀ +5°33'
♀ ♂ AC +5°37'		

**Quadranten**

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

**Elemente**

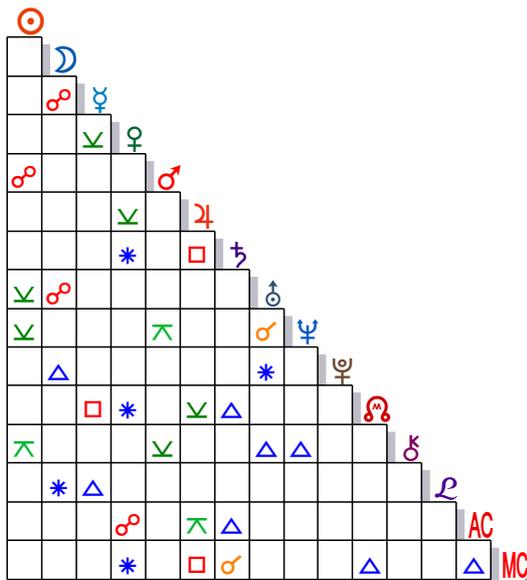
Feuer	4 ☾ ♂ ♃ ♁
Erde	4 ♀ ♂ ♄ ♁
Luft	3 ☉ ♀ ♁
Wasser	2 ♄ ♁

**Qualitäten**

Kardinal	3 ♀ ♂ ♄
Fix	5 ☉ ☾ ♀ ♂ ♁
Flexibel	5 ♃ ♄ ♁ ♁ ♁

**Männlich / Weiblich**

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



**Legende**

- ♂ Konjunktion
- √ Halbsextil
- ∠ Halbquadrat
- \* Sextil
- Q Quintil
- Quadrat
- △ Trigon
- ▣ Sesquiquadrat
- β Biquintil
- ⋈ Quincunx
- ♁ Opposition

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

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

## Prolog

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

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

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

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

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

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

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

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

## Ihre gesundheitliche Konstitution

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

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

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

## Ihr gefühlsbezogener Umgang mit Ihrer Gesundheit (Aszendent im Krebs)

Früher waren Sie körperlich wohl wenig belastungsfähig, vielleicht sogar schlecht ernährt und von schwacher Kondition. Mit zunehmendem Alter merken Sie, dass Sie robuster, zäher und ausdauernder geworden sind. Ob Sie sich allerdings gesund fühlen, hängt von Ihrer Gemütsverfassung ab. Als zartes, sensibles Wesen kommen Sie sich schlapp, kraftlos und krank vor, wenn sich niemand so recht um Sie zu kümmern scheint. Manchmal sorgen Sie sich ausschließlich um das Wohl der anderen. Dann bleibt nicht mehr viel Raum für Ihre Bedürfnisse übrig. Enttäuscht verstecken Sie Ihre Gefühle und funktionieren fast automatisch. Im Inneren aber rumort es. Das kann sich durch einem nervösen Magen äußern. In Zeiten, in denen Ihnen das warme Nest fehlt, werden Sie von einer unbegründeten Angst beseelt, von einer unheilbaren Krankheit befallen zu werden. Solchen irrationalen Ängsten können Sie entgegenwirken, indem Sie das mehr in Anspruch nehmen, was sich Ihnen an Liebe, Schutz und Geborgenheit in Ihrem Leben bietet.

Durch Ihre introvertierte Art neigen Sie dazu, phlegmatisch zu werden. Ohne Antrieb sind Sie allerdings schnell deprimiert. Deshalb brauchen Sie immer wieder einen Kick, der Ihren Lebensmotor auf Touren bringt. Kalte Duschen, Schwimmen oder Tanzen bringen Sie wieder in Schwung. Regelmäßige Bewegung und Sport wirken sich auf Ihr Gemüt positiv aus. Ihr Lieblingssport sollte Ihnen aber in erster Linie Spaß machen und Fitness ein willkommener Nebeneffekt sein. Sport und Hobby vereinen sich in gelungener Weise beim Segeln oder bei gymnastischen Übungen zu Musik.

Sie sehnen sich nach einem Nest, in dem Sie sich wohlig genährt fühlen. Psychische Probleme könnten sich bei Ihnen auf körperlicher Ebene im Bereich der Nahrungsaufnahme zeigen: bei Drüsen mit dem ihnen verbundenen Säftehaushalt, den Schleimhäuten und dem Magen. Gewebsflüssigkeit und Lymphe sind Teil des Wasserhaushaltes im Körper, der gestört sein kann, wenn Gefühle blockiert sind. Nase und Augen können erkranken, wenn Sie sich emotional isolieren.

Menschen, die Ihnen zuhören, die Sie mit Worten oder mit einer Geste trösten, wirken heilend auf Sie. Einen Arzt suchen Sie erst auf, wenn Ihre selbst zusammengestellten Kräutertees und Ihre Wundersälbchen nichts mehr nützen. Homöopathen und Heilpraktiker sehen einen Zusammenhang zwischen Gefühlsleben und Krankheit. Das kommt Ihnen entgegen. Bettruhe, Wärme und genügend Flüssigkeitszufuhr verschaffen Ihnen bei vielen Krankheiten schon

Linderung. Trotzdem haben Sie das Gefühl, noch etwas einnehmen zu müssen, um gesund zu werden. Deshalb greifen Sie wenigstens zu einem pflanzlichen Mittel, das Ihre Abwehrkräfte stärken soll.

Mit Ihrem sensiblen, phlegmatischen Temperament verkriechen Sie sich in Frustzeiten hinter Bergen von Süßigkeiten. Dann würden Sie am liebsten den ganzen Tag schlafen oder in Tagträumereien vor sich hinmümmeln. Vielleicht trinken oder rauchen Sie zu viel, um über die orale Befriedigung einen Trost für Enttäuschungen zu finden. Um aber in einem gesunden Gleichgewicht zu bleiben, sollten Sie verstärkt Milchprodukte, frisches Gemüse und Obst zu sich nehmen. Mandeln, Fisch und Schalentiere, ebenso Fleisch bekommen Ihnen als Krebstypus, wenn sie in Maßen genossen werden. Auf Kohlenhydrate wie Zucker und Weißmehl sollten Sie verzichten, um Verdauungsbeschwerden zu verhindern.

### Ausgewogenheit stärkt Körper und Psyche (Aszendent Opposition Venus)

Ihr Gesundheitszustand hängt davon ab, wie harmonisch Ihre Beziehungen verlaufen. Manchmal lassen Sie sich allzu leicht durch Querelen aus dem Gleichgewicht bringen. Dann ernähren Sie sich schlecht, schlafen zu wenig oder zu viel und lassen Ihren Freizeitausgleich zu kurz kommen. Psychisch bringt Sie das aus dem Lot und Ihr Körper zeigt Ihnen das mit Störungen seines physiologischen Gleichgewichtes an. Die bewirken, dass sich Schlackenstoffe im Körper anreichern, die Hautunreinheiten, Gewichtsprobleme und auch Funktionsstörungen der Organe verursachen können. Blutdruckschwankungen, die auch vom Blutzuckerspiegel abhängen können, deuten auf Unausgewogenheiten in Ihrem Beziehungsleben hin. Möglicherweise ist Ihnen etwas "an die Nieren gegangen", das Sie nicht zufriedenstellend für sich klären konnten. Bereinigung durch Gespräche sowie körperliche Reinigung sind Methoden, die Ihre Gesundheit erhalten. Entschlackungskuren oder Teekuren zur Durchspülung der Nieren entlasten den Körper. Trennkost propagiert eine optimale Verdauung und Nährstoffaufnahme. Durch sie wird die Nahrung u.a. auch nach deren pH-Wert zusammengestellt. Ein körperliches Gleichgewicht kann durch solche Maßnahmen wiederhergestellt werden.

### Klare Grenzen stärken Körper und Psyche (Aszendent Trigon Saturn)

Sie sind ein disziplinierter Mensch und achten dabei trotzdem auf Ihre Leistungsgrenzen. Wenn aber zu viel Unvorhergesehenes auf Sie einströmt, bringt Sie das aus dem Konzept. Manchmal werden Sie krank, weil zu viel Unordnung Ihr Leben eingebrochen ist. Um das Chaos zu verhindern, halten Sie womöglich an Gewohnheiten und an einer alten Ordnung fest. Das

verbraucht viel Energie. Deshalb fühlen Sie sich in solchen Zeiten antriebslos und geschwächt. Muskelverspannungen im Wirbelsäulenbereich weisen dann darauf hin, dass Sie den Entwicklungen in Ihrem Umfeld zu unflexibel gegenüberstehen. Um gesund zu bleiben, sollten Sie 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 einrostet.

## Ihre zentrale Energiequelle

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

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

*Ihre zentrale Energiequelle - Die Sonne*

*Im Horoskop zeigt die Sonne die Quelle unserer vitalen Energien an, die, wenn sie ungehindert frei werden können, uns ein Gefühl von Lebensmut und Optimismus verleihen. Das sind äußerst wichtige Voraussetzungen für ein Leben in Gesundheit. Mit der Dynamik unserer astrologischen Sonne streben wir Menschen nach Selbstverwirklichung. Damit wir uns unseren persönlichen Herzensangelegenheiten auch widmen können, werden wir uns von so manchen Grundsätzen befreien müssen, die wir durch unsere Erziehung und durch starre gesellschaftliche Ordnungsprinzipien erlernt haben. Leider machen wir immer wieder die Erfahrung, dass wir abgelehnt werden oder*

unter Kritik geraten, wenn wir uns individuell so geben, wie wir sind. Je wichtiger es uns erscheint, angenommen und akzeptiert zu werden, desto schwerer fällt es uns, unseren individuellen Weg zu beschreiten. Dann fühlen wir uns unzufrieden und fragen uns, wer wir eigentlich sind. Erst wenn wir unserer Sonnenqualität, die uns zu unserem Ichbewusstsein hinführt, einen gebührenden Raum in unserem Leben zur Verfügung stellen, können wir zufrieden werden. Gesundheit bedeutet, das zu tun, was uns mit unserem Selbst identisch werden lässt.

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

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

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

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

*Nach Atemübungen und nach einer Meditation werden gewisse Chakren in besonderem Maße aktiviert und sind vielleicht auch mehr geöffnet. Die Folge hiervon ist, dass wir zunächst auf Einflüsse von außen besonders sensibel reagieren. Mit Aura-Soma-Ölen können Sie ein betreffendes Energiezentrum, also ein Chakra, schützen und heilen. Heilkräfte von Pflanzenfarben und Edelsteinenergien sind in Aura-Soma-Ölen gespeichert. Das Aura-Soma-Sonnenöl "Gelb über Gold" stärkt vor allem das Solarplexus-Chakra (Sonnengeflecht). Wir verbinden uns auf unserem Solarplexus-Heilungsweg mit unserem uralten Wissen, also mit unserer Intuition. Hierüber beziehen wir die Kraft, unsere Vorstellungen und Visionen zu realisieren. Näheres zu Aura-Soma können Sie im gleichnamigen Buch von Irene Dalichow nachlesen.*

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

## Lebenskraft durch Entdeckergeist (Sonne im Wassermann)

Mit Ihrer Wassermann-Sonne streben Sie nach der freien Entfaltung Ihrer individuellen Natur. Ihre Stärke ist die Erkenntnis von Zusammenhängen. Weil Sie sehr schnell die Dinge in Ihrer Gesamtheit zu überschauen vermögen, ziehen Sie den Schluss, auch die rechte Handlungsweise zu kennen. Wenn Sie sich aber der Meinung einer Autoritätsperson zu beugen haben, durch die Sie sich in Ihrer Kreativität eingeschränkt fühlen, werden Sie widerspenstig und unbeugsam. Solange Sie jedoch nicht Ihren eigenen Stil verfechten, mag sich diese innere Auflehnung in Wadenbeschwerden, Krämpfen und Stauungen im Wadenbereich somatisieren. Als Wassermann-Mensch brauchen Sie zu Ihrer persönlichen Entfaltung einen freien Aktionsraum, innerhalb dessen Sie Ihre Vorgehensweise selbst bestimmen. Sie sind ein exzellentes Teammitglied, aber nur wenn Sie Ihre eigenen Ideen und Vorstellungen in ein großes Ganzes einfügen können.

Vermutlich sehen Sie sich stets vielen verschiedenen Aufgaben gegenüber. Stress kommt dann auf, wenn Sie keine Prioritäten setzen. Sie haben das Zeug zu einem Multitalent. Doch genau das bringt eine Vielfalt an Verpflichtungen mit sich, durch die Sie sich zeitweise verzetteln. Oft merken Sie erst, dass Sie sich im Stress befinden, wenn sich Ihre Anspannung in plötzlichen Entladungen löst: etwa in Zerrungen, akuten Verletzungen oder auch Nervenleiden.

Weil Ihr Interesse der Welt der Ideen und der geistigen Essenzen gilt, vernachlässigen Sie nur allzu gern Ihre körperlichen Bedürfnisse. In diesem Sinne nehmen Sie so manches Krankheitssymptom erst wirklich ernst, wenn es zu einer bereits gefährlichen Verschlimmerung gekommen ist. Sie lösen Ihre Aufgaben lieber im Kopf und werten schon eine kleine Besserung Ihres Krankheitssymptoms als Heilung. Psychische Konflikte, die sich als Krankheit im Körper manifestiert haben, lösen Sie nicht selten durch Ablenkung, indem Sie Ihr Interesse auf "wichtigere" Dinge als Ihre Krankheit richten. So kann jedoch ein Problem nicht von der Wurzel her bereinigt werden und deshalb wird es immer wieder von Neuem an anderer Stelle auftauchen. Die Krankheitsbilder wiederholen sich, können dadurch aber auch chronisch werden. Für aufwändige Behandlungsmethoden haben Sie vermutlich zu wenig Geduld. Damit Körper und Geist gemeinsam einen Gesundungsprozess durchlaufen, sind Ihnen vor allem alternative Heilmethoden anzuraten: Homöopathie, Akupunktur oder Reflexzonenmassagen.

Sie finden Ihre Heilung darin, dass Sie sich mit Ihrem Körper und mit den an ihn gebundenen Empfindungen zunehmend anfreunden. Sie fürchten, Ihre Objektivität zu verlieren, wenn Sie sich in Ergriffenheit und Schmerz hineinbegeben. In solchen Fällen lassen Sie kein Mitgefühl zu - auch nicht mit Ihren eigenen Leiden. Infolgedessen flüchten Sie sich immer mehr in eine theoretische Welt hinein, in der Ihr Körper und auch Ihre Partnerbeziehungen autonomen Gesetzen zu folgen scheinen.

Die Schwingungen mancher Edelsteine verhelfen Ihnen, Himmel (Geist) und Erde (Körper) miteinander in Einklang zu bringen. Der blaugüne Türkis ist z.B. dabei behilflich, sich von irdischen Verhaftungen und übermäßigen Verpflichtungen zu befreien und sich wieder mehr darauf zu konzentrieren, was einem gut tut. Schon die Navajo-Indianer haben den Türkis als Schutzstein verwendet. Er verändert nämlich seine Farbe, wenn sein Träger krank oder negativen Einflüssen ausgesetzt ist. Der grünlich-blaue Aquamarin wirkt unterstützend in der platonischen Liebe. Der ansonsten klare Stein kann eine Trübung aufzeigen, wenn der Träger Unehrlichkeit gegenübersteht.

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 Wassermann ist der Uranus zugeordnet. Das energetische Zentrum unserer geistigen Bewusstheit (Uranus) liegt im Stirnchakra, das auch als Drittes Auge bekannt ist. Es liegt an der Nasenwurzel zwischen den Augenbrauen. Um nicht in Vergeistigung abzuheben, ist es für Sie mit Ihrer vom Uranus beeinflussten Sonne sehr wichtig, dass Sie Ihren Energiefluss regelmäßig

erden. Folgende Übung kann Ihnen immer dann behilflich sein, wenn Sie zu viele Dinge auf einmal im Kopf haben: Stellen Sie sich einen goldenen Lichtstrahl vor, den Sie mit der Einatmung aus der Erde über die Wirbelsäule bis zum Stirnchakra in sich hineinsaugen. Nach einem kurzen Luftanhalten schieben Sie das goldene Licht über die Wirbelsäule wieder zurück und lassen es aus dem Sonnengeflecht weit hinausströmen. Wenn Sie diesen Atemvorgang siebenmal wiederholen, werden Sie Ihre Kraft immer mehr auf das Wesentliche zu konzentrieren 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 fetthaltiges 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 Prestigegeanken 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: Die wahren Feindbilder erkennen (Sonne Opposition Mars)

Sie sind willensstark, durchsetzungsfähig und lassen sich nicht so schnell von Ihren Vorhaben ablenken. Dabei sind Sie der Überzeugung, dass man stets aktiv sein muss, um zu dem zu kommen, was man erreichen will. Abwarten bedeutet für Sie, dass Sie nichts bekommen, während andere sich um Ihren erhofften Platz die Köpfe einschlagen. So sehen Sie sich in einem Konkurrenzkampf, dessen Spielregeln anscheinend andere festlegen.

Vermutlich haben Sie von Ihrem Vater gelernt, dass man sich in der Welt durchsetzen muss, um nicht unterzugehen. Von ihm haben Sie das Motto übernommen: "Den letzten beißen die Hunde - also mische stets in den vorderen Reihen mit". Er hat Ihnen praktische Lösungswege gezeigt, wie man sich mit Mut - und vielleicht auch mit Zorn - durchbeißen kann. Die Devise "Angriff ist die beste Verteidigung" liefert Ihnen Ihr Konzept, wie Sie mit Ihrer Angst vor Niederlagen umgehen können. Gallenleiden und Magenschleimhautentzündungen können ein Ausdruck dafür sein, dass Sie sich in einem Autoritätskampf befinden. Den Sieg in diesem Kampf interpretieren Sie als Beweis Ihrer persönlichen Stärke. Trotzdem scheinen Sie sich in Ihrem Innersten dem Ganzen nicht ganz gewachsen zu fühlen. Es kann für Sie ein Weg zur Heilung sein, zu erkennen, dass es manchmal klüger ist, die Waffen niederzulegen. Sieger kann auch einmal der sein, der im richtigen Moment nachgibt. Dann hat er erkannt, dass er um Dinge kämpft, die nicht wirklich sein Herz berühren. Möglicherweise hat Ihr Vater sehr ärgerlich reagiert, wenn Sie sich weinerlich und unselbstständig benommen haben. Seine Unzufriedenheit mit Ihrer angeblich schwachen Seite ist vielleicht auch heute noch der Grund dafür, dass Sie sich häufig mehr Durchsetzungskraft abverlangen, als Ihnen eigentlich recht wäre.

Solange Sie sich noch nicht darüber im Klaren sind, welches Ihre Herzensziele im Leben sind, geht es Ihnen vor allem um Selbstbestätigung. Sie streben nach Anerkennung und brechen so manches übers Knie, nur um ein Resultat vorweisen zu können. Je mehr Widerstand sich Ihnen entgegenstellt, desto ärgerlicher werden Sie auf die daran beteiligten Menschen, die Ihnen Ihrer Meinung nach mit ihrem Veto Böses antun möchten. In solchen Fällen agieren Sie im vermeintlichen Sinne Ihres Vaters: die Welt ist voller Feinde. In solchen Fällen können Sie unsensibel gegen sich selbst werden und sind dann verletzungsgefährdet. Dann stoßen Sie sich häufig an auftauchenden Hindernissen, die Sie in Ihrem Eifer nicht wahrgenommen haben. Vor allem Ihr Kopf scheint Ihnen öfters im Wege zu sein. Ganz unbewusst katapultieren Sie sich in abenteuerliche Situationen, die Sie mit Unnachgiebigkeit und Rechthaberei selbst heraufbeschwören. In der Regel haben Sie aber doch das Glück, mit Hautschürfungen und harmloseren Schnittwunden davonzukommen.

Bluthochdruck könnte bei Ihnen ein Hinweis darauf sein, dass Sie sich zu wenig Erholung gönnen. Nur unter Druck können Sie Verantwortung abgeben. Sie wittern im Hintergrund nämlich allzu leicht Rivalen, die Ihnen Ihren Posten streitig machen wollen. Sie sind zwar ein Kämpfer, stempeln aber Ihre Mitstreiter allzu leichtfertig zu Konkurrenten ab. Je mehr Sie auf Ihre Fähigkeiten und auf Ihre persönliche Ausstrahlungskraft vertrauen, desto realistischer werden Sie Gefahren einschätzen. Dann mag vielleicht sogar so mancher angebliche Rivale zum Sparringspartner werden. Sie finden zu Ihrer Kraftquelle, wenn Sie sich für Dinge

einsetzen, die Ihnen am Herzen liegen. Solange allerdings private Herzensangelegenheiten durch Ihr Streben nach Sieg und Erfolg zu kurz kommen, werden sich Partnerschaften verkomplizieren und Gefühle als Schwäche abgetan. Dann kann es um Sie herum kalt und ungemütlich werden. Herzschmerzen zeigen so eine Gefühlskälte auf körperlicher Ebene an: In Wirklichkeit tut es nämlich ganz schön weh, wenn die Zahl der Freunde immer kleiner und Herzlichkeit immer seltener wird. Herzbeschwerden sollten Sie als einen inneren Aufschrei interpretieren, im Leben viel zu wenig Platz für Liebe haben.

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

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

## 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 Lichte lässt nur die Einflüsse hindurch, die Sie zulassen wollen. Die Dichte des gedachten Lichtes ist flexibel; sie kann zart-durchlässig sein und sich im Bedarfsfall - wenn Sie sich gegen negative Einflüsse abschirmen wollen - zur undurchlässigen Glasscheibe verdichten.*

*Mondmusik ist Gefühlsmusik. Es sind weiche und schwingende Töne, wie beispielsweise die der Geige.*

*Wassermusik, auch das Plätschern eines Baches oder eines Wasserfalles im Hintergrund stimmt uns auf unser Gemüt ein.*

## Erholung finden Sie im Genießen (Mond im Löwen)

Sie sind ein lebensfroher Gemütsmensch und möchten auf der Sonnenseite des Lebens alles erdenkbar Sinnliche genießen können. Sie haben das Gefühl, dass alle Erscheinungsformen der Welt vor allem dazu da sind, Sie zu erfreuen. Ihre Wünsche und Bedürfnisse stehen im Mittelpunkt Ihres Lebens. Eigentlich möchten Sie auf nichts verzichten müssen. Wenn Ihnen aber dennoch ein Wunsch nicht erfüllt werden kann, hoffen Sie auf einen Befriedigungersatz. In Ihrer Genussfreude neigen Sie zu Exzessen, sowohl in der Liebe und als auch im Umgang mit Genussmitteln. Bei Ihnen wirkt sich ein vergnüglicher und lustbejahender Lebenswandel stabilisierend auf Herz und Kreislauf aus. Exzesse im Umgang mit Genussmitteln verursachen allerdings genau das Gegenteil!

Vermutlich sind Sie mit einem Elternteil aufgewachsen, der sich an Ihrem selbstbewussten Verhalten und an Ihrem sonnigen Gemüt besonders erfreut hat. So haben Sie gelernt, wie Sie sich in Szene setzen müssen, um Sympathien zu gewinnen. In so einem Fall basiert Ihr Selbstwertgefühl möglicherweise nur darauf, dass Sie immer im Mittelpunkt stehen. Wenn Sie dann spüren, dass dem nicht so ist, überspielen Sie aufkommende Frustgefühle mit exzessiven Ausschreitungen beim Sex, beim Essen und beim Gebrauch von Genussmitteln.

Möglicherweise fordern Sie Ihr Glück heraus und werden zum Spieler - in der Liebe oder mit Ihren Finanzen. Ursache aller Übertreibungen ist Ihr innigster Wunsch, im Mittelpunkt der Liebe eines Menschen zu stehen. Liebe, die Ihre Lebensfreude aufleben lässt, ist die Basis Ihres Gesundseins.

Erholung finden Sie, wenn Sie sich auf die Sonnenseite des Lebens begeben. Beispielsweise lässt Sie eine Reise in den Süden, aber auch ein Sonnenbad im Liegestuhl wieder mehr genießen. Sie merken den Unterschied zwischen Verbrauchen und Genießen, wenn Sie sich genüsslich bis ins Herz hinein erfreut fühlen. Fröhliche Musik, Tanzen und sonnenfrohe Menschen helfen Ihnen, Ihr Herz für die Liebe eines Menschen zu öffnen, die Sie so notwendig brauchen. In der Einsamkeit und im konsequenten Streben nach Erfolg wird Ihr Wohlbefinden immer mehr untergraben. Fröhliche Menschen, die Sie zu einem Fest einladen, können Sie wieder aufbauen. Es tut Ihnen bestimmt nicht gut, wenn Sie das Leben nur angehäuft mit Pflichten gleichförmig an sich vorbeiziehen lassen. Sie brauchen Highlights, die Sie sich aber auch selbst inszenieren können, indem Sie den Kontakt zu Ihren Freunden halten.

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

Dem Zeichen Löwe wird in der Astrologie als Farbe das Goldgelb zugeordnet. Gold- oder maisgelbe Tücher aus Seide oder Satin können Sie auf Sessel und Tisch geschmackvoll ausbreiten. Sie schaffen sich somit eine aufmunternde Atmosphäre, die Sie mit Ihrer Genussfreude in Verbindung bringt.

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. Der Geruch des Thymians, der dem Zeichen Löwe zugeordnet werden kann, regt die Lebensgeister an und stärkt den Mut. Thymianduft ist allerdings nicht geeignet für Epileptiker und während der Schwangerschaft.

### Gesund durch gelebte Gefühle (Mond im 1. Haus)

Alles, was Ihr Gemüt bewegt, spüren Sie gleichzeitig auch im Körper. Wenn jemand Ihre Wut erregt, haben Sie tatsächlich das Gefühl, dass sich Ihnen die Stirnhaare sträuben. Arrogante oder rechthaberische Bemerkungen mancher Mitmenschen kommen bei Ihnen mit einem Stich in der Magengrube an. Wer Ihre Gefühle verletzt, gibt Ihnen auch einen Stich ins Herz.

Vielleicht sind Sie aber dazu erzogen worden, nicht so zimperlich zu sein. Deshalb sind Sie wohl kaum wehleidig, Sie nehmen aber die Vorgänge in Ihrer Umwelt sehr persönlich und reagieren daher dementsprechend emotional - das heißt: Sie reflektieren nicht lange, bevor Sie Ihre Gefühle zeigen. Wenn Sie aber von Kindesbeinen an dazu angehalten worden sind, Ihre naiv-natürliche Art zurückzuhalten, fließen viele Emotionen Ihrer Mitmenschen in Sie hinein und zu wenig Spannungsentladungen dürfen aus Ihnen heraus. Sie haben somit schon als Kind gelernt, dass Ihre Gefühle weniger Bedeutung haben, weil Sie sich einer "erwachseneren" Welt anpassen müssen.

Falls es Ihnen so ergangen ist, haben Sie als Kind sicherlich verhaltensauffällige Essmanieren gezeigt. Aus Protest haben Sie entweder zu wenig gegessen, heimlich geschlemmt oder sich beim Essen besonders heikel verhalten. Mancher Jugendliche wehrt sich gegen die erzieherische Normierung seiner Emotionen mit Essstörungen, etwa Magersucht, Fresssucht oder Fettsucht. Dies ist in der Regel ein Hinweis darauf, zu wenig liebevolle Zuwendung zu haben. Beispielsweise ist Übergewicht in der Regel das Ergebnis von Ersatzbefriedigungen, bei denen Liebe mit Essen kompensiert wird. Magenbeschwerden, die auftreten, weil man gewisse Speisen nicht verträgt - was nicht selten durch Genussmittelkonsum ausgelöst ist - deuten darauf hin, dass man psychisch unter Druck steht und seinen Gefühlen und Stimmungen nicht nachgeben darf.

Ihre Essensgewohnheiten richten sich wohl nach Ihrer Lust und Laune und nach den momentanen Gegebenheiten. Wenn es für Sie im Augenblick zu aufwändig wäre, ein vollwertiges Mahl zu organisieren, begnügen Sie sich auch mit einem belegten Brötchen aus einem Automaten. Sie haben keinen ideologischen Ernährungsplan im Kopf. Stattdessen essen Sie das, wonach es Ihnen gerade gelüftet. So kann es passieren, dass Sie zu viel Zucker und zu wenig Vitamine zu sich nehmen. Um einer einseitigen Ernährung ein wenig vorzubeugen, wäre es zu empfehlen, wenn Sie sich ein gesundes Pausenbrot oder auch Obst und Jogurt vorsorglich schon einmal mit in die Arbeit nähmen. Strenge Diätpläne zum Abnehmen helfen Ihnen vermutlich wenig, denn die Gelüste können Sie überall und unerwartet überfallen. Um Heißhungeranfällen vorzubeugen, in denen Sie haltlos alles in sich hineinschaufeln, was gerade so da ist, sollten Sie lieber auf dezente Sättigung achten, die auch mit einem Apfel erzielt werden kann.

Sie sind ein Gemütsmensch und können Ihre Gefühle herzerfrischend unverblümt ans Tageslicht bringen. Sie finden Befreiung, wenn Sie sich einen Lebensbereich erschaffen, in dem Sie Ihre Emotionen auch spontan und naiv zeigen dürfen. Vielleicht bemerken Sie schauspielerische Talente an sich, mit denen Sie sich in Rollen hineinleben und ohne Hemmungen drauflos agieren dürfen. Eine Laienspielgruppe, eine Aufführung im Betrieb oder ein Theaterkurs an der Volkshochschule kann Ihnen hierbei weiterhelfen. Bewegung tut Ihnen bestimmt sehr gut, sollte aber Spaß machen - außerdem sollten Ihre konstitutionellen Schwankungen dabei nicht sonderlich ins Gewicht fallen: das ist möglich beim Tanzen, beim Tai Chi, auch beim Joga. Vermutlich sind Sie des Öfteren ungeduldig und brausen völlig unkontrolliert auf. Das wird vor allem in solchen Situationen geschehen, in denen Sie sich schon eine Zeit lang nicht wohl fühlen. Deshalb reißt dann plötzlich der Geduldsfaden. Ihr Körper gibt Ihnen viele Signale, die Sie als siebenten Sinn in Ihre Wahrnehmungs- und Mitteilungswelt aufnehmen sollten. Zum Beispiel sagt Ihnen Ihr Kopfdruck, dass Sie sich von einer beengenden Tätigkeit an der frischen Luft erholen möchten oder eine Ruhepause einlegen sollten. Heilung finden Sie, wenn Sie sich mehr Zeit für Lust- und Laune-Projekte nehmen, also mehr Zeit für Beschäftigungen zulassen können, die sich ungeplant einfach so ergeben. Das setzt voraus, dass Sie sich neben Verpflichtungen schon im Voraus genügend Raum für Freizeit übrig lassen.

### Bedürfnis und Fakten (Mond Opposition Merkur)

Das, was Sie fühlen können Sie kaum in Worte fassen, und das, was Sie an Empfindungen in Worte kleiden, entspricht nicht Ihrem Gefühl. Dann wiederum sprudeln aus Ihnen Sätze heraus, die Sie eigentlich nicht so sagen wollten - vor allem dann nicht, wenn Sie sich emotional über

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

Manchmal fühlen Sie sich hektisch, aufgeladen und unkonzentriert. Sie sind in solchen Gemütsverfassungen ständig in Bewegung, kommen aber zu keinem klaren Gedanken. Ihre motorische Unruhe mag zeitweilig in nervöse Ungeduld ausarten - vor allem dann, wenn Sie gefühlsmäßig sehr angespannt sind. Vermutlich stellen Sie fest, dass Ihre geistige Konzentrationsfähigkeit sowohl von biorhythmischen Tagesschwankungen als auch von Begebenheiten abhängt, die Sie in Ihrem Inneren beschäftigen. Ihre Zerstreutheit ist jedoch nicht das Ergebnis eines schon eingetretenen Alterungsprozesses. Vielmehr sollten Sie Ihre geistige Verschwommenheit so interpretieren, dass Ihr Unterbewusstes Ihnen mitteilen möchte, dass es derzeit mit ganz anderen Themen befasst ist. Diese würden Ihnen allerdings Unbehagen bereiten, wenn sie an die Oberfläche kämen. Ungereimtheiten in Ihrer Partnerschaft beunruhigen Sie vermutlich mehr, als Sie vor sich selbst zugeben wollen. In Krisenzeiten können Sie durch die Fülle aufkommender Gedanken nicht einschlafen oder ein starker Reizhusten lenkt Sie immer wieder von Ihrem Gefühlten ab. Möglicherweise stellen Sie ein nervöses Schlucken fest, mit dem Sie Ihr Gefühl wieder hinunterschlucken. Vielleicht spüren Sie des Öfteren einen Kloß im Hals, müssen sich viel räuspern oder sind im Rachenraum sehr verschleimt. Das alles sind instinktive, unbewusste Methoden, mit denen Sie sich daran hindern, in Ihren Empfindungen gefangen zu sein.

Sie kommen mit Ihrem Innenleben in Kontakt, wenn Sie Ihren Gedanken einmal vorbehaltlos zuhören. In Ihren Gedanken stecken all Ihre Gefühle mit drinnen. Mit intuitivem Schreiben kann sich Ihre Psyche in klaren Worten verständlich machen. Schreiben Sie doch einmal einen Brief an sich selbst! Befragen Sie sich darin, was im Moment Ihre Konzentrationsstörungen oder auch eine Erkrankung ausmacht. Beschreiben Sie darin Ihre Symptome und auch wie sehr Sie sich

zeitweise durch sie gestört fühlen. Anschließend oder auch eine Zeit später können Sie sich selbst einen Antwortbrief schreiben, indem Sie sich als Ihr Unterbewusstes melden und dem Besitzer Ihrer Psyche sagen, was Sie alles nicht veräußern dürfen. Möglicherweise macht es Ihnen mehr Spaß, eine Geschichte zu erfinden, deren Verlauf allerdings auch Aufschluss darüber geben kann, was Sie sich aus Vernunftgründen nicht erlauben. Ebenso werden Ihnen Ihre Träume vermitteln, wovor Sie sich fürchten oder was Sie sich wünschen. Träume sollten allerdings gleich nach dem Aufwachen sogar noch im Bett aufgeschrieben werden, weil sonst unser Verstand den Schleier des Vergessens über unsere Psyche legt. Als analytisches Interpretationstalent finden Sie mit jenen Methoden bestimmt bald heraus, was für Sie im Augenblick wichtiger wäre als jegliche Vernunft. Nun ist es Ihre Entscheidungsfreiheit, ob Sie Ihrem innersten Wunsch nachgeben möchten

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen können Sie dabei unterstützen, auf Ihre innere Stimme wieder mehr zu hören. Die Bachblüte "Cerato" führt den Menschen an sein inneres Wissen heran - ein Wissen, mit dem er genau weiß, was im Moment für ihn die richtige Entscheidung ist. Er wird sich nicht automatisch nach der Meinung anderer richten, sondern klar vor Augen sehen, welches Thema für ihn im Moment wichtig und aktuell ist. Die Bachblüte "Beech" hilft, dass die geistige Toleranz die gefühlsmäßige nicht übergeht. "Beech" bestärkt den Menschen darin, auch einmal eine oppositionelle Haltung einzunehmen, wenn es darum geht, persönliche Grenzen zu formulieren.

### Bedürfnis und Vergeistigung (Mond Opposition Uranus)

Vermutlich fühlen Sie sich des Öfteren in einem Nähe-Distanz-Konflikt. Sobald Sie Ihren Wunsch nach Zuwendung und Zärtlichkeit äußern, werden Sie von dem Misstrauen geplagt, ob der andere mehr von Ihnen haben möchte, als Sie bereit sind, ihm zu geben. Dann wiederum schaffen Sie sich Freiräume, die Sie jedoch in die unliebsame Einsamkeit hineinmanövrieren, in der Sie sich auch nicht wohl fühlen. Sobald Sie sich dazu verführen lassen, sich hingebungsvoll auf eine Situation einzulassen, werden Sie unruhig und steigen gefühlsmäßig wieder aus.

Aufgrund Ihrer inneren Angespanntheit ist es nicht verwunderlich, wenn Sie einen empfindlichen Magen haben. Stoffe, die die Magenschleimhäute reizen - wie etwa Kaffee oder Nikotin - vertragen Sie schlecht. Möglicherweise leiden Sie in regelmäßigen Abständen an einer Magenschleimhautentzündung. Die tritt vermutlich dann auf, wenn Sie sich psychisch vereinnahmt oder bedrängt fühlen. Nichts macht Sie nervöser als das Gefühl, für jemanden verfügbar zu sein. Manchmal erscheinen Ihnen solche Situationen als ausweglos - vor allem dann, wenn Sie einen geliebten Menschen nicht durch Ihr momentanes Bedürfnis nach Distanz

enttäuschen wollen. Wenn Sie sich dann selbst zu mehr Nähe zwingen, können Herzrhythmusstörungen Ihre innere Beengtheit anzeigen. Sie sollten immer wieder zu Ihrem individuellen Rhythmus zurückfinden, der Ihre Regenerationskräfte mobilisiert.

Zeitweise tut es Ihnen besonders gut, mit ein paar interessierten Freunden ungebunden in Urlaub zu fahren. Ein Wochenende außerhalb der Familie oder Partnerschaft, an dem Sie Ihren Interessen nachgehen können, verschafft Ihnen optimale Erholung. Sie haben spontane Einfälle, die Sie auch verwirklichen sollten - selbst wenn Sie zunächst einmal etwas verrückt klingen. Um sich wieder Ihren geliebten Mitmenschen widmen zu können, brauchen Sie zwischendurch die Möglichkeit, tun und lassen zu können, was Sie wollen. Sie verhalten sich nervös und werden hyperaktiv, wenn Sie sich aus der Verfügbarkeit durch Freunde oder Partner befreien möchten. Manchmal schießen Sie cholerische und sarkastische Pfeile ab, um sich Ihre Bedränger vom Leibe zu halten.

Besser wäre es, wenn Sie sich Ihre Freiräume im Alltag garantieren würden. Vielleicht möchten Sie erst einmal in Ruhe gelassen werden, um sich von Ihrer Arbeit auf Partnerschaft oder Familie umstellen zu können. Ein Spaziergang an der frischen Luft mag ebenfalls eine befreiende Wirkung haben. Nach Phasen der Extrovertiertheit brauchen Sie eine Rückzugsmöglichkeit, um sich wieder zu sammeln. Daher sollten Sie in Ihrem Zusammenleben bestimmte Gepflogenheiten einführen, die Ihnen die Möglichkeit zur Entspannung verschaffen. Erholung finden Sie wohl weniger bei einem Mittagsschläfchen als vielmehr durch eine interessante Ablenkung. So brauchen Sie Zeit, in der Sie sicher sein können, nicht von anderen mit deren Belangen überfallen zu werden.

Möglicherweise hat in Ihrer Kindheit ein Elternteil an Sie hohe Erwartungen gehegt - Erwartungen, die Sie für Liebesbelohnungen gerne erfüllt haben. Deshalb stresst es Sie als Erwachsener heute ganz besonders, wenn Sie beispielsweise Ihrem Chef eine besonders gute Arbeit abliefern wollen. Je höher Ihr psychischer Druck ist, desto unkonzentrierter werden Sie und Missgeschicke passieren. Dann haben Sie den Faden verloren, können einen Satz nicht zu Ende formulieren oder fangen zwischendurch neue Sachen an und werden deshalb nicht fertig. Beklemmungszustände und auch Unfallträchtigkeit mögen ein unbewusster Akt der Befreiung sein, mit dem Sie sich mehr Luft verschaffen. Wenn Sie sich nämlich in Ihrer Hyperaktivität überdrehen, können Sie durch einen unvorhergesehenen Zusammenbruch gestoppt werden. Dann finden Sie Ruhe im Krankenbett! Um das zu vermeiden, sollten Sie alle 2 Stunden eine kleine Pause von 5 Minuten einlegen, in denen Sie ruhig durchatmen und kurz einmal nachspüren, wie angespannt Sie sind. Durch regelmäßiges Innehalten werden Sie ruhiger werden und so manche Aktion in einem langsameren Tempo fortfahren.

Die Schwingungen gewisser Bachblütenessenzen können Ihnen dabei behilflich sein, Ihr individuelles Nähe-Distanz-Verhältnis zu Ihren Mitmenschen aufzubauen. Die Bachblüte "Water Violet" hilft Ihnen z.B., sich den nötigen Rückzug zu gestatten, bei dem Sie die Eindrücke verarbeiten können, um dann wieder für den Kontakt mit anderen bereit zu sein. Die Bachblüte "Cherry Plum" hilft Gefühle und Bedürfnisse zu äußern, wenn eine innere Anspannung zu explodieren droht - eine Anspannung, die dadurch entstanden ist, dass aufgrund von Vernunft oder Angst Emotionen zurückgehalten wurden.

### Bedürfnis und Auslieferung (Mond Trigon 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 greifbaren 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 Starsinn. 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 verkrampter 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 in der Nächstenliebe (Saturn in den Fischen)

Bei dieser Saturnstellung werden Sie aufgefordert, Ihre Sehnsüchte und Träume in ein realistisches Bild zu verwandeln. Hierzu ist Realitätssinn und praktisches Denken notwendig, das Sie sich vermutlich erst mühsam beibringen müssen. Die Regeln, nach denen die Welt funktioniert, haben nicht selten eine desillusionierende Wirkung auf Sie. Unmenschliche Verhältnisse und strapazierte Menschenwürde sind allzu oft an der Tagesordnung. Sie fühlen sich durch diese Lebenfeindlichkeit belastet. Körperlich kann sich das durch erhöhte Infektionsbereitschaft oder auch durch eine schwache körperliche Gesamtverfassung zeigen.

Wenn Ihre saturnischen Kräfte zu sehr am Werke sind, sehen Sie vor lauter harter Wirklichkeit nicht mehr die vielen Schlupflöcher und Oasen, die das Leben auch angenehm sein lassen. Dann fühlen Sie sich in einen Alltagstrott hineingezwängt und die täglichen Arbeiten sind für Sie Maloche. Die Erde scheint Sie nicht zu nähren, sondern auszuzehren. Sie leiden vielleicht unter vermehrtem Haarausfall, haben Hauterkrankungen aufgrund von Mangelernährung oder hormonelle Störungen, die Ihr Wachstum oder Ihre Fruchtbarkeit beschneiden. In solchen Fällen sind Sie zu wenig geerdet. Gelenkbeschwerden im Fußbereich oder unzureichende Entwicklung Ihres Fußgewölbes können das auf körperlicher Ebene noch ein wenig mehr veranschaulichen. Sie brauchen Bodenkontakt, den Sie im Sinne von Lebenshilfe erzielen können. Wenn Sie sich für soziale Gerechtigkeit und für den Dienst am Nächsten aufmachen, finden Sie einen Teil Ihrer Lebensaufgabe. Falls Sie sich jedoch für die Aufhebung des Leidens der Menschen gänzlich opfern und sich in Regeln, Organisationen und Strukturen verfangen, schalten Sie Ihr Mitgefühl aus. Sie sind dann mechanisch geworden, haben Ihren Kontakt zur Erde verloren und müssen sich 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.

Für Sie mag es sich wie ein Lernprozess anfühlen, sich immer wieder für die Anliegen Ihrer Mitmenschen zu öffnen, um selbst sensibel und weich zu bleiben. Möglicherweise werden Sie öfters mal daran denken, auszusteigen und allem zu entfliehen. Doch wirklich zufrieden können Sie nur sein, wenn Sie sich mitten in das Leben hineinstürzen und sich den Stürmen und Wogen des Schicksals überlassen.

### Heilungsaufgabe: Zuversicht entwickeln (Saturn im 9. Haus)

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

Reifungsphase, in der es Ihnen noch um Unterschiedlichkeiten und Bewertungen geht. Als Gelehrter werden Sie irgendwann einmal erkennen, dass die Essenz der verschiedenen Heilslehren und Wahrheiten im Grunde genommen dasselbe ist.

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

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

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

Eine Aufgabe, die Saturn uns stellt, können wir in der Regel nur langsam und nur mit willigem Üben erfüllen. Ungeduld uns selbst gegenüber ist hier fehl am Platze. Manchmal müssen wir uns erst einmal geistig auf unsere saturnische Aufgabe einstimmen. Hierbei können Affirmationen behilflich sein. Affirmationen sind immer positive Formulierungen - Formulierungen, die die Worte "nein", "nicht" oder "nicht tun" keinesfalls enthalten sollten, da jene unser Unterbewusstsein blockieren. Sie können sich selbst einen passenden Satz ausdenken, der in etwa so lauten könnte: "Ich werde meine innere Wahrheit finden!" oder "Mein Gefühl von Unrecht ist berechtigt.". Ihren persönlichen Satz schreiben Sie am besten auf ein Papier und platzieren das so an einem Ort, dass Sie den Satz unweigerlich mehrmals täglich lesen und betrachten. Sie können sich ebenfalls aus dem Buch von Louise L. Hay: "Heile deinen Körper" Anregungen für Affirmationen entnehmen.

### Verantwortung und Vergnügen (Venus Sextil Saturn)

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

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

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

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

### Ideale und Realität (Jupiter Quadrat Saturn)

Sie haben eine hohe Erwartung an das Glück und glauben im Grunde genommen, dass Ihnen mehr zusteht, als Sie sich erarbeiten können. So haben Sie manchmal große Pläne, die durch Gesetze, höhere Fügung und Mitmenschen immer wieder durchkreuzt werden. Manchmal gewinnen Sie den Eindruck, dass es gefährlich sei, zu viel Optimismus und schöne Lebenspläne zu haben. So fühlen Sie sich phasenweise vom Leben enttäuscht, das Sie viel zu wenig zu beschenken scheint. Mit Ihrem Frust werden Sie fertig, indem Sie entweder ängstlich-verklemmt in die Zukunft schauen oder gerade deshalb zu Übertreibungen in Ihrem Lebenswandel neigen.

Je mehr Lebensideale Sie über Bord werfen, desto mehr neigen Sie dazu, zu essen und sich im Genussmittelkonsum zu vergreifen. Dann glauben Sie, das Einzige, was der Mensch im Leben noch haben könne, seien seine Genussfreuden und seine Verschwendungslust.

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

Wenn es ein Schwerpunkt Ihrer Erziehung war, dass Sie als Mensch rechtschaffen und gut zu sein haben, lassen Sie sich wohl kaum zu einem exzessiven Lebenswandel hinreißen. Dann sehen Sie Ihr Gutsein in der Beachtung von Regeln und Normen. Das lässt Sie allerdings dogmatisch werden. Möglicherweise werden Sie dann ein allzu eifriger Verfechter gesunder Ernährung und ökologischer Pflichten. Die damit verbundenen Grundsätze hindern Sie dann daran, es sich einfach einmal bedenkenlos gut gehen zu lassen. In so einem Fall halten Sie Wünsche und Bedürfnisse zurück und sind womöglich unterschwellig dauergefrustet. Wenn Sie sich stur auf den Weg der Vernunft begeben, werden liebevolle Begegnungen und kleinere Glückseligkeiten wohl immer seltener werden: Ihre Lebenslust zieht sich zusammen. Der Körper kann einen strengen Regulationswillen mit chronischer Verstopfung, Dickdarmerkrankungen, Gallensteinen oder auch mit Lebererkrankungen anzeigen. Bei solchen Erkrankungen wird im Körper etwas zurückgehalten. Dadurch werden Organfunktionen behindert - nachfolgende Stauungen können Organe belasten. Auch Hagelkörner, die aufgrund eines Sekretstaus am Augenlid entstehen, dürfen als Hinweis betrachtet werden, das momentane Leben auf verloren gegangene Ideale hin zu überdenken.

Im Grunde genommen vermögen Sie es nicht richtig, sich aus Ihrem anerzogenen 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 aufgehellte 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 auszuplappen. Das sind die Auswirkungen uranischer Überreizungen.

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

Durch die Energien des Uranus werden wir immer wieder aufgefordert, Verantwortung für ein selbstständiges und individuell geführtes Leben zu übernehmen. Tun wir das nicht, handeln wir gegen die Impulse des Uranus - und wir werden krank. Nervöse Übererregung mag dann genauso vorkommen wie Funktionsausfälle von Reizleitungen oder auch Störungen der Schilddrüse. Wenn wir unsere umstürzlerischen Anwandlungen aus Angst vor kommenden Veränderungen zurückhalten, sind wir in unserer Überreiztheit und nach innen verdrängten Rebellion unfallgefährdet. Das Haus, in dem Uranus steht, zeigt an, in welchen Lebensbereichen Sie vermehrt auf Unabhängigkeit und Freiheit achten sollten, um körperlichen Schädigungen vorzubeugen. Das Zeichen, in dem Uranus steht, gibt an, wie Sie Kräfte des Uranus befreien sollen, um sich erfrischt und vital zu fühlen.

Das uranische Energiezentrum sitzt im so genannten Stirnchakra. Dieses Chakra wird bei manchen Meditationsformen als das dritte Auge bezeichnet. Es sitzt zwischen den Augenbrauen, oberhalb der Nasenwurzel im Inneren unseres Kopfes. Uranus ist der Planet der geistigen Erkenntnis und der kosmischen Eingebungen. Sie können mit einer einfachen Übung Ihre ganzheitliche Wahrnehmungsfähigkeit mit dem OM-Laut erweitern. Hiermit regen Sie Ihr kreatives Denken an und sensibilisieren sich für Ihre innere Stimme, also für Ihre Intuition. Singen Sie OM: Schließen Sie Ihre Augen und atmen Sie tief ein. Singen Sie nun mit der Hälfte Ihrer Atemluft zuerst einmal nur das O, wobei der O-Laut so tief klingen sollte, dass Sie seine Vibrationen tief im Unterbauch, etwa im Bereich des Wurzelchakras, spüren können. Mit dem Rest Ihrer Atemluft singen Sie nun den M-Laut, dessen Klang das dritte

*Auge zum Vibrieren bringen kann. Wenn Sie den OM-Laut dreimal mit geschlossenen Augen wiederholen, werden Sie danach entweder ein zartes Kitzeln, einen Lichtpunkt oder einen leichten Druck zwischen Ihren Augenbrauen wahrnehmen können. Dann sind Sie geistig wach, aufnahmefähig und reaktionsfähig.*

*Das Stirnchakra aktiviert die physiologische Wirkung der Hirnanhangsdrüse. In der Hirnanhangsdrüse findet die Hormonregulation des Körpers statt, die wiederum das menschliche Wachstum beeinflusst. Geistig-spirituelles Wachstum kann gefördert werden, wenn das Stirnchakra energetisch gereinigt wird. Das Aura-Soma-Balance-Öl Nr. B1 "Blau über Purpurgemälte" 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 Zielstrebigkeit (Uranus im Steinbock)

Ihre Uranus-Kräfte rebellieren, wenn Sie in einer Lebenshaltung erstarrt sind. Je mehr Sie sich geradlinig, konsequent und zielbewusst geben möchten, desto angespannter werden Sie wahrscheinlich. Vermutlich sehen Sie sich des Öfteren im Zwiespalt zwischen dem Wunsch, sich individuell entfalten zu wollen, und den Vorgaben Ihrer Eltern und Vorväter. Sie kommen nur zu Ihrem persönlichen Stil, wenn Sie sich zeitweise gegen Überlieferungen und Familienkonzepte auflehnen. Das tut oftmals weh! Denn der Bruch mit Werten und Hoffnungen, die Ihre Eltern in Sie hineinsteckten, ist von deren Enttäuschung und vielleicht sogar von deren Ablehnung begleitet. Deshalb neigen Sie mitunter dazu, in alte Verhaltensmuster zurückzufallen, die Ihre Kindheit vorgezeichnet hat. Das Ergebnis kann hierbei ein übersteigertes Karrieredenken, ein überhöhtes materielles Sicherheitsbedürfnis oder eine Einstellung sein, dass notwendige Dinge im Leben wohl wenig Abwechslung bringen und deshalb eigentlich keinen Spaß machen.

Eine solche Unzufriedenheit kann im Grunde genommen nur durch drastische Veränderungen Ihres Lebenskonzepts abgebaut werden. Solange Sie sich dazu unfähig fühlen, kann sich diese Rebellion gegen kaum aushaltbare Zustände im Körper abspielen: Möglicherweise werden Sie durch ein plötzlich eintretendes Handicap zum Umschwenken gebracht. Das kann eine Gelenk- oder Knochenentzündung sein, in extremeren Fällen gar ein Knochenbruch. Jedenfalls gibt es massive Einschränkungen Ihres Bewegungsapparates, die Sie daran hindern, die unliebsame Situation weiter durchzustehen. Ebenso mögen Muskel- oder Nervenentzündungen, die eine Ruhigstellung von Körperteilen bedingen, auf solche Missstände hinweisen. Sollten Sie sich

momentan mehr fürs Durchhalten als fürs Verändern entscheiden, fühlen Sie sich möglicherweise schlapp, tatenlos und bewegungsunfähig. In Phasen, in denen Sie dem Impuls, etwas nicht mehr aushalten zu wollen, mit Vernunft beikommen möchten, mag Ihnen andererseits nichts so recht von der Hand gehen oder Ihre Zeiteinteilung bereitet Ihnen Probleme. Um doch noch Ihr Pflichtpensum zu schaffen, hektisieren und hudeIn Sie möglicherweise zu sehr. Dadurch werden Sie unkonzentriert und bahnen Missgeschicken den Weg.

Sie fühlen sich befreit, wenn Sie den alten Schrott an "Man-Darf-Nicht"-Regeln einmal tüchtig ausmisten. So manches überholte Gebot unserer Eltern kann im Erwachsenenalter getrost über Bord geworfen werden. Nicht selten verbirgt sich hinter solchen Vorschriften die Angst der Eltern, dass etwas aus der Kontrolle geraten könnte. Moderne Lebensformen und neue Lebenskonzepte, die unseren heutigen Verhältnissen angepasst sind, befreien uns aus der Starre.

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 durch Aufgabe von Gleichmacherei (Uranus im 7. Haus)

Wenn Sie Beziehungen eingehen, schwingen Sie mit Ihrem Partner wohl weniger im harmonischen Gleichklang als vielmehr in dem Gefühl, sich gegenseitig zu ergänzen. Sie entdecken bei Ihrem Gegenüber Fähigkeiten und Wesenszüge, die Sie an sich nicht entdecken und die Sie ergänzen - sowohl im positiven als auch im negativen Sinne. Die Eigenschaften des

anderen, die Sie bei sich ablehnen und vielleicht sogar verdrängen, schwören in Ihrem Zusammenleben stets aufs Neue Krisen herauf. In solchen Phasen stellen Sie möglicherweise verzweifelt fest, dass Sie mit eigentlich unvereinbaren Ansichten, Wesensarten oder Verhaltensweisen miteinander zu leben haben. Von Fall zu Fall kommen Sie dann zu dem Entschluss, nicht zueinander zu passen. Dahinter mag sich die Befürchtung verstecken, dass der andere Ihre persönliche Eigenart nicht liebevoll akzeptiert. Je länger Sie sich in einer Liebesbeziehung nicht verstanden oder akzeptiert fühlen, desto wahrscheinlicher können Erkrankungen auftreten, die Ihr Gefühl von Ablehnung ausdrücken.

Nierenfunktionsstörungen und Blasenentzündungen lassen darauf schließen, dass Sie sich vom Rhythmus Ihres Partners und von dessen Gepflogenheiten bestimmen lassen. Auf diese Weise kann sich die Erwartung einer idealen Beziehung kaum erfüllen. Möglicherweise gleichen Sie die Diskrepanz zwischen Ihrem Beziehungsideal und der Realität durch Anpassung aus. Dadurch begeben Sie sich auf eine Warteschleife, in der weder Ihr Ideal noch Ihre Selbstentfaltung zum Zuge kommen. Im Gefühl, dass der andere Sie nicht verstehen und annehmen möchte, kann es zu hormonellen Dysregulationen kommen. Bei Frauen kann das Zyklusstörungen auslösen. Bei Männern können Prostatabeschwerden auftauchen. Allergische Reaktionen könnten auftauchen, wenn Sie sich durch eine Beziehung unfrei fühlen - oder in demjenigen Lebensbereich blockiert fühlen, von dem Sie glauben, dass er Ihr Leben mit mehr Glück und Vergnügen füllen könnte. Krampfadern und Venenentzündungen sind hier Aufforderungen, sich im Zusammenleben mehr Freiräume zu sichern und nicht unbeweglich und resigniert zu bleiben. Wenn Sie sich von schwankenden Liebeszuwendungen Ihrer Mitmenschen belastet fühlen, kann dies durch einen instabilen Blutzuckerspiegel verkörpert werden. Im Grunde genommen erhoffen Sie sich Konstanz bei den liebevollen Zuwendungen. Doch jeder Mensch ist einem Alltagsstress ausgeliefert und sehnt sich zwischenzeitlich nach Rückzug. So auch Ihr Partner.

Ihre Beziehungsprobleme kennen Sie vermutlich schon aus der Kindheit. Aller Wahrscheinlichkeit nach sind Sie in einem Umfeld aufgewachsen, in dem es Ihren Eltern nicht möglich war, Ihnen dann zur Seite zu stehen, wenn Sie deren Unterstützung erwartet hätten. Möglicherweise waren sie berufstätig oder mit anderen sozialen Aufgaben befasst. Dadurch waren Sie mit wechselnden Betreuungspersonen konfrontiert oder des Öfteren sich selbst überlassen. In Ihnen hat sich der Eindruck breit gemacht, dass Ihre Erwartungen, die Sie auch als Kind an die Liebe hatten, nicht erfüllt werden. Stunden der Einsamkeit sind vermutlich besser zu ertragen, wenn Sie versuchen, die Fluchttendenzen Ihres Partners auch bei sich selbst zu finden. Dann fallen Ihnen Situationen ein, in denen Sie ohne ihn interessante Erfahrungen gemacht haben, die mit ihm wohl nicht geschehen wären. Wenn Sie nicht selbst aktiv werden,

könnten Sie den Eindruck bekommen, dass der andere Sie für seine Eigeninteressen ausnützt. Eine Zweierbeziehung mag tatsächlich nicht Ihre gesamte Neugierde stillen, mit der Sie die Verschiedenartigkeit des Menschseins erfahren wollen. Daher sollten Sie mit Ihrem Partner ein Zusammenleben kreieren, in dem auch noch viel Raum für anderweitige Kontakte und neue Erfahrungen bleibt.

Sie können sich durch eine Paarübung einmal bewusst machen, welche Nähe oder welchen Abstand Sie zu Ihrem Partner im Moment brauchen. Gegebenenfalls könnten Sie auch einen anderen Menschen bitten, dieses Experiment mit Ihnen auszuprobieren. Stellen Sie sich mit mindestens 2 Meter Abstand einander gegenüber. Schließen Sie die Augen und stellen Sie sich vor, dass Sie von einem schützenden Lichteil umgeben sind, in dem Sie sich wohl fühlen. Nach einer Minute etwa öffnen Sie die Augen und einer von Ihnen beginnt einen Schritt auf den anderen zuzumachen. Beide kommentieren das Gefühl der veränderten Distanz. Dann erst geht der andere einen Schritt vor. Wiederum bekunden beide ihren Eindruck. Gehen Sie so weit abwechselnd aufeinander zu, bis einer von Ihnen nicht mehr bereit ist, einen Schritt weiterzugehen. Zwingen Sie sich jedoch nicht dazu, Ihr Gegenüber möglichst nahe an Sie heranzulassen. Gehen Sie mit Ihrer inneren Wahrnehmung, die Ihnen sagt, wie viel Nähe Sie im Moment haben möchten und welches Nähebedürfnis Sie beim anderen erkennen. Vielleicht werden Sie ganz verwundert feststellen, wie wenig Nähe mit Liebe und wie wenig Distanz mit Ablehnung zu tun hat.

### Individualität und Integration (Uranus Konjunktion Neptun)

Sie sind von einem Zeitgeist geprägt, der Ihnen vermittelt hat, dass sich stets alles weiterentwickelt und nichts beständig sein kann. Auf Ihr Beziehungsleben übertragen haben Sie allerdings das Gefühl, dass keine Liebe ewig andauern kann. Sobald es konkret werden soll, flüchten Sie sich daher in eine Scheinwelt. Das passiert Ihnen auch bei Alltagsproblemen - nämlich dann, wenn Sie meinen, von Festlegungen und strukturellen Abläufen in der Alltagswelt festgenagelt zu werden. Je bedrängter Sie sich fühlen, desto mehr entziehen Sie sich dem Konkreten. Müdigkeit, Kreislaufstörungen mit Schwindelanfällen, ebenso Gedankenlosigkeit und kleinere Abwesenheiten zeigen an, dass Sie sich zu wenig verstanden und daher beengt fühlen. Gefährlich kann so eine Wirklichkeitsflucht durch Alkohol und Drogen werden.

Der Kontakt zur Erde verbindet uns gleichzeitig auch mit der Realität. Je weniger Sie sich mit den irdischen Begebenheiten anfreunden können, desto wahrscheinlicher sind Ihre Füße schlecht durchblutet und daher kalt. Nicht umsonst sagt man von Menschen, die sich den Tatsachen entziehen, dass Sie "kalte Füße bekommen" haben. Kalte Füße können mit Wechselbädern behandelt werden, die mit warmem Wasser beginnen und mit kaltem Wasser enden. Mit warmen Füßen ist Ihr Kreislaufsystem in Schwung. Das macht Sie bewegungsfreudig und unternehmungslustig. Massieren Sie daher regelmäßig Ihre Fußsohlen. Eine einfache, aber wirksame Fußmassage wird durch die metamorphische Massagemethode erzielt. Sie wird im gleichnamigen Buch von Gaston Saint-Pierre und Debbie Boater leicht leserlich erklärt. Zudem hat die metamorphische Methode den Effekt, psychische Umwälzungsprozesse auf körperlicher Ebene in Gang zu bringen. Dadurch bleibt auch während einer Krise der Bezug zur Realität erhalten.

Manchmal haben Sie den Wunsch, "high" zu sein. Sensationelle Sinneseindrücke oder bewusstseinsweiternde Erfahrungen geben Ihnen ein Gefühl von Intensität. Mit Lichtblitzen, Farbvisionen, Sphärenklängen oder ungewöhnlichen Geräuschen tauchen Sie möglicherweise in eine andere Vorstellungswelt ein. Diese Gabe zur geistigen Offenheit können Sie über das so genannte "Megabrain" in kreative Konzentration verwandeln. Hierzu gibt es Musik-CDs, auf denen fast unhörbar ein gewisser Frequenzton überspielt ist. Dieser Frequenzton regt im Gehirn das kreative Denken an und erhöht Ihre geistige Arbeitskraft. Kristalle wie der Opal oder der Bergkristall zentrieren psychische Energien und verhelfen zu Klarheit. Das ist hilfreich, wenn Sie gerade dabei sind, sich aus dem Chaos und der Unübersichtlichkeit herauszuwinden.

Bachblütenessenzen bringen Sie mit der realen Welt in Berührung. Die Bachblüte "Wild Oat" verleiht Ihnen Klarheit über Ihre Gefühle, wenn Sie sich von ihnen leiten lassen wollen. Die Bachblüte "Clematis" zieht Sie aus einer illusionären Vorstellung wieder heraus, in die Sie sich aufgrund ernüchternder Lebensbedingungen geflüchtet haben.

### Abwechslung und Neuwerdung (Uranus Sextil Pluto)

Sie wollen beachtet werden! Nichts stachelt Sie so sehr zum Kampf auf wie die Ignoranz gewisser Leute. Mit Herausforderungen halten Sie jene Autoritäten in Schach, von denen Sie in Ihrem Selbstwertgefühl bedroht werden. Obwohl Sie sich nach außen hin aufgeplustert haben, fühlen Sie sich insgeheim unterlegen. Ihren Angstschweiß schwitzt Ihr Körper in Form von Herpesbläschen heraus. Alle Formen von Herpes deuten an, dass Ängste in uns brodeln, die wir in unserem Beziehungsverhalten nicht zeigen dürfen, weil wir dann eine vernichtende Reaktion des Gegenübers befürchten. Je "cooler" Sie sich nach außen hin geben, desto deutlicher zeigt

Ihnen Ihr Körper Ihre Angst, von anderen kaltgestellt zu werden. Entzündungen des Mastdarms oder des Afterschließmuskels, ebenso Schilddrüsenstörungen oder hormongesteuerte Störungen in den Sexualorganen deuten eine stetige Verkrampfung an, die verhindern soll, dass Sie zusammenbrechen. Möglicherweise dienen Krankheiten dazu, in der Position des Sonderlings mit Sonderrechten wieder mehr Aufmerksamkeit zu bekommen.

In Phasen, in denen Sie besonders verspannt und körperlich verkrampft sind, kann Reflexion entspannend wirken. Stellen Sie sich die Frage, was schlimmstenfalls passieren wird, wenn Sie alles loslassen. Schreiben Sie sich die Argumente, die Ihnen dazu einfallen auf. Wie zufällig wird sich in Ihnen ein Satz formulieren, der das Thema zentralisiert. Mit Wut und Zorn versuchen Sie manchmal Ihrer Angst vor Verlorensein beizukommen. Mehr Kraft erhalten Sie, wenn Sie Ihr Solarplexuschakra stärken. Das ist möglich durch die Solarplexus-Atemübung, die unter Ihrem Sonnenzeichen beschrieben wurde. Außerdem werden Sie viel lockerer, wenn Sie sich öfters mal von privaten und offiziellen Verpflichtungen frei machen und einfach dem nachgehen, was Sie schon immer gereizt hat. Das ist vielleicht ein Taucherkurs, ein Drachentandemflug oder ein Selbsterfahrungsseminar. Tun Sie es, auch wenn Gewissensbisse und Selbstzweifel Sie wieder einholen!

Wir fühlen uns psychisch stark, wenn wir uns mit unseren magischen Fähigkeiten vertraut machen. Durch Magie können wir die Welt mit psychische Energien beeinflussen. Sie können sich psychisch stärken, indem Sie in einem Ritual die vier Elemente anrufen. Die Kraft des Wassers ist das Einfühlungsvermögen. Die Kraft der Erde ist das Vertrauen, das zu erhalten, was man braucht. Die Kraft der Luft ist Inspiration und Mitteilungsvermögen - und die Kraft des Feuers ist der Mut zum gerechten Handeln. Stellen Sie sich mit seitlich erhobenen Armen und nach oben geöffneten Handflächen an einen ruhigen Platz und formulieren Sie "Ich bitte um die Kraft des Einfühlungsvermögens". Bedanken Sie sich mit einer kleinen Verbeugung und erbitten Sie die nächste Elementenkraft. Sie werden merken, dass Sie sich Autoritätspersonen viel gelassener zuwenden und auf Unvorhergesehenes spontaner reagieren können.

Bachblütenessenzen können eingesetzt werden, wenn Sie glauben, dass Sie gegen eine Wand von Aversion und Ablehnung anrennen. Die Bachblüte "Vervain" erweitert Ihre Toleranz und erlöst Sie aus Machtstreitereien, die entstehen, wenn Sie den Beweggründen anderer zu wenig Verständnis entgegenbringen können. Die Bachblüte "Willow" stimmt Sie versöhnlich: Sie werden bereit, die Realität und höhere Ordnungen zu akzeptieren.

## Unsere Diffusionsprozesse

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

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

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

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

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

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

## Beeinflussbar in der öffentlichen Rolle (Neptun im Steinbock)

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: Zeit und Raum sollen aufgelöst werden, damit alles zu jeder Zeit an jedem Ort möglich werden kann. Sie wünschen sich, von anderen Menschen nicht mehr aufgehalten zu werden. Sie sehnen sich danach, alle Grenzen zu öffnen, damit Sie sich in einer großen Menschengemeinschaft vereinigen können. Neptun beschreibt jedoch unsere Vision und nicht die Realität. Wenn Sie Ihre persönlichen Grenzen aufmachen, können fremde Strömungen chaotische Zustände in Ihnen hervorrufen. Wenn Sie sich in der Hoffnung öffnen, alles zu bekommen, was Sie bisher vermisst und ersehnt haben, werden Sie sich bald überrannt und ausgebeutet fühlen. Solche Frustrationen können neptunische Fluchtendenzen hervorrufen, mit denen Sie dem Chaos wieder entkommen wollen. Eine Krankheit kann dann eine Erlösung aus momentan verwirrenden Situationen bieten.

Ihr Neptunzeichen lässt auf eine grenzenlose Toleranz schließen. Die kann allerdings nur fließen, wenn Sie Ihrer Sehnsucht, die psychischen Mauern niederzureißen, ehrlich gegenüber treten - eine Sehnsucht, die Sie vor einer Verschmelzung mit anderen Menschen bewahrt. Ihr inniger Wunsch, mit anderen in Kontakt zu kommen, kann Sie aber dazu bringen, persönliche Grenzen zu ignorieren. Dann lassen Sie sich von lieblichen Stimmen in einen Bann ziehen, aus dem es kein Entrinnen mehr gibt. Doch Regeln und Standpunkte sind notwendig. Damit beugen wir einer grenzenlosen Verfügbarkeit vor und sichern uns unsere Rechte. Unsere Zähne symbolisieren unsere (Beiß-)Kraft, mit der wir unsere Rechte durchzufechten. Mittlerweile wird immer häufiger beobachtet, dass unser Kiefer für die Anzahl unserer angelegten Zähne zu klein geworden ist. Zahnregulierungen sollen unsere Bissfähigkeit, mit der wir hartnäckig unsere Grenzen verdeutlichen können, wiederherstellen. Erkrankungen, die aufgrund von Umwelteinflüssen unseren Körper belasten, weisen uns darauf hin, dass wir für uns selbst verantwortlich werden sollen. In der Einsicht, dass bestimmte Regeln und Grenzen notwendig sind, um ein friedliches Zusammenleben zu sichern, liegt Ihre Erlösung und Heilung. In unserer Welt ist es sehr unpersönlich und kühl geworden. Das können wir aber nur ändern, indem wir uns schrittweise vertrauensvoll öffnen und auch die Privatsphäre des anderen achten.

Wenn Sie sich geistig einsam und unverstanden fühlen, könnten Sie zu Suchtmitteln greifen. Dazu gehören nicht nur Zigaretten, Alkohol oder Drogen, sondern alle (Sehn-)Suchtmittel, die sie für unabdingbar halten: Süßigkeiten, Sex, Fernsehen. Erlösen werden Sie diese Ersatzbefriedigungen kaum, denn die Visionen bleiben dabei wohl unerfüllt. Daher sollten Sie Ihre Ideale auch in den Alltag integrieren. Die positive Schau der Dinge, die geschehen, kann Sie Ihren Visionen näher bringen. Vielleicht fällt Ihnen das zeitweise etwas schwer, doch der Blick darauf, dass so manche Last auch positive Auswirkungen hatte, wird sich von Tag zu Tag mehr schärfen. Wenn Sie am Abend schlafen gehen, können Sie sich einen Schutzkreis aus violetterm 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 Abhängigkeit von Sympathien (Neptun im 7. Haus)

Sie glauben, dass eine Liebe nur wahr und eine Beziehung nur dann total ist, wenn alles vollkommen harmonisch ist. So erwarten Sie von einer Partnerschaft ein Ideal an Gleichklang und wortloser Verständigung. Ihre Vision ist stark und die Wirklichkeit mag davon noch weit entfernt sein. Trotz so mancher Enttäuschung hoffen Sie, dass alles gut werden wird, wenn Sie einst die Person finden, die Sie erlöst. Sie möchten aus der Einsamkeit erlöst werden, die für Sie eine Welt der Gegensätze schafft. Doch in der Regel ziehen sich gleichgestrickte Partner an, wobei einer das Pendant des anderen verkörpert. Folglich befinden Sie sich nach einer Zeit der Verliebtheit im selben Hexenkessel wieder, von dem Sie errettet werden wollten: Beispielsweise haben Sie sich nach Symbiose gesehnt und stellen nach einer geraumen Zeit fest, dass Sie Ihre Sehnsucht verfügbar werden ließ - entweder weil Sie jeden Abend auf Ihren Erlöser sehnsuchtsvoll warten oder selber als rettender Engel nicht mehr losgelassen werden. Partnerschaften sind dazu da, uns schrittweise zu desillusionieren. Partnerschaftliche Krisen

können deshalb auch zum Nährboden für Krankheiten werden. Das, womit Sie insgeheim Ihren Partner beschuldigen, dass es Sie krank macht, ist Teil Ihres eigenen psychischen Leids, das es zu überwinden gilt: Einsamkeit, Verlorenheit, Unselbstständigkeit und fehlendes Verständnis.

An der Art Ihrer Erkrankung zeigt sich in der Regel die Thematik Ihres Beziehungsproblems. Beispielsweise weisen Nieren- oder Blasenentzündungen auf einen nicht intakten Körperfluss hin, der mit dem Fließen Ihrer Gefühle in Verbindung steht. Vielleicht werfen Sie Ihrem Partner Gefühlskälte vor. Doch bei näherer Betrachtung werden Sie feststellen, dass Ihre Gefühle sich darauf beschränken, Ihrem Partner zu zeigen, wie sehr Sie befürchten, ihn zu verlieren. Stattdessen würden Sie aber Gefühle der Hingabe zufrieden machen. Andererseits weisen Hauterkrankungen und Akne auf Kontaktprobleme hin, bei denen wir uns eigentlich mehr Zuwendung wünschen als wir signalisieren. Parodontose - also Zahnfleischschwund - birgt die Gefahr in sich, dass wir unsere Zähne verlieren, die uns bissig sein lassen. Wenn Sie sich friedlicher und freundlicher geben, als Ihnen zu Mute ist, wenn Sie sich nicht getrauen, Ihre Privat- oder Intimsphäre mit einem "Nein" zu schützen, machen Sie sich verfügbar. Wenn Sie keinesfalls ausgeschlossen werden wollen, könnten Sie sich zu einem Pazifisten entwickeln, der seine Zähne verliert, damit er ja nicht auf die Idee kommt, zuzubeißen.

Sie verfügen über die Fähigkeit, sich mit einem Menschen zu identifizieren. Dadurch lernen Sie ihn besonders gut kennen. Sie lieben die Menschen und möchten mit Ihnen in Einklang leben. Das ist eine wunderbare Eigenschaft, mit der Sie anderen zu verstehen geben, dass Sie mit ihren Problemen nicht alleine auf der Welt sind - und das kann auf andere eine heilende Wirkung haben. Achten Sie jedoch darauf, dass Sie sich im Einheitsgeplänkel nicht selbst aufgeben. Als Folge solcher 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 ein Mittel, um durch Bemitleidung in einen sozialen Kontakt zu treten. Sie werden sich viel besser fühlen, wenn Sie nicht ausschließlich die Visionen und Wünsche der anderen erfüllen, sondern auch noch wahrnehmen, was Ihnen selbst gefällt. Daher sollten Sie sich Ihre Wünsche immer wieder in Erinnerung rufen. 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 Exkrememente 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 durch Begeisterungsbereitschaft (Pluto im Schützen)

Ihre plutonische Kraft treibt Sie dazu an, althergebrachte Weisheiten anzuzweifeln, die bis heute ein Glaubensgerüst geschaffen haben. Durch Ihre Hinterfragungen entdecken Sie womöglich selbstsüchtige Absichten so genannter Propheten und Dogmenvertreter. Auf Ihrer Suche nach

Erkenntnis entdecken Sie, dass einst ideelle Heilslehren mit Regeln und Geboten untermauert wurden, die mit dem Ursprung der Heilsidee nicht mehr viel zu tun haben. Dadurch entlarven Sie erhobene Zeigefinger von (Schein-)Heiligen als Mittel zu Macht und Autorität. Im Grunde genommen möchten Sie Ihr eigener Guru sein. Deshalb schrecken Sie vor der Vorstellung zurück, sich im Krankheitsfalle Göttern in Weiß ausliefern zu müssen. Viel lieber werden Sie sich für Ihre Heilung aus den verschiedensten Überzeugungen alternativer und allopathischer Mediziner einen Cocktail mixen, der Ihrem Gefühl, was Ihnen gut tut und was Ihre kranke Seele im Moment wohl braucht, entspricht.

Von unseren Eltern haben wir gelernt, wie wir mit sozialen Problemen und auch mit unseren körperlichen Mängeln umgehen können. So glauben wir, Prozesse und Vorgänge in der Welt und in unserem Körper zu durchblicken. Das beruhigt uns in der Not oder im Krankheitsfalle. Wenn wir aber von Strömungen umringt werden, die unser bisheriges Verständnis, das wir von der Beziehung zwischen Kosmos und Körper haben, über den Haufen werfen, fühlen wir uns verunsichert. Dann könnten wir "erst recht" an alten Dogmen und Heilungsansichten festhalten. Dann sagen wir uns vor, dass sich unsere geistigen Väter doch nicht geirrt haben können, die ein Leben lang jene Grundsätze verfolgt haben. Möglicherweise schotten wir uns damit gegen neue Heilungserkenntnisse ab, die uns vielleicht sogar optimistischer in die Zukunft und auf unser Gesundwerden blicken ließen. Im Grunde genommen aber haben wir schon längst unsere innere Stimme wahrgenommen, die uns auf einen neuen Heilsweg führen würde. Doch wir sträuben uns so lange, bis wir den Sprung ins Ungewisse und ins Experiment wagen und bereit sind, uns von unseren geistigen Vätern zu trennen. Dann erst beginnt der wahre Weg unserer geistigen Reife.

Wenn uns unsere innere Wahrheit auf einen anderen Lebensweg leitet, als wir tatsächlich zulassen wollen, verstricken wir uns in unechtem Getue und möglicherweise in Lebenslügen. Dann tun wir Dinge der Form halber - Dinge, die uns vielleicht sogar körperlich oder psychisch schaden. Krankheiten sind für uns ein Zeichen, dass äußere Lebensumstände mit den körperlichen Bedürfnissen nicht mehr übereinstimmen. Wenn unser Körper beispielsweise bestimmte Stoffe nicht mehr verträgt, wir sie ihm aber trotzdem zumuten, wird er daran erkranken. So, wie wir auf die leisen Töne unseres körperlichen Empfindens hören müssen, um zu bemerken, was uns gut tut, werden wir auch auf die leisen Klänge unserer inneren Stimme zu achten haben, die uns den Weg zwischen richtig und falsch weist. Die Pluto-Kräfte in uns helfen, die Signale unserer Zeit zu erkennen und uns Wahrheiten zu öffnen, die die bisherige Vorstellung unseres Seins verändern.

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 Mut zur Leidenschaft (Pluto im 5. Haus)

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

erschreckt von uns abwenden könnten. Wenn wir also versuchen, unsere plutonischen Energien zu beherrschen, können sie den Organismus wie Störwellen durcheinander bringen. Das verursacht Krankheiten.

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

Ihre geheimsten Ängste tauchen dann auf, wenn Sie sich kraftvoll in Szene setzen wollen. Möglicherweise machen Sie im letzten Moment vor Ihrem Auftritt noch einen Rückzieher oder verfangen sich in Perfektionismus. Wahrscheinlich hatte Ihr Vater eine feste Vorstellung davon, was aus Ihnen einmal werden sollte. Vielleicht hatte er eine zu hohe Erwartung an ein durchaus vorhandenes Talent von Ihnen, würdigte aber viel zu wenig Ihre anderen Begabungen. Heutzutage sind Sie sich womöglich Ihrer Qualitäten gar nicht so sicher. Die begegnen Ihnen aber dort, wo Sie Begeisterung, Impulsivität und Passion verspüren. Solange Sie noch immer versuchen, in irgendeiner Form den Erwartungen einer Autoritätsperson zu genügen, fühlen Sie sich verspannt und überanstrengen sich leicht. Dann hat Stress auch körperliche Auswirkungen. Sie verfügen aber über ein ungeheures Energiereservoir, das Sie unbedingt dazu nützen sollten, Freude und Intensität in Ihr Leben zu bringen. So auch in sexueller Hinsicht. Im Grunde genommen sind Sie kein Kind von Traurigkeit - aber vielleicht dazu erzogen worden. Nun gilt es, familiäre Tabus und Lustverhinderer zu entlarven, damit Sie Zugang zu Ihrem Kraftpotenzial bekommen. Erkrankungen oder Zystenbildungen in den Keimdrüsen oder in der Prostata, ebenso Entzündungsherde in den Geschlechtsorganen sollten als Anstoß betrachtet werden, Ihr Sexualleben zu überdenken.

Wenn Sie Ihre energiegeladenen Lebensimpulse verdrängen, werden sich Ihre plutonischen Kräfte im Unterbewussten Platz schaffen wollen. In der Folge könnten Alpträume, Angstzustände oder Atembeklemmungen auftreten, die Versagensängste widerspiegeln. Dann wird es Ihre Aufgabe sein, grundlegendes in Ihrem Leben zu verändern und sich von dem zu verabschieden, was Ihre Lebendigkeit nicht zulässt. Manchmal glauben Sie, dass andere an

Ihrer Misere schuld seien, weil sie Sie bezwingen. Doch Sie knebeln sich oft selbst, indem Sie sich beherrschen lassen. Wenn Sie sich einem falschen Lebens- oder Partnerkonzept unterwerfen, suchen Sie ein Ventil für Ihre bedrohte Vitalität - und glauben dann, Sie seien von lebensgefährlichen Krankheiten bedroht. Gleichzeitig vermeiden Sie Vorsorgeuntersuchungen oder schieben Arztbesuche hinaus, um eine mögliche Weltuntergangs-Diagnose nicht hören zu müssen. Solange Sie noch damit beschäftigt sind, diese Urgewalten in sich zu bändigen, können Sie Ihre Vitalität nicht frei entfalten. Daher sollten Sie sich mit Ihren Pluto-Energien befassen.

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.

## 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 Leben integriert haben. Dann sind wir vielleicht nicht vollkommen, aber heil.*

## Ihr wunder Punkt: Perfekt ist nur, was funktioniert (Chiron in der Jungfrau)

Sie wünschen sich, dass Vorgänge und Ereignisse in Ihrem Leben berechenbar sind, damit Sie vorbereitet und auf angemessene Art und Weise darauf reagieren können. Ihr wunder Punkt wird berührt, wenn etwas nicht mehr so funktioniert, das Sie es im Griff haben. Dann bedroht Sie das Chaos, und das verunsichert Sie sehr. Ihre Beunruhigung äußert sich vermutlich in körperlichen Symptomen. Verdauungsbeschwerden können beispielsweise andeuten, dass sich neue Umstände nicht mehr zu Ihren alten Gewohnheiten passen. Ihre Zukunftsangst könnte Sie dazu veranlassen, zu viel zu essen, um wenigstens körperlich eine Substanz zu haben, von der Sie in Notzeiten zehren können. In Zeiten massiven Krisen befassen Sie sich womöglich mit Hungerkuren und Diäten. Ihre Verzichtleistungen geben Ihnen das Gefühl, wenigstens etwas Unberechenbares im Griff zu haben: die Gier. Veränderungen, die Sie dazu zwingen, Gewohntes aufzugeben, deuten neue Lebensabschnitte an. In solchen Umbruchszeiten beschäftigen Sie sich vermutlich besonders mit Ihrem Körper. Sie versuchen, sich körperlich auf neue Lebensumstände vorzubereiten, indem Sie Ihre Ernährung umstellen, neue Methoden der Gesundheitsvorsorge ausprobieren oder mehr Rücksicht auf Ihren Körper nehmen.

Eine Krankheit kann ein Zeichen dafür sein, dass die Ordnung in Ihrem Leben durcheinander geraten ist. Wenn Sie dann einfach ein therapeutisches Konzept abspulen können, fühlen Sie sich wieder ruhig und konzentriert. Ihr Augenmerk richtet sich darauf, dass immer alles funktioniert. Deshalb wissen Sie oft, was anderen Menschen helfen kann, ihren Alltag zu meistern oder ihren Körper zu heilen. Bei Störungen und Komplikationen finden Sie instinktsicher den richtigen Weg. Intuitiv kommen Sie auf Lösungen, die anderen helfen, Ihren Lebensrhythmus wieder zu finden. Mit Ihrem analytischen Verstand und Ihrem Hang zum Praktischen können Sie helfen, Lebensumstände zu verbessern. Ihre Angst vor Katastrophen nützt Ihnen dabei.

### Ihre Heilkraft: Anderen Schutz bieten (Chiron im 4. Haus)

Sie sehnen sich nach einem Menschen, der Sie vor allem dann, wenn Sie sich schwach, krank oder hilflos fühlen, liebevoll stützt. Doch immer wieder stellen Sie fest, dass sich keiner so zur Verfügung stellt, wie Sie es sich wünschen. Ihr ungestilltes Bedürfnis nach Wärme und Geborgenheit kann große Existenzängste auslösen. Möglicherweise schlagen Sie sich mit Essstörungen, Gewichtsproblemen, Magenleiden und schlaflosen Nächten herum.

Der wunde Punkt, der unter Ihrem Chiron-Zeichen beschrieben wurde, löst in Ihnen immer wieder ein Gefühl der Hilflosigkeit aus. Dann fühlen Sie sich unangenehm unselbstständig oder ausgeliefert. Verständlicherweise wollen Sie Ihre verwundbare Stelle schützen. Das könnte Sie aber dazu verleiten, sich gefühlsmäßig zu verschließen und Menschen nur pragmatisch zu begegnen. Sie fühlen sich aber viel besser, wenn Sie sich um Menschen kümmern, die betreut werden müssen. Indem Sie anderen eine Zuflucht bieten, trösten Sie sich selbst.

Ihr wunde Punkt liegt aber stets offen da, und, wenn Sie mit Fürsorglichkeit Menschen an sich binden wollen, führt das fast immer zu Enttäuschungen. Daher sollten Sie Krankheiten, in denen Sie sich alleingelassen fühlen, Unfälle, nach denen Sie fremder Pflege bedürfen und wiederkehrende Beschwerden als Spitze eines Eisberges betrachten. Unter der Oberfläche nagt Ihr Gefühl, nirgends hinzugehören.

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

## Ihre empfindliche Stelle: Ihr Dazugehörigkeitsgefühl (Chiron Trigon Uranus)

Menschen, die aufgrund einer einseitigen Begabung oder einer körperlichen Abnormität nur einen Stehplatz in der Gesellschaft erhalten, rühren Sie an. Irgendwie scheint es in Ihnen einen Konflikt zu geben: zwischen dem Willen, sich als Individualist von der Masse abzuheben, und dem Wunsch, einer Gemeinschaft anzugehören. Sie reagieren sowohl auf Gleichmacherei als auch auf Sondierung empfindlich, denn das haben Sie am eigenen Leibe erfahren.

Sie können sich sicherlich in Kranke Menschen gut einfühlen, die explosionsartig von somatischen Symptomen überfallen werden. Sie spüren nur allzu deutlich, dass so ein körperliches Erscheinungsbild Ausdruck einer Abwehr gegen Bevormundung und Gängelung ist. Gegen die sind jene vielleicht sogar wehrlos. Vielleicht haben Sie als junger Mensch sogar selbst einmal an allergischen Hautreaktionen gelitten oder kennen nur allzu gut die Qual, stillhalten zu müssen. Deshalb können Sie sich sehr gut in die Lage von Sonderlingen versetzen und vertreten die Ansicht, dass man manchen Menschen aufgrund von körperlichen oder intellektuellen Eigenheiten Sonderrechte einräumen sollte. Indem Sie sich dafür einsetzen, dass andere sich in Ihrer spezifischen Begabung optimal entwickeln können, geben auch Sie sich das Recht auf Ihre Originalität zurück.

## Ihre empfindliche Stelle: Ihre Sehnsüchte (Chiron Trigon Neptun)

Sie haben eine Vision und die bestimmt Ihr Leben. In Ihrer ideellen Vorstellung rücken die Menschen einander näher, indem Schwächere in ein soziales Netz integriert werden. Irgendwie kennen Sie ganz tief drinnen den Schmerz, ausgeschlossen zu sein. Jene Erinnerung an ein Gefühl, in dem Sie nicht für voll genommen wurden, mobilisiert Ihr Mitgefühl für geschwächte Menschen. Andere vertrauen sich Ihnen an, weil Sie deren Not nachvollziehen können. Daher finden Sie manchmal Lösungen auf ganz unkonventionelle Weise. Sollten Sie sich aber passiv verhalten, könnten Sie mit Ihren idealistischen Einstellungen als weltfremd verschrien werden. In so einem Falle haben Sie zwar Vorstellungen von einer besseren und sozialeren Welt, warten aber darauf, dass andere sich darum bemühen.

Sie fühlen sich sozial integriert, wenn Sie sich der Welt der Bilder, Visionen und Ahnungen wieder öffnen. Das kann auf eine sozial-helfende Art und Weise geschehen, indem Sie sich mit psychisch Kranken, mit Suchtabhängigen oder mit der kreativen Förderung von Kindern befassen. Sie sind ein begnadeter Lehrer, wenn Sie sich ums Verstehen bemühen. Denn Sie haben einen Zugang zu einer Vorstellungswelt, die mit Bildern alles begreiflich machen kann. Sie fühlen sich wieder heil, wenn Sie das Nicht-Sichtbare - Gefühle, Ahnungen und Träume - den Nicht-Sehenden sichtbar machen.

## Epilog

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

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

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

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

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

*Abschließend noch Grundsätzliches zur Anwendung von Bachblütenessenzen:*

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

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

*Die Anwendung und auch die ausführliche Beschreibung der Wirkungsweisen einzelner Bachblüten hat Dr. med. Götz Blome in seinem Buch "Das neue Bachblüten-Buch" besonders übersichtlich gestaltet. Die Schwingungswirkung der Bachblüten kann mit Farbschwingungen verstärkt werden. Wenn Sie sich mit einer Bachblütenessenz wieder in einen harmonischen Einklang mit sich selbst bringen wollen, kann die Begleitung durch eine Farben-Meditation eine schnellere und auch tiefergehende Wirkung in Ihrer Psyche erzielen. Ingrid Kraaz hat in Ihrem Buch "Die richtige Schwingung heilt" den einzelnen Bachblüten Farben und Affirmationssätze zugeordnet. Affirmationen sind tröstende Sätze, die immer wieder gelesen und wiederholt werden. Genaue Meditationsanweisungen sind in ihrem Buch nachzulesen.*

*Susanne Christan, Astrologin.*