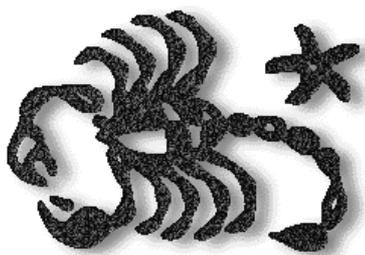


\* ASTROLOGISCHE ANALYSE \*  
Körper, Geist, Seele Langform

Boris Becker  
22.11.1967 08:45 MET  
Leimen bei Karlsruhe (D 8-49)



Ihr Sternzeichen: Skorpion

Erstellt von

Pistel

## Inhaltsverzeichnis

|  |    |
|--|----|
| Grafik .....   | 4  |
| Datenblatt .....   | 5  |
| Prolog .....   | 6  |
| Ihre gesundheitliche Konstitution .....                    | 7  |
| Ihr vorbildsbezogener Umgang mit Ihrer Gesundheit .....    | 7  |
| Ausgewogenheit stärkt Körper und Psyche .....              | 9  |
| Klare Grenzen stärken Körper und Psyche .....              | 9  |
| Ihre zentrale Energiequelle .....                          | 10 |
| Lebenskraft durch Wandlungsbereitschaft .....              | 11 |
| Kraft für Schwächere entwickeln .....                      | 13 |
| Heilungsweg: Anspannung und Entspannung .....              | 15 |
| Heilungsweg: Ein Narr zu sein! .....                       | 16 |
| Ihre psychische Kraft .....                                | 18 |
| Erholung finden im Rückzug .....                           | 19 |
| Gesund durch Gefühlsoffenheit .....                        | 21 |
| Bedürfnis und Vergeistigung .....                          | 23 |
| Bedürfnis und Hingabe .....                                | 24 |
| Unser Regelsystem .....                                    | 26 |
| Selbsterhaltung durch Willensäußerung .....                | 27 |
| Heilungsaufgabe: Körpervorgänge verstehen lernen .....     | 29 |
| Unser Reizleitungssystem .....                             | 31 |
| Stress durch Zukunftsperspektiven .....                    | 32 |
| Befreiung durch Findung eigener Werte .....                | 33 |
| Unsere Diffusionsprozesse .....                            | 35 |
| Beeinflusst durch Vergangenheit .....                      | 36 |
| Geschwächt durch Hautlosigkeit .....                       | 37 |
| Verletzen und Empfindsamsein .....                         | 39 |
| Unser Erbe .....   | 40 |
| Lebendigsein durch Anpassung an Rhythmen .....             | 41 |
| Kraft durch Lösung von überholten Werten .....             | 43 |
| Wut und Unversöhntes .....                                 | 45 |
| Lebensstrom und Wandel des Lebens .....                    | 46 |
| Unsere Verwundbarkeit .....                                | 47 |
| Ihr wunder Punkt: Ihr Symbiosewunsch .....                 | 48 |
| Ihre Heilkraft: Verständnisbereitschaft .....              | 49 |
| Ihre empfindliche Stelle: Ihre Selbstachtung .....         | 50 |
| Ihre empfindliche Stelle: Ihr Liebesbedürnis .....         | 50 |
| Ihre empfindliche Stelle: Ihr Selbstvertrauen .....        | 51 |
| Ihre empfindliche Stelle: Ihr Dazugehörigkeitsgefühl ..... | 51 |
| Ihre empfindliche Stelle: Ihre Sehnsüchte .....            | 52 |
| Aussöhnung mit einem familiären Erbe .....                 | 53 |

Epilog ..... 54



# Boris Becker Tennisprofi

Leimen bei Karlsruhe (D 8-49)

Länge: 008°41' O Breite: 49°21' N

Geburtshoroskop  
Placidus

Datum: 22.11.1967  
Zeit: 08:45 MET

## Planetenstellungen

|    |              |           |   |           |      |    |
|----|--------------|-----------|---|-----------|------|----|
| AC | Ascendent    | 9° 22'    | ♏ | Schütze   | Haus | 1  |
| MC | Medium Coeli | 6° 02'    | ♎ | Waage     | Haus | 10 |
| ☉  | Sonne        | 29° 18'   | ♏ | Skorpion  | Haus | 12 |
| ☾  | Mond         | 26° 47'   | ♋ | Krebs     | Haus | 8  |
| ☿  | Merkur       | 10° 41'   | ♏ | Skorpion  | Haus | 11 |
| ♀  | Venus        | 13° 13'   | ♎ | Waage     | Haus | 10 |
| ♂  | Mars         | 22° 41'   | ♏ | Steinbock | Haus | 2  |
| ♃  | Jupiter      | 4° 25'    | ♏ | Jungfrau  | Haus | 9  |
| ♄  | Saturn       | 5° 54' R  | ♏ | Widder    | Haus | 3  |
| ♅  | Uranus       | 28° 22'   | ♏ | Jungfrau  | Haus | 9  |
| ♆  | Neptun       | 24° 16'   | ♏ | Skorpion  | Haus | 12 |
| ♇  | Pluto        | 22° 32'   | ♏ | Jungfrau  | Haus | 9  |
| ♁  | Chiron       | 25° 23' R | ♏ | Fische    | Haus | 3  |
| ♁  | Lilith       | 6° 44'    | ♏ | Stier     | Haus | 5  |
| ♁  | mKnoten      | 26° 05'   | ♏ | Widder    | Haus | 4  |

## Häuserstellungen

|    |         |   |            |
|----|---------|---|------------|
| 1  | 9° 22'  | ♏ | Schütze    |
| 2  | 14° 55' | ♏ | Steinbock  |
| 3  | 28° 38' | ♏ | Wassermann |
| 4  | 6° 02'  | ♏ | Widder     |
| 5  | 2° 47'  | ♏ | Stier      |
| 6  | 22° 42' | ♏ | Stier      |
| 7  | 9° 22'  | ♏ | Zwilling   |
| 8  | 14° 55' | ♏ | Krebs      |
| 9  | 28° 38' | ♏ | Löwe       |
| 10 | 6° 02'  | ♏ | Waage      |
| 11 | 2° 47'  | ♏ | Skorpion   |
| 12 | 22° 42' | ♏ | Skorpion   |

## Quadrantenverteilung

|            |   |         |
|------------|---|---------|
| Quadrant 1 | 3 | ♏ ♁ ♁   |
| Quadrant 2 | 2 | ♏ ♁     |
| Quadrant 3 | 4 | ♏ ♁ ♁ ♁ |
| Quadrant 4 | 4 | ♏ ♁ ♁ ♁ |

## Elementverteilung

|        |   |           |
|--------|---|-----------|
| Erde   | 5 | ♏ ♁ ♁ ♁ ♁ |
| Wasser | 5 | ♏ ♁ ♁ ♁ ♁ |
| Feuer  | 3 | ♏ ♁ ♁     |
| Luft   | 2 | ♏ ♁       |

## Qualitätenverteilung

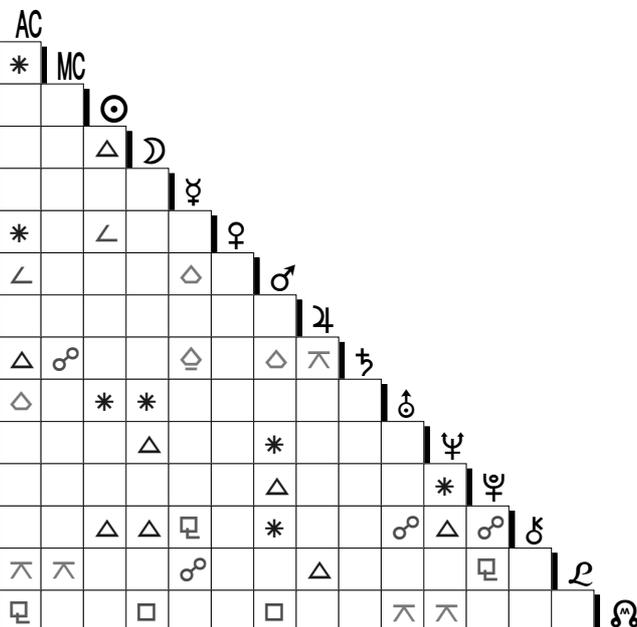
|          |   |             |
|----------|---|-------------|
| Kardinal | 6 | ♏ ♁ ♁ ♁ ♁ ♁ |
| Fix      | 4 | ♏ ♁ ♁ ♁     |
| Flexibel | 5 | ♏ ♁ ♁ ♁ ♁   |

## Zeichenverteilung

|          |    |                       |
|----------|----|-----------------------|
| männlich | 5  | ♏ ♁ ♁ ♁ ♁             |
| weiblich | 10 | ♏ ♁ ♁ ♁ ♁ ♁ ♁ ♁ ♁ ♁ ♁ |

## Aspekte

|        |         |         |         |        |         |
|--------|---------|---------|---------|--------|---------|
| MC ♁ ♁ | -0° 08' | ♏ ♁ ♁   | 1° 24'  | ♏ ♁ ♁  | 1° 49'  |
| ♀ ♁ ♁  | -3° 57' | ♏ ♁ ♁   | 0° 09'  | AC ♁ ♁ | -1° 00' |
| ♁ ♁ ♁  | -2° 59' | ♏ ♁ ♁   | -2° 19' | ♀ ♁ ♁  | -0° 00' |
| ♏ ♁ ♁  | -2° 51' | ♏ ♁ ♁   | 1° 07'  | ♏ ♁ ♁  | 1° 13'  |
| ♏ ♁ ♁  | 0° 42'  | AC * MC | 3° 20'  | ♀ ♁ ♁  | 1° 13'  |
| ♏ ♁ ♁  | 3° 24'  | AC * ♁  | -3° 52' |        |         |
| AC ♁ ♁ | -1° 41' | ☉ * ♁   | 0° 57'  |        |         |
| ☉ ♁ ♁  | 1° 05'  | ♏ * ♁   | 1° 34'  |        |         |
| AC ♁ ♁ | 1° 43'  | ♏ * ♁   | -1° 35' |        |         |
| ♀ ♁ ♁  | -0° 18' | ♏ * ♁   | 2° 42'  |        |         |
| ♏ ♁ ♁  | 0° 48'  | ♏ * ♁   | 1° 44'  |        |         |
| AC ♁ ♁ | -3° 28' | AC ♁ ♁  | -2° 37' |        |         |
| ☉ ♁ ♁  | 2° 31'  | MC ♁ ♁  | -0° 42' |        |         |
| ☉ ♁ ♁  | -3° 55' | ♏ ♁ ♁   | -1° 29' |        |         |
| ♏ ♁ ♁  | -2° 31' | ♁ ♁ ♁   | 2° 17'  |        |         |



## Aspekte

- ♏ Konjunktion
- ♏ Opposition
- ♏ Quadrat
- ♏ Oktil
- ♏ Trioktil
- ♏ Trigon
- \* Sextil
- ♏ Quincunx
- ♏ Quintil
- ♏ Biquintil

## Planeten

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

## Tierkreis

- ♏ 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 Vorbildsbezogener Umgang mit Ihrer Gesundheit

### AC im Zeichen Schütze

Ihre gesundheitliche Verfassung ist das Produkt Ihrer Lebensführung. Je gesünder Sie sich ernähren und auf genügend Bewegung und Schlaf achten, desto robuster sind Sie. Doch Sie haben zwei grundverschiedene Wesensseiten, von denen stets abwechselnd eine vorherrscht. So wechseln Phasen der Enthaltensamkeit und Gesundheitstraining Phasen ab, in denen Sie überschwänglich und ausschweifend die Fülle des Lebens genießen. In solchen Zeiten essen, trinken und rauchen Sie zu viel, haben zu wenig Schlaf und verbringen Ihren Alltag hauptsächlich im Sitzen. Als Folge tauchen Übergewicht oder erweiterte Äderchen aufgrund der fehlenden Bewegung auf.

Eine Sportart, die Sie einst angefangen haben, halten Sie durch, solange Ihnen Erfolg beschert ist. Mit Ihrer charismatischen Ausstrahlung werden Sie von Sportanhängern gar zum Idol erhoben und haben Talent zum Sportlehrer. Sobald Sie aber merken, dass sich der Erfolg nur noch einstellen wird, wenn Sie mehr als bisher trainieren, verlieren Sie das Interesse. Dann löst womöglich eine Phase der Behäbigkeit Ihre sportliche Karriere ab. Was Sie aus Ihrer Bequemlichkeit wieder herauslocken kann, sind Bewegungsspiele, die Ihnen ein Flair von der Weite der Welt vermitteln: etwa beim Ausreiten oder im internationalen Kontakt in Leichtathletikwettbewerben. Prinzipiell tut es Ihnen auch als Nicht-Sportler gut, jeden Tag wenigstens 10 Minuten Gymnastik zu machen. Hüfte und Schenkel sind bei Ihnen

als körperliche Schwachpunkte. Daher könnten Sie für Ischiasleiden und Hüftgelenkerkrankungen anfällig sein. In jedem Falle sollten Sie darauf achten, dass Sie Ihre Muskeln erst langsam aufwärmen, um sich vor Muskelkontrakturen und Krämpfen in der Hüftregion, ebenso vor Muskelzerrungen zu schützen.

Sie haben die Fähigkeit, im erforderlichen Moment alle Ihre Energiereserven zu mobilisieren und auf ein Ziel zu konzentrieren. Auf körperlicher Ebene entsprechen diese psychischen Abläufe der Energieproduktion und -speicherung. Die Leber baut Stärke als Energiespender auf und wandelt Kohlenhydrate in Fett um, das dann in den Fettpölsterchen im Körper gespeichert wird. Außerdem baut die Leber aus den aufgenommenen Nahrungsbestandteilen Traubenzucker als Energielieferant auf. Störungen des Fettstoffwechsels und krankhafte Fetteinlagerungen könnten verdeutlichen, dass Ihnen das ideale Ziel oder die Hoffnung entglitten ist, auf die Sie Ihre Energien bisher gerichtet haben. Körpereigene und auch fremde Gifte werden in der Leber deaktiviert und dann über die Galle ausgeschieden. Ärger, den Sie in sich hineinfressen, kann bei Ihnen Gallenbeschwerden auslösen. Für Sie ist es besser, wenn Sie "Gift und Galle spucken", um sich zu entladen. Doch meistens steckt hinter einer Gallenblasenreizung eine tiefe Enttäuschung, durch die Ihr Vertrauen einem Menschen gegenüber erschüttert wurde.

Manchmal schieben Sie einen Arztbesuch lange hinaus. Dann ahnen Sie, dass der Arzt Sie dazu auffordern wird, Ihren Lebenswandel und eingeschlifene Gewohnheiten radikal zu verändern. In väterlichen, erfahrenen ärztlichen Händen fühlen Sie sich am wohlsten. Vor allem sollte sich der behandelnde Arzt genügend Zeit für Sie nehmen und Ihre bisherigen Bemühungen, wieder gesund zu werden, loben. Denn das Wichtigste für Ihre Genesung scheint guter Zuspruch zu sein, der Sie wieder hoffen lässt. Pillen sind Ihnen wahrscheinlich verhasst. Als wirkungsvoller betrachten Sie die therapeutische Verabreichung von Schwingungen in Form von Wärmebestrahlungen, Akupunktur, Bachblüten und auch von homöopathischen Mitteln.

Mit Ihrem nervösen, auftreibenden Temperament sind Sie sehr begeisterungsfähig - besonders fürs Essen. Als Gourmet sollten Sie auf fettarme Speisen wie Fisch übergehen. Eiweißhaltige Gemüsesorten wie Auberginen und Mais bekommen Ihnen bestimmt gut. Fruchtzuckerhaltige Obstsorten wie Weintrauben, Ananas, Birnen, Pfirsich und Rhabarber dienen Ihnen als Energielieferanten. Ginseng-Extrakte fördern die Durchblutung, auch des Gehirns. Sie sollten aber nicht ohne Wissen des Arztes eingenommen werden. Eine bessere Durchblutung fördert Ihren Optimismus und motiviert Sie zu höheren Taten.

## Ausgewogenheit stärkt Körper und Psyche AC Sextil Venus

Von Zeit zu Zeit haben Sie das Bedürfnis, Ihren Körper zu entschlacken. Dann legen Sie Diättage ein, machen eine Abmagerungskur oder reinigen Ihr Blut mit Kräutertees. Das, was Sie mit Ihrem Körper machen, beschreibt Ihr Anliegen, das zu korrigieren, was aus der Balance geraten ist. Unstimmigkeiten oder Missverständnisse in Ihren Beziehungen bringen Sie psychisch aus dem Lot. Zudem werden Hautunreinheiten und Hautrötungen mit Kontaktproblemen in Verbindung gebracht. 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. Ungeklärte Beziehungsprobleme könnten sich bei Ihnen aber auch mit einem erhöhten oder erniedrigten Blutdruck zeigen. Eine Hypertonie lässt auf die Erfahrung oder Sichtweise schließen, zum Starksein als Partner gezwungen zu sein. Hypotonie dagegen haben vorwiegend Menschen, die sich überwiegend auf Ihre Mitmenschen einstellen und eigene Wünsche dadurch übergehen.

## Klare Grenzen stärken Körper und Psyche AC 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 einrosten.

## Ihre zentrale Energiequelle

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

*Im vegetativen Nervensystem regulieren die Gegenspieler Nervus Sympathikus und Nervus Parasympathikus sämtliche Energieumsetzungen unserer Organe. Entsprechend funktionieren die Prinzipien der Sonne und des Mondes in uns: Die sogenannten 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 Wandlungsbereitschaft

### Sonne im Zeichen Skorpion

Mit Ihrer Skorpion-Sonne können Sie sich nicht mit Vordergründigem zufrieden geben. Erst wenn Sie sich mit den Dingen hinter den Dingen befassen, spüren sie, wie die Vitalität aus Ihnen herausprudelt. Dabei geraten Sie manchmal in einen Bereich längst vergessener Weisheiten, die zu Erkenntnissen führen, aber auch mit Tabus verdeckt gehalten werden, da ihre Wahrheit erschreckend ist. Ihr persönlicher Entwicklungsweg geht in die Tiefe - mit dem Ziel, Wahrheit zu finden.

In den Untiefen Ihrer Psyche kommen Sie mit archaischen Urkräften in Berührung, die Ihnen zu unendlicher Willenskraft und zu einer machtvollen Ausstrahlung verhelfen. Hier finden Sie sexuelle Leidenschaft und kommen mit den Schrecken des Todes in Berührung. Die Kräfte in Ihnen sind so gewaltig, dass sie Ihnen zeitweise Angst bereiten. Im Grunde Ihres Herzens wissen Sie, dass Sie sich nicht vor dem Tod zu fürchten brauchen. Sie müssen sich aber mit Ihrer eruptiven Kraft zu versöhnen - gerade das macht Ihnen Angst. So hoffen Sie, Ihre inneren Urgewalten mit Kontrolle im Zaum halten zu können. Gestaute, nicht gelebte sexuelle Lust

kann jedoch zu Erkrankungen im Genitalbereich führen. Unsere Energien können wir mit unseren Schließmuskeln willentlich blockieren. Je mehr es uns darum geht, unsere vitalen Kräfte zurückzuhalten, desto eher schlägt sich das in einer Erkrankung der Körperöffnungen nieder. So tauchen beispielsweise Mastdarmerkrankungen, Hämorrhiden und auch Entzündungen der Harnröhre auf.

Urgewalten können Gift für ein soziales Gefüge sein. Wenn wir unseren vitalen Kräften und unserer sexuellen Lust keinen rechtmäßigen Platz verschaffen und sie in uns nur verdammen, machen sie sich auch als Vergiftung oder als mangelnde Entgiftung im Körpers bemerkbar. Unsere Urgewalten zeigen sich dann als zerstörerische Energie - und werden womöglich als autoaggressive Erkrankungen somatisiert -, denn wir wollen sie als Quelle unserer Lebenskraft nicht akzeptieren. Aggression ist erst einmal ein notwendiges Überlebenspotenzial in uns. Wenn sie als Affekt völlig unkontrolliert aus uns herausbricht, ist sie aber nicht mehr in ein ethisch-moralisches Gesellschaftskonzept einzugliedern. Sollte dies passieren, so ist das ein Zeichen dafür, dass wir unseren persönlichen Willen schon zu oft haben unterdrücken und beherrschen lassen.

Ihr Heilungsweg besteht darin, sich leidenschaftlich für Ihre Herzensangelegenheiten einzusetzen. Das, was Ihr Herz bewegt, hat immer etwas mit Ihrer Lust am Leben zu tun. Daher sollten Sie das, was Sie lebendig sein lässt, zu einer wichtigen Aufgabe in Ihrem Leben machen. Um dahin zu kommen und Ihrem ureigensten Instinkt zu entsprechen, werden Sie sich mit Ihrer Skorpion-Sonne immer wieder auf einen neuen Entwicklungsweg begeben. Wie eine Schlange werden Sie sich in rhythmischen Abständen immer wieder einer alten Haut entledigen wollen. Sie können sich jedoch nur von Überholtem trennen, wenn Sie davon Abschied nehmen und psychisch loslassen. Das betrifft auch die Funktion Ihrer Ausscheidungsorgane, mittels derer Sie sich von organischem Müll befreien. Mit regelmäßigem und langanhaltendem Gebrauch von Abführmitteln vergewaltigen Sie sich tatsächlich selbst. Sie zwingen auf einer körperlichen Ebene Ihre Psyche, von etwas loszulassen, was sie aber noch festhalten will. Das hat einen Rückkopplungseffekt: Sie wird noch mehr festhalten und somit an chronischer Verstopfung leiden. Erst wenn Sie den Weg Ihrer Lebendigkeit beschreiten, werden Sie beginnen, loszulassen. Deshalb sollten Abführmittel nach Möglichkeit durch ballaststoffreiche Kost und natürlich abführende Nahrung ersetzt werden, wie Leinsamenschrot, Feigen oder einem geriebenen Apfel am Abend.

Die Schwingungen mancher Edelsteine können Sie dabei unterstützen, die Vielschichtigkeit der Erscheinungen des Lebens zu erkennen. Dadurch können Sie altbekannte Muster leichter loslassen. Der schwarze Edelopal schillert in allen Farben und genauso verschiedenartig sind seine Kräfte, die mit dem Ursächlichen in Beziehung stehen. Der Stein hat etwas Magisches an sich - so, wie es auch ein Mensch mit einer Skorpion-Sonne

auszustrahlen vermag.

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 Skorpion ist der Planet Pluto zugeordnet. Die Energien des Plutos - unsere Urkräfte - können wir durch das Wurzelchakra positiv aktivieren. Das Wurzelchakra liegt zwischen After und Geschlecht. Mit einer leichten Atemübung können Sie sich mit den Urgewalten in Ihnen versöhnen und diese für Ihre Ziele positiv nutzbar machen: Stellen Sie sich einen goldenen Lichtstrahl vor, den Sie mit der Einatmung aus der Erde über das Wurzelchakra in das Sonnengeflecht in sich hineinsaugen. Nach einem kurzen Luftanhalten schieben Sie das goldene Licht mit der Ausatmung aus dem Wurzelchakra wieder hinaus. Wenn Sie diesen Atemvorgang siebenmal wiederholen, werden Sie von Tag zu Tag Ihre Kräfte neu entfalten können.

## Kraft für Schwächere entwickeln

### Sonne im 12. Haus

Sie haben ein großes Einfühlungsvermögen und möchten aktiv an der Heilung menschlicher Leiden beteiligt sein. Im Helfen finden Sie Selbstbestätigung. An Ihren Erfolgen, die Sie zum Heile anderer erzielt haben, können Sie sich erfreuen - und hieraus neue Kraft schöpfen.

Möglicherweise sind Sie sich über Ihre wahren Kräfte noch gar nicht so recht im Klaren. Wahrscheinlich haben Sie eine Kindheit verbracht, in der es galt, auf die schlechten Nerven eines Elternteils Rücksicht nehmen zu müssen. So hatten Sie sich vermutlich eher unauffällig zu verhalten und waren darauf bedacht, Ihren Eltern keine Unannehmlichkeiten zu bereiten. Dabei haben Sie sich vielleicht verkrochen und angepasst. Vielleicht waren Sie als Kind sehr viel sich selbst überlassen und haben sich eine eigene, kindliche Fantasiewelt aufgebaut. Ihre persönliche Welt scheint nicht von dieser Welt zu sein, denn hier fühlen Sie sich vielleicht oft zu schwach, um den Anforderungen des Lebens zu genügen. Das zeigt sich auf körperlicher Ebene, wenn Sie häufig krank sind, und Krankheiten Sie kräftemäßig sehr auszehren.

Für Sie ist es aber essenziell wichtig, mit der hiesigen Welt in Kontakt zu treten und mit ihr auch Freundschaft zu schließen. Deshalb sollten Sie sich viel an der frischen Luft aufhalten und regelmäßig in der Natur spazieren gehen. Ihr Herz schlägt für alle Lebewesen in der

Welt. Deshalb tut es Ihnen so gut, die Lebendigkeit von Tieren und Pflanzen beobachten zu können. Sie sollten sich körperlich bewegen. Wenn Sie Ihren Körper nicht immer wieder aktivieren, neigen Sie dazu, apathisch zu werden. Dann interessiert Sie der ganze Alltagskram überhaupt nicht mehr und Sie flüchten sich in Träume und Wunschvorstellungen, wobei Sie auch tagsüber viel schlafen. Um bei Kräften zu bleiben, brauchen Sie unbedingt ausreichenden Schlaf, den Sie sich allerdings in der Nacht gönnen sollten. Kleinere Ruhepausen am Tag sollten somit zur Erholung dienen und nicht wegen Erschöpfung notwendig werden.

Manchmal erscheint Ihnen das Leben auf der Erde wie eine Zwischenstation, in der Sie sich nicht so recht verwurzeln möchten. Ihre Seele mag noch mit einem Rest in der Astralwelt - eine Seelenzwischenwelt, in die man nach dem Tode eingeht - verankert sein, in die es Sie wieder zurückzieht. Sehnsucht kennen Sie bestimmt sehr gut. Die Sehnsucht nach einer heilen Welt ist aber auch das Lockmittel, das Sie in psychische Abhängigkeiten und körperliche Süchte hineinführen kann. Alkohol und Drogen verhelfen dem Menschen zu einem anderen Bewusstseinszustand, in dem er die irdischen Belange nicht mehr so realistisch betrachten muss. Ihre Sehnsucht findet Nahrung in einer Heilslehre, die Sie in verschiedenen religiösen Glaubensrichtungen oder in einem esoterischen Weltbild finden können. Vermutlich suchen Sie nach meditativen Möglichkeiten, um sich mit Ihrem höheren Selbst wieder zu vereinigen. Damit Sie aber nicht aus der irdischen Verankerung ausbrechen und geistig davonfliegen, sollten Sie sich mit Meditationstechniken vertraut machen, die nicht nur im stillen Sitzen vollzogen werden. Die Verbindung von Körper und Geist ist bei Ihnen besonders wichtig. Empfehlenswert sind unter diesem Gesichtspunkt dynamische Meditationen, Joga, Kundalini-Meditationstechniken, ebenso Mantra-Gesänge und Trance-Tänze. Falls Sie dennoch Zen-Meditationen oder Meditationstechniken anwenden, die hauptsächlich die höheren Chakren aktivieren, sollten Sie sich unbedingt vor jeder Meditation körperlich erden. Das können Sie mit mehrminütigem Stampfen zu Trommelmusik, ebenso mit mehrminütigem Ausschütteln all Ihrer Körperteile erzielen.

Sie finden Heilung, wenn Sie sich mit Ihren unterbewussten Mustern vertraut machen, die in Ihnen ein Gefühl des Leidens, also einen nicht erklärbaren psychischen Schmerz in Ihnen verursachen. Vielleicht wehren Sie sich auch gegen Leidensgeschichten, stellen aber fest, dass Sie häufig mit körperlichen Wehwehchen beschäftigt sind. Wenn Sie sich mit den Bildern Ihres Unterbewusstseins beschäftigen, verstehen Sie immer besser deren Symbolsprache. Das kann durch Psychotherapie, aber auch durch Selbsthypnosetechniken oder mit intuitivem Schreiben oder meditativem Malen, ebenso mit Musiktherapie erzielt werden. Eine innere Stimme wird dann immer besser hörbar werden, die Sie an das rechte Ufer lenkt. Dann können Sie auch in dieser Welt Erfüllung in einer sozialen Aufgabe finden.

Sie sind ein Mensch, der durch seine emotionale Offenheit viel Mitgefühl zeigen kann.

Deshalb brauchen Sie einen Bereich, in dem Sie sozial helfend tätig sind. Sie kommen an Ihre Kraft, wenn Sie Ihr Herz der Menschheit in Nächstenliebe öffnen. Wenn Sie zulassen, dass Ihr Herz berührt wird, und aus dieser Berührung heraus helfen, werden Sie sich zufrieden fühlen können. Ihre Aufgabe liegt nicht in der Stille und nicht in der Abgeschiedenheit von den Menschen. Ihr Herz wird Sie in die Welt hinausdrängen, dorthin, wo Sie sich mit dem Leben vereinen.

## Heilungsweg: Anspannung und Entspannung Sonne Trigon Mond

Sie verfügen über hervorragende regenerative Kräfte. Trotz möglicher Niederlagen auf einer Seite können Sie Erfolge und Spaß auf anderen Gebieten noch wahrnehmen und sich dadurch wieder psychisch aufbauen. Wenn Sie mit einem guten Gefühl an eine Sache herangehen, ist auch Ihr Selbstbewusstsein gestärkt - und der Erfolg scheint Ihnen schon fast sicher zu sein.

Sollten Sie sich in einer Lebensphase körperlich schwach, krankheitsanfällig und ausgelaugt fühlen, so haben Sie mit Sicherheit versäumt, Ihr ansonsten so gelungenes Gleichgewicht zwischen Muße und Pflicht herzustellen. Möglicherweise haben Sie sich aufgrund von äußeren Umständen in eine nicht zufrieden stellende Rolle drängen lassen, in der Sie entweder zu wenig Selbstbestätigung erfahren oder Ihr Gefühlsleben zu kurz kommt. Sie sind jedoch flexibel genug, dieses Ungleichgewicht zu erkennen und wieder ins rechte Lot zu bringen.

Aufgabe und Heilungsweg finden Sie bei dieser Aspektierung darin, dass Sie eine glückliche Verbindung zwischen Ihrem Einfühlungsvermögen und Ihrem Drang nach Selbstverwirklichung finden. Das mag phasenweise nur durch die Abwechslung beider Seiten realisierbar sein. Doch die Sicherheit, dass auch die andere Wesensseite zum Zuge kommen wird, ist eine Garantie für Ihre innere Ausgeglichenheit.

Für Sie wird Urlaub und Erholung zu einem wichtigen Thema. Andererseits sollten Sie sich nicht aufgrund partnerschaftlicher oder familiärer Umstände dazu bringen lassen, völlig auf Ihre Selbstständigkeit - die Sie vielleicht in einer beruflichen Tätigkeit sehen - zu verzichten. Sie werden sich verstärkt mit der von Ihnen als "schwach" empfundenen Wesensseite anzufreunden haben. Das ist der Teil in Ihnen, der die liebevolle Zuwendung eines Menschen unbedingt braucht. Bedürftig zu sein und etwas zu brauchen, verachten Sie zeitweise an sich - denn mit Ihrer anderen Wesensseite wollen Sie Ihr Leben völlig selbstständig und unabhängig meistern. Ein erster möglicher Schritt, um aus den Extremen

zwischen Überforderung und Bedürftigkeit herauszukommen, wäre, täglich Zeit für Ausgleich und Entspannung einzuplanen. Dann werden Sie sich erholen und willig wieder in die Pflicht nehmen lassen. Gönnen Sie sich eine kleine Pause, in der Sie im Liegestuhl die Kraft und Wärme der Sonne genießen und alle Verantwortungen um sich herum kurzfristig mal ablegen. Danach sollten Sie den Tag mit einer Aufgabe fortsetzen, die Ihnen auch Spaß macht. Auch wenn Sie jetzt die Achseln zucken, ist dies doch in den meisten Fällen möglich - denn es kommt nur auf die Einteilung der Pflichten an.

Im Grunde genommen können Sie sich sehr gut auf Ihre Selbstheilungskräfte verlassen, denn mit dieser astrologischen Aspektierung wollen Sie unerträgliche Zustände nicht allzu lange aushalten. Eine Krankheit kann daher Ihren Willen stärken, Ihr Leben wieder in ein persönliches Gleichgewicht zu bringen.

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

**Heilungsweg: Ein Narr zu sein!**

**Sonne Sextil Uranus**

Sie sind wohl ein etwas unruhiger Geist, der sich ständig in Bewegung hält. Sie werden hektisch und sprunghaft, wenn Sie Ihr inneres Ziel aus den Augen verloren haben. Dann fangen Sie vieles an und führen kaum etwas zu Ende. Stress kommt auf, wenn Sie an mehreren Projekten zugleich arbeiten. Das nimmt Ihnen den Atem, das Wesentliche zu vervollkommen. Zu den Stresssymptomen gehören auch körperliche Reaktionen - Hitzeschübe oder Fieber, Rötungen oder auch Jucken, die allesamt meistens plötzlich auftreten.

Das Gefühl, für jemanden verfügbar zu sein, ist Ihnen äußerst unangenehm. Damit Sie von niemandem bedrängt werden können, halten Sie sich geschäftig in Bewegung. Je mehr Sie meinen, in einem Korsett von Bevormundungen und auch Erwartungen eingezwängt zu sein, desto nervöser werden Sie. Zitternde Hände sind dann die Zeugen Ihrer inneren Erregung, auch wenn Sie Ihre momentane Anspannung gar nicht wahrnehmen. Nachts

werfen Sie sich ruhelos im Bett hin und her oder wachen mitten in der Nacht ohne ersichtlichen Grund auf und können für Stunden nicht mehr einschlafen. In solchen Fällen sollten Sie sich nicht zur Bettruhe zwingen, sondern die schlaflose Nacht nutzen, Ihre Gedanken mit einem interessanten Buch wieder einzufangen. Ein Nachtspaziergang kann befreiend und zugleich beruhigend sein. Allerdings sollten Sie die versäumten Schlafstunden nicht unbedingt während des Tages nachholen, denn sonst mag für Sie die Nacht zum Tage werden.

In einer Entscheidungsphase, in der es für Sie noch nicht abschätzbar ist, ob Sie Ihre Sonderrechte oder persönlichen Freiheiten beibehalten können, fühlen Sie sich angespannt und sind leicht reizbar. Ebenso kann ein mit Routinen angefülltes Alltagsleben Ihre geistreiche Kreativität niederwälzen. Herzrhythmusstörungen, vielleicht auch Herzrasen, sowie Nervenentzündungen zeigen Ihren Drang, sich aus einem Käfig aus Regeln, Routine und Erwartungen Ihrer Mitmenschen zu befreien. Wenn Sie Ihre beklemmende Situation nicht ändern können, werden die körperlichen Engegefühle wohl kaum verschwinden. In der Folge mag Ihr körperliches Wohlbefinden von Medikamenten abhängen. Ihren Unruhezuständen kommen Sie mit Beruhigungsmitteln allerdings wohl kaum bei.

Heilung finden Sie durch die spontane Verwirklichung von Einfällen im Alltagsleben. Eine gewisse Verrücktheit bringt Ihnen Sonderrechte ein, die Sie wahrlich genießen dürfen. Machen Sie sich bewusst, dass Sie etwas Besonderes sein wollen! Und benehmen Sie sich dementsprechend eigenwillig. Die Sonderstellung ist Ihr Platz, an dem Sie sich selbstzufrieden und mit Selbstverständlichkeit in eine Gemeinschaft einfügen. Cholerische Ausbrüche, ebenso plötzlich auftretende, juckende, sich heiß anfühlende oder rötende Körperreaktionen können Sie als Hinweis betrachten, dass Sie Ihre individuelle, "andere" Wesensnatur immer noch verleugnen - und eben nicht für selbstverständlich halten. Ihr Heilungsweg führt Sie weg von den Erwartungen und Normen anderer - und hin zu Ihrer Kreativität. Falls Sie sich in eine gesellschaftliche oder berufliche Rolle hineingezwängt fühlen, aus der es momentan kein Entrinnen zu geben scheint, könnten Sie sich im Alltag mal als Schauspieler versuchen. Versuchen Sie doch einmal mit Witz und Humor jene aufgetragene, lästige Rolle zu spielen. Wenn Ihnen beispielsweise die Vorschrift Ihres Chefs aufstößt, während der Arbeitszeit Anzug und Krawatte zu tragen, können Sie das zwar vorschriftsmäßig tun. Es steht Ihnen jedoch frei, poppig und bunt bekleidet wie ein Papagei durch die steife Büroatmosphäre zu flattern.

Bachblüten können Sie in diesem individuellen Entwicklungsprozess unterstützen. Die Blütenessenz "Wild Oat" hilft Ihnen mehr Klarheit über Ihren Platz im Leben zu finden. In Zeiten, in denen Sie befürchten, vor Anspannung zu zerplatzen, kann die Blütenessenz "Cherry Plum" dabei behilflich sein, Ihre vernunftorientierten Kontrollmechanismen zu lösen. Dann können die dahinter zurückgehaltenen Emotionen dosiert abgegeben, also in erlaubter

Weise zugelassen werden. "Cherry Plum" hilft, zwischen aufgesetzten Moralvorstellungen und selbstverantwortlichem Handeln, das auf sozialem Verständnis basiert, zu unterscheiden.

## Ihre psychische Kraft

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

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

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

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

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

*Gefühle, die uns mit Erfahrungen aus unserer Kindheit in Berührung bringen, nehmen wir oft körperlich im Unterbauch wahr. Manchmal überströmt uns von dort kommend eine wohlige Welle der Lebenslust. Vor allem dann, wenn unsere Bedürfnisse oft frustriert worden sind, schalten wir die Empfindungen in unserem Bauch möglicherweise vorübergehend ab*

*und blockieren unsere Gefühle. Dadurch verringert sich jedoch auch unsere Lebensfreude, und wir fühlen uns in der Welt nicht mehr ausreichend wohl und beschützt. Hier können uns Aura-Soma-Öle helfen. Sie haben eine schützend-heilende Wirkung auf die Energiezentren des Menschen. Besonders das orangefarbene Aura-Soma-Schock-Öl bildet einen Schwingungsschutz um unsere Gefühlserinnerungen, wenn es - nach Vorschrift - auf Bauch und linker Körperhälfte aufgetragen wird. Genaue Anwendung und Wirkungsweisen finden Sie im Buch "Aura-Soma" von Irene Dalichow und Mike Booth. Die Aura-Soma-Öle sind im Esoterikhandel erhältlich.*

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

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

## Erholung finden im Rückzug Mond im Zeichen Krebs

Sie sind ein Gefühlsmensch, und Ihre Gefühle nehmen Sie auch körperlich wahr. Sind Sie in gespannter Erwartungshaltung, dann kribbelt es Ihnen bis in die Fingerspitzen hinein; und ein persönlicher Angriff von außen trifft Sie mit einem Stich in der Magengegend. Wenn Sie eine Situation auch noch nicht verstandesmäßig erfasst haben, so können Sie Ihre Wahrnehmungen doch mithilfe Ihrer körperlichen Empfindungen gut analysieren. Allerdings passiert es Ihnen vermutlich des Öfteren, dass Sie sich durch die Stimmungen und Emotionen anderer blockiert fühlen. So kann Ihnen beispielsweise eine Beleidigung wie ein Stein auf der Brust sitzen und Sie können sich nicht schnell und angemessen dagegen wehren. Sie neigen dazu, sich in Ihrem Gefühl der Wehrlosigkeit immer mehr in ein Schneckenhaus zurückzuziehen, indem Sie Ihre eigenen Gefühle und verwundbaren Stellen nicht mehr zeigen. Somit sammeln Sie negative Gefühle wie Ihr Magen die Speisen. Dementsprechend sollten Magenverstimmungen für Sie als Hinweis gelten, gewissen Menschen mitzuteilen, wie sehr sie Sie in Ihrer Seele getroffen haben.

Wenn Sie sich aber beleidigt zeigen, blockieren Sie damit gleichzeitig auch Ihren emotionalen Fluss. Wasseransammlungen und Ödeme im Körper zeigen so einen Gefühlsstau an. Ihren Wasserhaushalt können Sie zwar mit entwässernden Medikamenten regulieren, doch die eigentliche Ursache liegt in Ihren Emotionen. Diese sollten Sie lieber mutig zeigen, auch, wenn sich so mancher Ihrer Mitmenschen daran stören sollte. Ihre Gemütsverstimmungen verfolgen Sie nämlich bis in den Schlaf hinein und stören Ihre Ruhe durch wilde Träume oder Einschlafschwierigkeiten. Um herauszufinden, was Sie tatsächlich beunruhigt, sollten Sie gleich nach dem Aufwachen Ihre Träume aufschreiben und sich

tagsüber immer wieder die Gefühle des Traumes in Erinnerung rufen. Wenn Sie bemerken sollten, dass sich in Ihnen ein Meer an Tränen und Ängsten angesammelt hat, kann Ihnen eine Psychotherapie weiterhelfen, in der Sie Ihre inneren Bilder beispielsweise mithilfe der Technik der Selbsthypnose aufgreifen können.

Erholung finden Sie im Rückzug und in der Stille. Der viel gerühmte Tapetenwechsel lenkt Sie viel zu sehr von Ihrem Inneren ab, mit dem Sie sich durch Ihren Krebsmond intensiv zu befassen haben. Die Stille sollten Sie dazu verwenden, um mit Ihrem Unterbewusstsein Kontakt aufzunehmen. Das kann geschehen, indem Sie sich beispielsweise einen Abend freinehmen und sich im Liegen bei meditativer Musik auf Ihre innere Stimmung besinnen. Nehmen Sie dann Papier und Farbe zur Hand und malen einfach, was planlos und ganz spontan momentan aus Ihnen herausströmt. Sie brauchen kein Kunstwerk produzieren, denn das Malen ist nur ein Weg, Ihre im Körper angesammelten Gefühle nach außen fließen zu lassen. Danach werden Sie sich erleichtert und viel wohler fühlen - und schaffen damit wiederum die Basis dafür gesund zu sein. Ihre Selbstheilungskräfte werden aktiviert, wenn Sie Ihrem Bedürfnis nach Geborgenheit auch nachgeben.

Durch eine ganz einfache Körperübung können Sie sich mit der Energie Ihres Krebsmondes 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 perlmuttartig schimmernden Flüssigkeit gefüllt ist. Diese perlmuttfarbene 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 Krebszeichen wird in der Astrologie als Farbe das Perlgrau oder ein bläuliches Weiß zugeordnet. Pastellfarbene Tücher, deren Farben in zartem Blau oder Grün ineinander fließen, können Sie auf Sessel und Tisch geschmackvoll ausbreiten. Sie schaffen sich dadurch eine Atmosphäre, die Ihr emotionales Wesen anspricht.

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 Orangenblütenwassers - auch bekannt als Neroli -, das dem Zeichen Krebs als Duftessenz zugeschrieben werden kann, unterstreicht unsere Sensibilität. Es ist geeignet für sinnliche Stunden und auch, wenn Sie ein drückendes Gefühl in der Magengegend verspüren.

## Gesund durch Gefühlsoffenheit

### Mond im 8. Haus

Vermutlich haben Sie im Laufe Ihres Lebens schon hinreichend gelernt, psychischen Schmerz zu ertragen. Das macht Sie so bewundernswert stark. Familiäre Konflikte haben Sie vielleicht schon in frühem Jugendalter dazu bewogen, fortzugehen. Den Anstoß zu Ihren manchmal radikalen Verabschiedungen gibt ein inneres Gefühl, eigentlich nicht gewollt zu sein. So beziehen Sie so manchen äußeren Konflikt ausschließlich auf sich und glauben, wenn Sie sich aus der Affäre herausziehen, würde für alle anderen Beteiligten wieder alles gut werden. Kinder, die in eine schwierige Familiensituation hineingeboren wurden, sind nicht selten so genannte Spei-Kinder, die die Muttermilch scheinbar nicht vertragen. Einige solcher Kinder, die diese Mondstellung haben, fühlen sich später emotional zu wenig genährt. Im Extremfall fühlen Sie sich abgelehnt und daher psychisch wie vergiftet. Daher sollten Lebensmittelunverträglichkeiten, vornehmlich auch Milchunverträglichkeit, von der psychischen Seite her beleuchtet werden.

Es mag aber auch sein, dass Sie sich von diffusen Ängsten und Beklemmungen beeinträchtigt fühlen, die aus einem Kindheitsgefühl herkommen, vom Leben nicht wirklich erwünscht zu sein. So mögen Ihnen in den verschiedensten Situationen strenge Menschen auflauern, die Ihnen die Lust am Genießen und am Wohlfühlen verbieten. Das Schuldgefühl, das auf die unerlaubte Lust folgt, ruft nicht selten eine Angst vor schlimmen Krankheiten hervor. Die werden unbewusst als Bestrafung für Lust und Vergnügen erwartet. Diese Krankheiten müssen aber keinesfalls auch eintreffen! Wer sich als Kind in der Familie ungeliebt fühlt, versagt sich unbewusst oft selbst die Liebe, die ihm entgegengebracht wird. Erkrankungen der Sexualorgane lassen darauf schließen, dass man sich selbst den sexuellen Genuss verbietet. Als Frau traut man sich vielleicht nicht, die Mutterrolle zu übernehmen, weil man sich nicht fähig fühlt, Liebe zu geben. So können hormonelle Störungen und Probleme bei der Empfängnisbereitschaft jene oft nicht bewusste Angst ausdrücken.

Heilung finden Sie, wenn Sie bereit werden, Ihrer Sehnsucht nach Liebe und Geborgenheit

nachzugeben. Vermutlich werden Sie erst durch bewusste Aufmerksamkeit bemerken, wie wenig Sie sich das erlauben. So sind Sie vielleicht in schwierige Partnerschaften verstrickt, in denen Sie sich aufgrund Ihres Schuldgefühles Dinge gefallen lassen, die Sie im Inneren verletzen. Der erste Schritt auf dem Weg zur Heilung liegt zuerst einmal darin zu erkennen, dass Sie in verschiedenen Situationen Hilfe brauchen und diese auch in Anspruch nehmen dürfen. Wenn Sie dazu neigen, alles mit sich selbst auszuhandeln, kann Ihr Weg sehr schmerzvoll sein. Dann ertragen Sie körperliche Schmerzen vielleicht sogar lieber als seelische. Ihr Heilungsweg führt Sie nach Innen. Gegebenenfalls können Sie Ihre psychischen Verletzungen auch mithilfe eines Psychotherapeuten angehen.

Sie sollten sich gleichzeitig immer mehr mit Ihrer Sehnsucht nach Intensität anfreunden. Versuchen Sie hin und wieder mal, sich vertrauensvoll dem hinzugeben, was gerade geschieht - und lassen Sie sich dabei ganz von Ihren Empfindungen leiten. Das kann beispielsweise beim Tanzen geschehen, wenn Sie sich den Emotionen übergeben, die eine Musik in Ihnen gerade auslöst. Möglicherweise sollten Sie ab und zu einen freien Raum schaffen, in dem Sie Ihre Wut lustvoll ausleben können. Lassen Sie Ihren Gedanken freien Lauf und bringen Sie denjenigen Menschen - natürlich nur in Ihrer Fantasie - zur Strecke, den Sie "aufs Blut" nicht leiden können. Hierbei kann ein Boxsandsack gute Dienste leisten, wenn Sie sich handgreiflich verausgaben möchten. Sie können aber auch einem Kissen, das die unliebsame Person verkörpert, einmal ordentlich die Meinung sagen. Sie werden vermutlich bemerken, wie viel Lust Sie dabei empfinden und wie entspannt Sie sich danach fühlen. Sie gelangen an die Quelle Ihres Wohlfühlens, wenn Sie regelmäßig die unter dem Mondzeichen beschriebene Beckenübung machen. Hierbei wirkt das schon erwähnte orangefarbene Aura-Soma-Öl unterstützend.

Was das Essen betrifft, werden Sie sich manchmal fragen, wozu der Mensch eigentlich essen muss. Ihre Essgewohnheiten ändern sich mit Ihrer Gemütsverfassung. Zeitweise essen Sie sehr gesund, dann wiederum gönnen Sie sich nichts Gutes, weil Sie sich gerade in einer selbstquälerischen Phase befinden. Ein andermal ernähren Sie sich mehr oder weniger von Genussmitteln und chemischen Zusatzstoffen aus industriell hergestellten Nahrungsmitteln. So wie Sie essen, so fühlen Sie sich auch: mal selbstachtend, dann wiederum selbstmissachtend. Abmagerungskuren ziehen Sie radikal mit einem Entweder-oder durch. Wenn Sie Diät halten, essen Sie am liebsten gar nichts - nicht, weil Sie damit den bestmöglichen Abmagerungseffekt erzielen wollen, sondern, weil Sie Ihrer Gier nach Mehr den Garaus machen wollen. Allerdings ist eine Diät nur dann wirklich gesundheitsfördernd, wenn Sie sie mit mehr selbstheilender Liebe ausführen. Heilfastenkuren haben nur dann den gewünschten psychischen Reinigungseffekt, wenn Sie sich damit bewusst etwas Gutes tun. Sie können sich mit radikalen Gesundungsmaßnahmen auch schaden, vor allem dann, wenn dahinter selbstbestrafende oder trotzig Tendenzen stecken.

## Bedürfnis und Vergeistigung Mond Sextil Uranus

Zeitweise tut es Ihnen besonders gut, mit ein paar interessierten Freunden ungebunden in Urlaub zu fahren. Ein Wochenende außerhalb Familie oder Partnerschaft, an dem Sie Ihren Interessen nachgehen, 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. In Zeiten, in denen Sie sich beziehungsmäßig sehr vereinnahmt fühlen, schaffen Sie sich durch übersteigerte Aktivität einen Freiraum. In solchen Phasen drehen Sie sich wie ein Wirbelwind, um ja nicht greifbar zu sein. Je bedrohlicher Ihnen die Vereinnahmung erscheint, desto dynamischer werden Sie. Das Ganze kann sich überdrehen und mit einem plötzlichen Zusammenbruch zum Stoppen kommen. 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.

Aufgrund Ihrer inneren Angespanntheit ist es nicht verwunderlich, wenn Sie einen sehr empfindlichen Magen haben, der des Öfteren übersäuert ist. So vertragen Sie Stoffe schlecht, die die Magenschleimhäute reizen - wie etwa Kaffee oder Nikotin. Vermutlich leiden Sie in regelmäßigen Abständen an einem verdorbenen Magen. Das tritt z.B. dann auf, wenn Sie sich gerade besonders vereinnahmt oder bedrängt fühlen. Nichts macht Sie nervöser als das Gefühl, für jemanden verfügbar zu sein. Schon als Kind haben Sie wohl erfahren, dass die Nähe und Zuneigung anderer um den Preis Ihrer Selbstständigkeit geschieht. Diesen Eindruck tragen Sie auch heute noch mit sich herum. Deshalb achten Sie mit äußerster Sensibilität auf Ihre Unabhängigkeit. Und das entfremdet Sie zeitweilig auch wieder Ihren lieb gewonnenen Gewohnheiten und Partnerschaften. Wenn Sie sich durch ein "Ich muss" fremdbestimmt fühlen, neigen Sie auf körperlicher Ebene zu Abwehrreaktionen. Die machen sich beispielsweise als harmlose Hautausschläge bemerkbar - Hautausschläge, die dann wieder verschwinden, wenn Sie sich von Ihrem psychischen Stress erlöst haben. In vermeintlich unveränderbaren Situationen, in denen Sie sich von anderen bevormundet oder verpflichtet fühlen, können Herzrhythmusstörungen Ihre innere Beengtheit anzeigen. Sie streben zwischendurch nun mal einen eigenen Rhythmus an - denn sie setzen das mit Unabhängigkeit in Verbindung und drücken diese damit auch aus.

Sie brauchen im Alltag Ihre persönlichen Freiräume, die Sie sich garantieren sollten.

Vielleicht möchten Sie erst einmal in Ruhe gelassen werden, um sich von 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 sich sicher sein können, nicht von anderen mit deren Belangen überfallen zu werden.

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 Hingabe

### Mond Trigon Neptun

Sie sind besonders empfindsam für Stimmungen, die in der Luft liegen. Vielleicht merken Sie, dass Sie sich von den Launen Ihrer Mitmenschen leicht beeinflussen lassen. Abgrenzung fällt Ihnen nicht leicht, sodass Sie zeitweise nicht mehr so genau wissen, wessen Gefühl Sie gerade ausleben. Jede Person, mit dessen Schicksal Sie sich identifizieren, stellt einen Teil Ihrer eigenen Vergangenheitserfahrungen dar - ein Teil, der Sie möglicherweise heute noch schmerzvoll belastet. Die Erinnerung daran liegt in Ihrem Unterbewussten. Am besten können Sie sich wieder regenerieren, wenn Sie sich zeitweise in die Stille zurückziehen. Dann legen Sie sich ein wenig zur Ruhe und beobachten bewusst die Gedanken und Träume, die Ihnen im Halbschlaf so kommen. Vielleicht werden Sie sich das eine oder andere Bild merken können. Das sollten Sie sich später notieren. Mit der Zeit werden Sie durch die Beschäftigung mit Ihren inneren Bildern einen Zugang zur Sprache Ihres Unterbewussten finden.

In Phasen von Niedergeschlagenheit, in denen Sie nicht so recht wissen, was Sie bedrückt, kann Malen eine Möglichkeit sein, um Ihre inneren Bilder zu veranschaulichen. Allerdings sollte das Malen nicht zur Anstrengung werden, sondern ohne Ziel und nur als Farbenspiel betrieben werden. Meditative Musik wirkt auf Sie entspannend. Vielleicht können Sie auch mit Tanzbewegungen verborgene Gefühlsschätze ans Licht heben. Geschichten oder

Gedichte, die Sie entweder selbst verfassen oder ergriffen lesen, beschreiben gleichzeitig auch einen Ihrer Gefühlszustände. Sie finden Heilung, wenn Sie lernen, diejenigen Gefühle auszudrücken, vor denen Sie am liebsten davonlaufen.

Zeitweise fühlen Sie sich von einer Sehnsucht überwältigt, die Sie vermutlich nicht so recht einordnen können. Möglicherweise entfliehen Sie hin und wieder in eine Traum- oder Fantasiewelt. Sie sehnen sich nach einer heilen Welt, in der Sie mit Ihren Mitmenschen symbiotisch mitschwingen können. Das wird aber wohl selten der Fall sein - sodass Sie sich manchmal ganz in sich zurückziehen oder nach Möglichkeiten suchen, aus der beklemmenden Realität auszubrechen. Krankheiten, meistens infektiöser Art, bieten in solchen Fällen eine Rückzugsmöglichkeit in die Stille. In Fieberschüben entfliehen Sie in Ihre Innenwelt. Vielleicht haben Sie auch zeitweise visionäre Vorstellungen. Diese sollten Sie für später aufschreiben und deren Botschaft zu entschlüsseln versuchen. Besonders vorsichtig sollten Sie mit Drogen aller Art umgehen. Wahrscheinlich kennen Sie die Angst, von Leid und Schmerz überwältigt zu werden. Das lässt Sie möglicherweise zu sedierenden Mitteln greifen, die eine Suchtgefährdung einschließen. Deshalb bitte nicht schon bei leichten Schmerzempfindungen zu Schmerzmitteln greifen! Beispielsweise verfliegen so manche Kopfschmerzen wieder, wenn Sie sich an die frische Luft begeben, eine Ruhepause einlegen oder Akupressurpunkte massieren. Auch Alkohol ist eine Droge und wird gefährlich, wenn er in depressiven Gemütsverfassungen zur Entspannung oder Ablenkung getrunken wird.

Ihre Sehnsucht, sich in einer Seelengemeinschaft aufgehoben zu fühlen, finden Sie in religiösen Ritualen oder in Meditationen möglicherweise gut aufgehoben. Weil Sie jedoch dazu neigen, sich der Wirklichkeit zu entziehen, sind vor allem Meditationstechniken ratsam, die die Verbundenheit mit dem Körper und vor allem mit den unteren drei Chakren betonen. Für Sie ist es wichtig, Ihre Sehnsucht auch im Körper zu spüren. Das lässt Ihr Unterbewusstsein allerdings nur zu, wenn Sie sich zuvor geerdet haben. Diese energetische Erdung können Sie ganz einfach mit einem minutenlangen Stampfen - beispielsweise zu Trommelmusik - erzielen: dabei leiten Sie all Ihr Gewicht und Ihre Kraft breitbeinig und über die gesamte Fußsohle in die Erde ab. Stellen Sie sich vor, dass Sie ein breites, überdimensional großes Gefäß haben, das bei jedem Auftreten schwabbelt und mitschwingt. Auch in depressiven Abkapselungsphasen hilft das Stampfen, durch das Sie Ihre abgeschnittenen Emotionen wieder spüren können. Auch auf Spaziergängen können Sie sich Ihr Körperempfinden wieder bewusst machen: indem Sie frische Luft mit der Vorstellung einatmen, dass Sie dabei den ganzen Kosmos in sich aufsaugen. Wenn Sie dabei noch barfuß gehen oder in der weichen Erde herumwaten, leiten Sie das Aufgenommene wieder zur Erde zurück. So können Ihre Empfindungen wieder Wirklichkeit werden. Vor allem werden Sie im geerdeten Zustand feststellen, dass jeder Schmerz auch wieder aufhört und alles Leid ein Ende findet - wenn auch nicht auf Dauer.

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

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

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

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

*Vermutlich haben Sie schon des Öfteren so genannte Zahnträume gehabt, in denen Ihnen voller Entsetzen ein Zahn ausgefallen ist oder die Zähne zu faulen begannen. Solche Träume bedeuten häufig, dass wir eine notwendige Veränderung ahnen, doch unsere saturnischen Kräfte diese psychische Umwälzung verhindern möchten. Je 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 durch Willensäußerung

### Saturn im Zeichen Widder

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

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

Zorn und Wut stauen sich auf diese Weise an - eine Weise, die Sie auf körperlicher Ebene mit unsensiblen Verhalten gegenüber sich selbst und anderen ausagieren könnten. Dann sind Sie verletzungsgefährdet oder schusselig. Migräne und Kopfschmerzen, ebenso Verspannungen im Kopfbereich und Zähneknirschen in der Nacht sind nicht selten Folge unausgesprochener Frustrationen und Ärgernisse. Je mehr Sie sich zur Selbstlosigkeit zwingen, desto mehr fürchten Sie den Kampf der Selbstbehauptung - und sind innerlich am Platzen. Sie haben das Gefühl, dass Sie niemals das bekommen, was Sie sich wünschen - möglicherweise auch nicht in sexueller Hinsicht. So geben Sie sich entweder sehr beherrscht oder benehmen sich wie ein Elefant im Porzellanladen, der allerdings auch nicht zu dem kommt, was er ursprünglich wollte. Im Extremfall werden Ihre Instinkte und Triebe für Sie sehr bedrohlich und als psychische Sicherung tauchen Einschränkungen in Ihrer Beweglichkeit auf. Verstauchungen, Verkrampfungen und auch Verschlüsse von Körperröhren zeigen Ihren psychischen SOS-Zustand an. Körperliche Blockaden sind in der Regel ein Hinweis, dass Sie von irrationalen Ängsten beherrscht sein könnten, durch die sich die reale Lebenssicht trübt. Damit Sie Ihren Ängsten ins Auge blicken können, bedarf es einer psychischen Erdung.

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

Erdgeschoss hinunter. Während sich in Ihrer Vorstellung der Aufzug bewegt, entspannen Sie Ihre Dammuskulatur.

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

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

### Heilungsaufgabe: Körpervorgänge verstehen lernen Saturn im 3. Haus

Der Saturn steht im übertragenen Sinne für die soziale Veranlagung des Menschen, Dorfgemeinschaften oder Staaten zu bilden. Das Haus, in dem der Saturn steht, weist uns darauf hin, in welche Lebenslehre wir noch gehen müssen, um unsere Persönlichkeit zu vervollkommen. In Ihrem Falle gehen Sie in die Lehre des weisen Beraters, der die Vorgänge in der Welt studiert hat und dem König - gemeint ist Ihr höheres Selbst - mit seinem Wissen unterstützend zur Seite steht. So einem Weisen genügt es nicht, nur schemenhaft über eine Sache Bescheid zu wissen. Im Grunde genommen weiß er, dass er nichts weiß. Das spornt ihn dazu an, seine Allgemeinbildung zu vertiefen. Trotz Wissen und Bildung schätzt man sich mit dieser Saturnstellung häufig als ein Zu-wenig-Wissender ein. Das ist der Ursprung des saturnischen Leidens, das man mit dieser Saturnstellung durchmacht. Beim Kind mag sich das in einer Sprachstörung oder auch mit legasthenischen Anklängen zeigen. Schon früh lernt ein solcher junger Mensch, dass er sich im intellektuellen Bereich mehr als andere anstrengen muss. Manchmal sind Geschwister der Ansporn, mehr wissen zu wollen - Geschwister, die scheinbar immer schlauer sind als man selbst. Vielleicht stellen Sie an sich fest, dass Sie sich innerlich zu harten Prüfungen im Bereich des Planens und Wissens getrieben fühlen, die Ihnen schlaflose Nächte bereiten und Stresssymptome verursachen. Beispielsweise zwingen Sie sich immer wieder zur öffentlichen Rede, auch wenn Sie vor lauter Herzklopfen jedes Mal befürchten, keinen Ton rauszukriegen.

Körperliche und psychische Blockaden sind sehr häufig ein Ergebnis unserer Ängste. Angst will uns im positiven Sinne vor Übermut bewahren. Im negativen Sinne, also auch bei der Überbetonung des Saturns, verhindern unsere Ängste unser Lebendigsein! Ihr Saturn ruft Sie dazu auf, Ihr inneres Wesen verständlich zu machen. Gemeint sind Ihre Gefühle, Ihre persönlichen Anliegen und auch Ihre Bedürfnisse. Solange Sie die nicht eindeutig klarstellen und vermitteln, sind Sie rastlos und nervös - und liefern sich stets neuen Stresssituationen aus, denen Sie sich eigentlich nicht gewachsen fühlen. Nach außen hin machen Sie sicherlich einen souveränen, intellektuellen Eindruck, der sich jedoch mit Ihrer Selbsteinschätzung nicht deckt. So kommt es in Ihrer Selbstüberforderung zu Atembeschwerden, ebenso zu Zittern oder Koordinationsschwierigkeiten des Bewegungsapparates. Beschwerden, Krankheiten und auch das, was Sie immer wieder in Ihrem Leben zu blockieren scheint, sollten Sie als Hinweis betrachten, dass Sie zu wenig auf Ihre innere Stimme hören, die Ihr wahres Wissen ist. Ihre Vernunft kann Sie nämlich auf Lebenswege geleiten, die nicht Ihrem Gesamtwesen entsprechen. Wenn Sie sich wieder mehr von Ihren Gefühlen und weniger von Ihrer Logik leiten lassen, werden Sie merken, dass Sie sich gar nicht so anstrengen müssen, um verstanden und akzeptiert zu werden.

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, all das zu registrieren, was in Ihrem Körper und in Ihrer Psyche vor sich geht. Werden Sie zum Beobachter und machen Sie eine Wissenschaft daraus! Das bringt die Erfahrungen, die Sie zur persönlichen Reife und Weisheit hinführen. Und die können Sie Ihren Mitmenschen in der Funktion des Beraters weitergeben.

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 kann meinen eigenen Wahrnehmungen vertrauen." oder "Mein Wissensschatz liegt in mir.". 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.

## Unser Reizleitungssystem

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

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

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

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

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

*Das uranische Energiezentrum sitzt im so genannten Stirnchakra. Dieses Chakra wird bei manchen Meditationsformen als das dritte Auge bezeichnet. Es sitzt zwischen den Augenbrauen, oberhalb der Nasenwurzel im Inneren unseres Kopfes.*

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

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

### Uranus im Zeichen Jungfrau

Ihre Uranus-Kräfte rebellieren, wenn Sie eine Zeit lang Routine und Alltagstrott aus Bequemlichkeitsgründen in Ihr Leben gelassen haben. Wenn Ihnen die gewohnten Lebensrituale schon gar nicht mehr auffallen, werden Sie bestimmt durch unvorhergesehene Zwischen- oder Störfälle wieder wachgerüttelt. Möglicherweise begehren Sie in einer Art und Weise auf, die gar nicht so rebellisch wirkt, mit der Sie aber doch das gesamte Alltagsgeschehen kurzerhand total umkrempeln. Meistens scheint eine aufkommende Unzufriedenheit aus der Ecke des täglichen Zusammenlebens zu stammen. Dann haben Sie womöglich mit Ihrem allzu ordentlichen oder völlig unordentlichen Nachbarn Krach. Ebenso können Arbeitskollegen Ihren Unmut verursachen. Eventuell zwingen psychosomatische Funktionsstörungen Sie zu einer Neuorientierung Ihrer bisherigen Lebensform.

Sollten Sie gesunde Ernährung und körperliche Fitness vernachlässigen, könnten Gesundheitsprobleme oder Unverträglichkeiten Sie eines Besseren belehren. Sie neigen nämlich dazu, sich zu wenig Zeit für Ihre körperliche Gesundheitspflege zu nehmen. Es ist daher gut möglich, dass Sie sich von Fastfood oder nicht vollkostorientiertem Kantinenessen ernähren. Bei allen körperlichen Störungen und Erkrankungen sollten Sie in erster Linie Ihre täglichen Essgewohnheiten kritisch begutachten und sich nach neuesten Gesundheitslehren richten. Auch wenn Sie sich mit gesunden Rezepten bekochen, bleiben Tierhaltung und die Anbauweise von Nahrungsmitteln nicht ohne Einfluss auf Ihre Gesundheit. Das technische Zeitalter hat Sie mit seinen Multimediatechnologien womöglich voll im Griff, sodass Bewegung und frische Luft vielleicht ein wenig zu kurz kommen könnten. Verschiedenste Verdauungsbeschwerden können Sie darauf hinweisen.

Sie werden zufriedener und gelassener werden, wenn Sie Ihren Alltagsroutinen gelegentlich umkrepeln. Probieren Sie zur Abwechslung immer mal wieder verschiedene Lebensweisen aus: Schlafen Sie beispielsweise mal im Schlafsack oder auf der Couch. Bleiben Sie kreativ, was die Gestaltung Ihres täglichen Lebens betrifft. Sie können Ihre Wohnung exklusiv neu gestalten oder auch verschiedene Kochrezepte ausprobieren. Die Arbeit wird ebenfalls viel mehr Spaß machen, wenn Sie Ihre kreativen Einfälle miteinbringen. Sie fühlen sich im Arbeitsleben viel ausgefüllter, wenn Sie für die Gestaltung Ihres Arbeitsprogrammes so viel Freiraum wie möglich ergattern. Alle Formen fließbandähnlicher Beschäftigungen machen Sie auf die Dauer ungeduldig, nervös und gereizt. Eintönige Beschäftigungen könnten Sie zu Sprunghaftigkeit oder Unkonzentriertheit veranlassen. Sie werden sich viel wohler fühlen, wenn Sie sich in Ihrem Alltag reichlich Abwechslung schaffen.

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 Findung eigener Werte

### Uranus im 9. Haus

Sie möchten unbedingt Ihre ganz persönliche Lebensphilosophie herausfinden. Das bringt Sie dazu, gelegentlich gegen den Strom der Massen zu schwimmen. Möglicherweise glauben Sie, Ihre Individualität zu finden, indem Sie nicht so denken, wie all die anderen. Solange Sie jedoch Ihre persönliche Lebensphilosophie noch nicht herausgefunden haben, begeben Sie sich vielleicht auf Gegenkurs, nur um nicht in der Menge unterzugehen.

Auf der Suche nach dem Sinn des Lebens begegnen Sie immer wieder Heilslehren, Hiobsbotschaften und modernsten Erkenntnissen. Weil verschiedene Menschen unterschiedliche Wertmaßstäbe anlegen, haben Sie zeitweise den Eindruck, niemals das einzig Richtige herauszufinden. Möglicherweise konnten sich schon Ihre Eltern nicht einigen, wenn es um Glaubensfragen, Bildungsrichtungen oder politische Ansichten ging. Schon damals setzten Sie sich in die Nessel, wenn Sie sich für eine elterliche Partei entschieden hatten. Deshalb möchten Sie sich auch heute nicht in ein Schema von Überzeugungen hineinpressen lassen. Sobald jemand einen Treueid von Ihnen fordert, werden Sie sehr unruhig und versuchen sich aus der Affäre herauszuwinden. Wenn Sie aber keine Farbe bekennen, scheint irgendwann einmal alles relativ zu werden. Das könnte Sie von der Hoffnung abbringen, doch einmal einen Sinn im Leben herauszufinden. Aus solchen Sinnkrisen heraus könnten Sie einen angefangenen Lebensweg plötzlich wieder abbrechen, weil Sie von Tatsachen ernüchert Ihren Enthusiasmus aufgeben haben.

Solche Sinnkrisen können Ihre Gesundheit und Ihren Frohsinn stark angreifen. Eventuell zieht das Krankheiten nach sich. Beispielsweise können Allergien gegen Tierhaare oder Blütenpollen auftauchen, wenn Ihnen die Mühsal zu groß wird, ein in der Vergangenheit beschlossenes Ziel durchzusetzen, das Ihren heutigen Wertmaßstäben nicht mehr entspricht. Solche allergischen Anfälle können aber durch die Veränderung der persönlichen Situation wieder verschwinden. Darmentzündungen, aber auch Störungen durch Schilddrüsenüberfunktion werden vielleicht dann in Erscheinung treten, wenn Sie nur noch am Rudern sind und eigentlich keine Ahnung mehr haben, weshalb Sie sich das antun. Je mehr Sie sich in die Etikette von Sollen und Müssen gedrängt sehen, desto mehr könnte Ihr Körper für Sie rebellieren. Harmlose Bindegewebsknötchen oder auch Überbeine können auch als Auswüchse Ihres Wunsches betrachtet werden, sich endlich der Maske zu entledigen, die Ihren Unabhängigkeitswillen unterdrückt. Ihr innerer Führer meldet sich also durch übersteigerte körperliche Abwehrreaktionen.

Sie kommen durch einfache Meditationsübungen mit Ihrem inneren Führer, oder auch Höherem Selbst, in Kontakt: Setzen Sie sich bequem, aber aufrecht vor eine brennende Kerze. Schauen Sie etwa 1/2 Minute konzentriert und bewusst ins Kerzenlicht hinein. Schließen Sie dann Ihre Augen und lassen Sie das Kerzenlicht vor Ihrem inneren Auge wieder auftauchen. Sobald Ihr inneres Licht wieder verschwunden ist, können Sie mit geöffneten Augen wieder ins Kerzenlicht schauen und die Konzentrationsübung wiederholen. So eine Lichtschau von mindestens zehn Minuten kann Sie im Laufe der Zeit zu Ihrem inneren Wissen hinführen. Dann bringen die verschiedenen Sichtweisen Sie sich nicht mehr so leicht durcheinander - und Sie folgen der eigenen Auffassung.

## Unsere Diffusionsprozesse

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

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

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

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

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

*Neptunische Erkrankungen schleichen sich ein und könnten uns fast unmerklich Stück für Stück unseren Lebenswillen wegnehmen. Ziel unserer neptunischen Kräfte ist nämlich die Auflösung grober Stoffe zur Feinstofflichkeit. Das mag in unserem grobstofflichen Körper fatale Auswirkungen haben. Weil die neptunische Komponente in uns aber ein Ventil*

*braucht, sollten wir uns im neptunischen Sinne psychisch und spirituell immer mehr für die Liebe öffnen. Neptun lebt dort, wo wir die Menschen und die Natur lieben - dort, wo wir die Dinge ihrem Wesen nach verstehen. Sie öffnen sich in neptunischer Weise, wenn Sie alles um sich herum wertfrei aufnehmen und auf sich wirken lassen. Das kann ein Musikstück sein, das Ihre Träume und Fantasien erweckt, ebenso Naturphänomene wie etwa das Rauschen der Blätter, Farbenspiele oder die Berührungen des Windes auf der Haut. Allem, das Sie einst berühren durften, werden Sie mit einem anderen Bewusstsein begegnen, mit einer Liebe, in der die Achtung vor der Schöpfung zum Ausdruck kommt.*

## Beeinflusst durch Vergangenheit

### Neptun im Zeichen Skorpion

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: Es ist gut über magische Kräfte zu verfügen, mit denen man sein Schicksal positiv beeinflussen kann. Sie hoffen, anhand von Omen oder Zeichen zukünftige Entwicklungen erkennen zu können. Neptun beschreibt jedoch unsere Vision und nicht die Realität. Sie ahnen, dass Sie von höheren Mächten gezogen werden, gegen deren Einfluss Sie nicht viel unternehmen können. Sie werden schicksalhaft von Ihrer Vergangenheit und der Ihrer Vorfahren geprägt. Hierin erkennen Sie die Grenzen Ihrer Sehnsucht, innerhalb derer Sie eine heile Welt erschaffen wollen. Deshalb können desillusionierende Faktoren - auch aus dem Alltag - Enttäuschungen auslösen. Die wiederum rufen neptunische Fluchtendenzen hervor, mit denen Sie der unliebsamen Wirklichkeit entkommen wollen. Eine Krankheit kann dann eine Erlösung aus momentan sehr belastenden Situationen bieten.

Ihr Neptunzeichen lässt auf eine große Befähigung zur Intuition und auf eine tiefe Erkenntnisfähigkeit schließen: Sie wollen hinter Tatsachen, äußeren Strukturen und Traditionen einen Symbolgehalt erfahren. Sie werden aber wahrscheinlich nur dann auf Ihren Instinkt hören, wenn Ihre Sehnsucht, den Bauplan der kosmischen Ordnung zu durchblicken, am größten ist. Gleichzeitig sind Sie aber schmerzvoll berührt, weil Sie erkennen, dass Sie an Ihrem persönlichen Schicksal und am schicksalhaften Weltenlauf nichts ändern können. Erlösung finden Sie, wenn Sie sich mit der Geschichte Ihrer Vergangenheit und Ihrer Ahnen auseinandersetzen. Hierbei werden Sie immer besser verstehen, was es für Sie persönlich gilt, an Schicksalhaftem und Ererbtem anzunehmen. Je mehr Sie sich gegen Ihre persönliche Vorsehung wehren, desto geschwächerter könnten Sie sich in Ihrer Lebenskraft und Zuversicht fühlen. Das kann auf die Dauer auch krank machen.

Manche körperlichen Mängel könnten in Ihnen das Gefühl erwecken, mit einem Fluch versehen zu sein. Das mag bei chronischen Leiden, aber auch bei Problemen in der Fortpflanzung oder bei suchtvähnlichen Erscheinungen aufkommen. Solche Krankheiten könnten Ihnen die Notwendigkeit aufzeigen, Ihre Lebensweise so zu verändern, dass Sie unter möglichst günstigen Bedingungen damit zurechtkommen können. Wir sind in eine Zeit hineingeboren worden, in der Umweltverschmutzung und chemische Kunstprodukte unseren Körper stark belasten. Wir sind von Anfang an nicht in gesunde Umweltbedingungen hineingeboren worden. Wir haben aber die Aufgabe, aus den entstandenen Bedingungen die besten Lösungen zu erforschen.

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

### Neptun im 12. Haus

Sie sind in den Clan Ihrer Vorfahren eingebettet und merken das an besonderen Eigenschaften oder Fähigkeiten, durch die Sie mit Ihren Ahnen verglichen werden. Nicht selten erleben wir - vor allem als junger Mensch - so genannte Entgrenzungen, durch die wir uns der realen Welt völlig enthoben fühlen. Beispielsweise erinnern wir uns an ein

Kindheitserlebnis, das uns traumhaft auf einen anderen Planeten versetzt hat und uns mit Wesen in Kontakt treten ließ, die wir sonst in der realen Welt nicht wahrnehmen können. Weil solche Visionen sehr unrealistisch klingen, sind unsere Erzählungen wohl auch nicht ernst genommen worden. Irgendwann aber erfahren wir, dass ein Vorfahr entweder helllichtige Fähigkeiten hatte, sich mit Wahrträumen herumschlagen musste oder tiefe, religiös-spirituelle Eingebungen hatte. Vielleicht sind wir auch zu einem Tagträumer geworden. Mit dieser Neptunstellung sind Sie nun der leibhaftige Vertreter Ihrer Ahnen, die mediale Fähigkeiten hatten, doch wahrscheinlich damit nicht recht ernst genommen wurden. Sie haben nun die Aufgabe, jene intuitiven Kräfte ins rechte Licht zu rücken. Damit haben Sie eine Erlösungsfunktion übernommen.

Wenn Ihre visionären Erlebnisse als Hirngespinnste abgetan werden, schmerzt Sie das Unverständnis der anderen. Das kann Sie - vor allem als junger Mensch - dazu veranlassen, Methoden herauszufinden, mit denen Sie dem Fremdheitsgefühl entfliehen können. Krankheiten bieten nicht selten eine Möglichkeit, sich dem Treiben und der Missachtung anderer zu entziehen. Manche Menschen erzählen von einem Fiebertraum, in dem sie seelisch ihren Körper verlassen haben. Solche Entgrenzungserlebnisse sind in der Regel mit beglückenden Gefühlen versüßt, die allerdings auch den Wunsch nach mehr Glückseligkeit erwecken. Unser Unbewusstes mag deshalb eigenartige Mechanismen in uns in Gang setzen, um uns an solche Glücksgefühle heranzuführen. So könnten wir in Phasen von Unzufriedenheit oder in Momenten der Bedrängnis dazu neigen, schwach, krank, schwindelig, abwesend oder fiebrig zu werden. Vielleicht neigen wir aber auch dazu, unter nervlicher Belastung - die meist mit dem tiefer sitzenden Gefühl zusammenhängt, nicht verstanden zu werden oder "nicht richtig zu sein" - zu enthemmenden Mitteln zu greifen: Alkohol, Schmerzmittel, Schlafmittel oder entkrampfende Drogen. Weil wir uns durch solche Mittel entlastet fühlen, sind wir natürlich besonders suchtfährdet!

Allergien, Überempfindlichkeitsreaktionen, allergische oder neurodermitische Hautausschläge und asthmatische Atembeschwerden sind körperliche Botschaften, die andeuten, wie empfindsam Sie sind - und wie wenig Sie sich erlauben, so zu sein. Solche und ähnliche Empfindlichkeiten bringen Sie aber dazu, besonders auf sich aufzupassen und sich vor groben Umwelteinflüssen - wie Giftstoffen, synthetischen Stoffen, nervlichen Belastungen - zu schützen. Durch solche Empfindlichkeitsreaktionen Ihres Körpers erfahren Sie auch, dass Sie in unserer meist unsensiblen Welt eine Nische finden müssen, wo Sie mit Ihrer empfindsamen Art zufrieden, gesund und glücklich leben können. Ihre körperlichen Beschwerden helfen Ihnen dabei, sich dem so genannten "Normalen" zu entziehen. So kommen Sie auf Ihrer Suche nach gesundheitsfördernden Lebensbedingungen immer mehr zu sich selbst. Ihr Körper bestätigt Ihnen mit seinen Symptomen, ob Sie sich einen Platz herausgesucht haben, an dem Sie auch liebevoll und feinfühlig sein können.

Sie sind ein kreativ begabter Mensch, der uns alle mit seinem Feingefühl inspirieren kann. Singen Sie, tanzen Sie oder suchen Sie Ihren Ausgleich mit Musik oder mit Malen. Ihre Kreativität braucht sich nicht in Kunstwerken zu äußern. Sie enthält vielmehr die Fähigkeit, tief mit sich selbst verbunden zu sein, um dann die inneren Impulse fließen zu lassen. Damit verfügen Sie über die Gabe, Sehnsüchte auszudrücken, die unser Menschsein erhellen. Ihr Einfühlungsvermögen und Ihre Fantasie ist ein Geschenk für Ihre Mitmenschen, solange Sie sich nicht märtyrerhaft mit allen möglichen Leiden in der Welt selbst identifizieren. Sonst könnte Selbstaufopferung die Folge sein: weil Sie dann über Bemitleidetwerden einen sozialen Kontakt herstellen, in dem Sie sich beachtet und angenommen fühlen. Sie werden sich aber viel besser fühlen, wenn Sie stattdessen Ihr Einfühlungsvermögen dafür einsetzen, anderen in ihrer Not zu helfen. Jede Hilfe, die Sie anderen zukommen lassen, trägt mit dazu bei, Sie von dem tief vergrabenen Gefühl zu erlösen, verlassen zu sein und ausgegrenzt oder nicht verstanden zu werden. Damit Sie sich aber nicht hilfreich selbst aufopfern und darüber vergessen, dass auch Sie noch eigene Wünsche und Sehnsüchte haben, sollten Sie sich selbst Ihrer Individualität immer wieder gewahr werden. Dazu ein machtvoller Tipp: Singen Sie wenigstens einmal am Tag am besten morgens vor dem Spiegel Ihren Namen. Singen Sie ihn liebevoll und so, wie Sie ihn gerne auch von anderen hören würden.

## Verletzen und Empfindsamsein

### Mars Sextil Neptun

Am kraftvollsten fühlen Sie sich in einer Gruppe mit einer gemeinsamen Vision, den Menschen zu heilen. Es ist gut möglich, dass Sie dabei zu einem Anführer einer Unternehmung erkoren werden - und sich vor allem mit Motivationskraft und weniger mit strategischem Können oder Muskelkraft auszeichnen. Daher brauchen Sie Hintermänner, die Ihnen mit praktischen Lösungen tatkräftig zur Seite stehen. Im Alleinkampf sind Sie schwach. Das zeigt Ihnen Ihr Körper durch eine labile Körperabwehr und durch eine Neigung zu Infekten. Die Angst davor, sich beweisen zu müssen, deuten Muskelschwäche, Sehnscheidenentzündungen, oder Schwächeanfälle an. Solange Sie Kompetenzen verteilen, gelingen Ihre Unternehmungen. Sobald Sie aber die Zügel der Macht an sich reißen, überkommen Sie Alpträume, die Ihre geheime Angst, zu versagen, versinnbildlichen.

Ohne kollegiale Unterstützung oder einer Schar von bereitwilligen Helfern fühlen Sie sich überfordert. Sie sind dann wie gelähmt und folglich antriebsschwach und depressiv. Aus Rücksicht sagen Sie nicht gerne "Nein". Lieber schicken Sie eine Vorhut voraus, die Sie vor Gegenwehr schützt. Andernfalls lassen Sie sich zu viel gefallen. Wut taucht in Ihnen auf, die dann in Affekthandlungen überschäumt, in denen Sie sich selbst nicht mehr wahrnehmen. Doch erst über körperliche Schmerzen empfinden Sie Ihr seelisches Leid, das Sie als

solches nicht ertragen wollen. Weil aber Ihr Körper besonders schmerzempfindlich reagiert, könnten Sie vorschnell zu Schmerzmitteln oder anderen betäubenden Drogen greifen.

Ihr Vertrauen in Ihre Kraft wird durch Methoden gestärkt, durch die die Energiezentren im Körper - die Chakren - aktiviert werden. Das kann mit Kundalini-Meditationen geschehen, ebenso mit Kult-Tänzen, beispielsweise im afrikanischen Stil. Hier wird die Urenergie aus der Erde durch unseren Körper hindurch gelenkt. Chakrenheilungen sollten allerdings von einem erfahrenen Lehrer angeleitet werden. Auch durch Sport werden wir energetisch aufgeladen. Allerdings sollten Sie mehr Gewicht auf fließende Bewegungen geben, durch die Sie in der körperlichen Mitte zentriert werden, als auf Muskelkraft. Dazu eignet sich Tai-Chi oder Joga. Psychisch zentriert, wissen Sie, wen Sie kraftvoll unterstützen wollen. Dann ziehen Sie andere fast magisch in Ihren Bann.

Die Schwingungen von Bachblüten-Essenzen lösen Energietaus auf. Die Bachblüte "Cherry Plum" hilft bei Situationen, in denen wir überreizt aus der Haut fahren wollen, weil wir aus Rücksicht unsere Impulse zurückgehalten haben. Die Bachblüte "Hornbeam" richtet unsere Aufmerksamkeit auf Dinge, die uns Selbstbestätigung und Kraft vermitteln.

## Unser Erbe

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

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

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

*greifenden Wandlungen unserer Lebensgewohnheiten wird manchmal deutlich, wenn wir fast panisch befürchten, von einer schlimmen Krankheit befallen zu werden. Auch wenn der ärztliche Befund unsere Gesundheit diagnostiziert, sollten wir uns mit unserer Angst befassen - denn hier enthüllt unser Unbewusstes, dass wir seit einiger Zeit auf Sparflamme leben, wohingegen wir uns eigentlich nach mehr Intensität sehnen.*

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

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

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

## Lebendigsein durch Anpassung an Rhythmen

### Pluto im Zeichen Jungfrau

Ihre plutonische Kraft treibt Sie dazu an, Vorgänge in Ihrem Inneren und im Außen zu studieren. Ihre scharfe Beobachtungsgabe wird Sie auf Zusammenhänge zwischen Umwelteinflüssen und Gesundheit hinweisen. Je tiefer Sie in die Funktionsweisen der materiellen Welt eindringen, desto deutlicher nehmen Sie wahr, dass wir Menschen unausweichlich Einflüssen und Rhythmen der Natur unterliegen. Gesetzmäßigkeiten werden Sie so unumgänglich empfinden, dass Sie immer mehr dazu übergehen werden, einer natürlichen Lebensführung und der Naturmedizin zu vertrauen.

Die Erkenntnis der Unausweichlichkeit, mit der wir Prozessen in unserer Umwelt ausgesetzt

sind, kann auch Ängste mobilisieren, die uns bewusst machen, dass unser Körper nur ein funktionierender Organismus ist, dessen Endlichkeit wohl schon im Erbgut programmiert ist. Die Angst vor unserem natürlichen Ende aktiviert unseren Erfindergeist, mit dem wir nach Methoden suchen, die unser irdisches Dasein verlängern sollen.

Wir sind dazu aufgerufen, Krankheit nicht als ein Versagen unserer körperlichen Funktionen allein zu sehen: Auch unsere Psyche hat einen maßgeblichen Einfluss auf unsere Gesundheit. Auch Stimmungen sind Energiefelder, die sich in unserem Körper ausbreiten. Ständig werden wir von Energien beeinflusst, die unsere Mitmenschen aussenden. Ebenso sind wir vielfältigen Umwelteinflüssen ausgesetzt. Wir werden immer mehr dazu übergehen müssen, Krankheit als eine Möglichkeit der Regulation zu sehen. Über unseren Körper stellen wir fest, welche Verhältnisse und Umwelteinflüsse uns schaden. Wenn wir Krankheit als einen Reinigungsprozess betrachten, der unseren Körper in einen anderen Schwingungszustand versetzt, damit wir uns von ungesunden oder schädlichen Modalitäten oder Gewohnheiten lösen können, werden uns körperliche Funktionsstörungen nicht mehr so sehr beunruhigen. Krankheit ist ein Teil unseres Lebens, die den Zweck erfüllt, unsere vernachlässigten Lebensbereiche deutlich zu machen. Möglicherweise werden Sie beobachten, wie anfällig Ihr Körper auf ungesunde Ernährung oder einen unregelmäßigen Lebenswandel reagiert. Dadurch können wir lernen, dass wir Menschen nur Teil eines ökologischen Gleichgewichtes in der Natur sind, dem wir uns fügen müssen. Jeder Mensch kann nur wieder eine kleine Zelle eines viel größeren Organismus sein, der wahrscheinlich unsere Visionen vom Weltall weit übertrifft. Anhand der Komplexität unseres Seins werden wir uns mit unserer Vorstellung von Sterben und Werden in einer anderen Form zu befassen haben. Ewiges Leben allerdings scheint nicht an einen materiellen Seinszustand gebunden zu sein. Vielleicht finden wir zufriedenere Antworten, wenn wir uns mehr mit dem Begriff "Seele" befassen.

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 Lösung von überholten Werten Pluto im 9. Haus

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

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

auch anhand von viralen oder toxisch-bakteriellen Invasionen, manchmal sogar durch Vergiftungserscheinungen.

Ihre verborgenen Ängste werden mobilisiert, wenn Sie glauben, Erwartungen erfüllen oder vermeiden zu müssen, die Sie zu einem "guten" oder "schlechten" Menschen abstempeln. Dass jemand darüber urteilen könnte, wie "wertvoll" oder "wertlos" Sie sind, spiegelt einen Teil Ihrer Vergangenheit wider - den Teil, von dem Sie sich zu befreien hoffen. Aus diesem Grund könnten Sie sich beispielsweise trotzig zu einem Lebenswandel bekennen, der entgegen den Erwartungen eben gerade nicht "gut" ist. Möglicherweise gefällt es Ihnen sehr, im herkömmlichen Sinne mal so richtig zu "versumpfen" oder "abzusacken". Im zwischenzeitlichen Ausufernd fühlen Sie sich endlich von allen Gesetzmäßigkeiten und normalen Funktionsabläufen befreit. Auf körperlicher Ebene zeigt sich das in einem Zuviel. So sehen Sie sich immer wieder Phasen gegenüber, in denen Sie zu viel essen, zu viel rauchen oder zu viel trinken. Wenn Sie dann merken, dass Sie sich so auch nicht mehr wohl fühlen, neigen Sie zu Phasen strengster Abstinenz - die allerdings nicht lange anhalten können. Solange Sie auf diese Weise zwischen Trotz und braver Eingliederung hin- und herpendeln, umgehen Sie notwendige Ablösungen, die Sie zu Ihren eigenen Werten hinführen.

Sie haben es nämlich schon längst im Gefühl, was für Sie richtig oder falsch wäre. Sie fühlen sich erst dann erlöst und kraftvoll befreit, wenn Sie sich in kritischer Weise von den Idealen aus Ihrer Erziehung distanzieren und nur übernehmen, was zu Ihnen passt.

Egal, ob Sie sich in ein moralisches Werteschema hineinpressen oder sich mit Gewalt dagegen auflehnen, Ihre Lebendigkeit und Spontaneität bleibt unterdrückt. Nur wenn Sie auf Ihre innere Stimme hören, handeln Sie authentisch und kraftvoll. Wenn auf psychischer Ebene Lebensreflexe unterdrückt werden, drückt der Körper das mit Darmerkrankungen aus. Dann wollen Sie einem bestimmten Image entsprechen, wobei moralische Werte mit Ihren triebbedingten Bedürfnissen kollidieren könnten. Stoffwechselstörungen treten in der Regel dann auf, wenn Sie zu wenig darauf achten, was Ihnen gut tut. Dann handeln Sie nach einer Ideologie oder nach einem genormten gesunden Menschenverstand. Dabei lassen Sie Ihre persönliche Verfassung allerdings völlig außer Acht. Der Schritt zu Freude, Kraft und Lebenslust führt bei Ihnen vermutlich zu der Beschäftigung mit Ihrer Scham und der Aufgabe des Prestige. Je weniger Sie sich darum scheren, was die anderen über Sie denken, desto mehr können Sie mit sich selbst Frieden schließen und sich glücklich fühlen.

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.

## Wut und Unversöhntes

### Mars Trigon Pluto

Sie haben Power! Weil Sie aber mit Ihren vulkanartigen Temperamentsausbrüchen Ihre Mitmenschen gegen sich aufwiegeln, achten Sie sehr darauf, die Kontrolle zu behalten. Deshalb geben Sie sich unscheinbar und schüchtern - oftmals schätzen Sie sich selbst sogar als durchsetzungsschwach ein. Damit Sie ja nicht ausrasten, legt Ihr Körper sicherheitshalber die Bremse ein: Mit einer geschwächten Abwehrkraft können Sie sich sowohl gegen Gegner als auch gegen Krankheitserreger nur ungenügend zur Wehr setzen. Sobald das Immunsystem im Körper nicht intakt ist, überwuchern Pilze die natürliche Flora der Schleimhäute. Synchron dazu fühlen Sie sich bevormundet oder unterdrückt. Die Wut darüber fressen Sie in sich hinein. Um sich aber abzureagieren, greifen Sie zu Nikotin, Essen, Alkohol oder Medikamenten. Möglicherweise glauben Sie Ihre Sucht im Griff zu haben. So rauchen oder trinken Sie zwar nicht regelmäßig, unter Stress allerdings besonders viel. Der geschluckte Ärger produziert Leber- und Gallenleiden.

Sexuelle Frusterlebnisse spiegeln unser Selbstwertgefühl wider. Wir neigen dazu, uns selbst zu übernehmen, wenn wir unsere persönlichen Grenzen und Ängste nicht berücksichtigen. Fehlende sexuelle Lust oder Penetrations-, Ejakulations- und Erektionsschwierigkeiten treten auf, wenn wir dazu tendieren, etwas über uns ergehen zu lassen. Pilz-, Parasiten- oder Warzenbefall der Geschlechtsorgane verlaufen nicht selten synchron mit einem Schuldgefühl, bei dem unsere Lust und unser Lebendigsein nicht erlaubt sind. Sie haben viel mehr körperliche Abwehrkraft, wenn Sie sich nicht bevormunden oder beherrschen lassen.

Zwischenzeitlich sollten Sie sich so richtig auspowern. Kampfsportarten kräftigen Ihr Selbstvertrauen und Ihren Mut, sich zu wehren. Wichtig ist dabei, dass Ihnen Ihre sportliche

Betätigung Spaß macht. Sie verfallen nämlich allzu schnell in Konkurrenz- und Leistungsdenken. Das verkrampft Sie mehr, als Sie aufzubauen. Achtung: Wenn Sie dann rücksichtslos Ihre körperlichen Grenzen überschreiten, könnten sich Sportverletzungen ereignen, die Dauerschäden nach sich ziehen.

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen verbinden Sie mit Ihren Urkräften. Die Bachblüte "Holly" erweckt in Ihnen den Mut, sich unerschrocken gegen Begrenzungen und Unterdrückungen zu wehren. Die Bachblüte "Cherry Plum" bewahrt Sie vor unüberlegten Handlungen, z.B. wenn Sie emotional sehr aufgebracht sind und Ihre Vernunft dadurch ausschalten.

## Lebensstrom und Wandel des Lebens

### Neptun Sextil Pluto

Sie ahnen wie kein anderer, dass sich stets alles verändert und nichts dauerhaft ist. Dummerweise bringt Sie das häufig dazu, vom Bisherigen nicht loszulassen. Leider lassen sich Veränderungen zumeist nicht aufhalten. Das löst in Ihnen die Angst aus, dass Ihnen die Felle davonschwimmen. Panikartige Beklemmungsanfälle und andere Angstzustände können diesem Gefühl des Ausgeliefertseins entstammen. Stuhlgangprobleme und Verstopfung verkörpern dieses krampfhaftes Festhaltenwollen am Status quo. Der Strom der Wandlungen aber drückt mächtig gegen körperliche Abwehrinstanzen und psychische Schutzmechanismen. Wenn die körperliche Immunabwehr instabil ist, dringen Krankheitserreger in den Körper ein. Gleichzeitig fühlen Sie sich von Mitmenschen überrumpelt, denen Sie Ihre persönlichen Grenzen leider zu spät verdeutlichen. Das macht Sie krank. Achten Sie darauf, dass Sie sich im Krankheitsfalle gut pflegen (lassen) und sich gründlich auskurieren, um einen Rückfall oder gar eine Lungenentzündung zu vermeiden. Eine intakte körperliche Abwehr ist notwendig für Ihren psychischen Selbstschutz. Pilzinfektionen, auch Fußpilz, und Parasitenbefall deuten darauf hin, dass Sie in Lebensverhältnissen ausharren, die der Entfaltung Ihrer Kräfte nicht mehr zuträglich sind. Vor allem sollten Sie auf hygienische Verhältnisse im Lebensmittelbereich achten, um mögliche Vergiftungen oder Darmgrippen, die durch Schimmelpilze oder durch verdorbene Ware herbeigeführt werden, zu vermeiden.

Um im Fluss des Lebens zu bleiben, wird es Ihnen gut tun, sich an fließenden Gewässern aufzuhalten und die Beschaulichkeit zu genießen. Ebenso erholen Sie sich sicherlich gut bei einem Urlaub am Meer. Stärken Sie Ihren Körper auch mit reinigenden Kuren. Trinken Sie viel, damit unnötige Schlackenstoffe aus Ihrem Körper ausgeschwemmt werden. Allerdings sollten Sie alkoholische Getränke nur zum Genuss, nicht aber als Bestandteil des täglichen

Flüssigkeitsbedarfes zu sich nehmen. Sie könnten sonst an der Flasche hängen bleiben! Durch Meditation öffnen Sie sich für die Kräfte des Universums, von denen wir ein Teil sind. Achten Sie aber auf Ihre Erdung, die Sie mit Fußmassage oder Stampfen erzielen. Sonst heben Sie ab!

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

## Unsere Verwundbarkeit

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

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

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

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

## Ihr wunder Punkt: Ihr Symbiosewunsch Chiron im Zeichen Fische

Sie sehnen sich nach Einheit und Allverbundenheit. Ihr wunder Punkt zeigt sich in einer unendlichen Traurigkeit, die einem Gefühl der Verlassenheit entstammt. Das tritt vor allem dann auf, wenn Sie mit sich alleine sind. Um Ihrer inneren Leere nicht zu begegnen, könnten Sie sich in Arbeit stürzen oder sich in Alltäglichkeiten hineinsteigern. Auch wenn Sie im täglichen Leben ein erfolgreicher Mensch sind, bedroht Sie die Frage "Wer bin ich wirklich?". Sie ahnen, dass Sie sich mit Aufgaben identifizieren, die eigentlich dazu dienen, ein gähnendes Nichts in Ihnen zu füllen.

So könnten Sie zwischen Depression und Überreiztheit hin- und herpendeln. Freude wird von der Traurigkeit überschattet, dass alles vergänglich ist. Immer wieder gibt es Abschiede, die Wehmut in Ihnen zurücklassen. Leiden hindert Sie am Leben. Deshalb wollen Sie Schmerzen vermeiden. Sollten Sie das mit Medikamenten, Alkohol oder Drogen versuchen, sind Sie möglicherweise suchtgefährdet. Im zwischenmenschlichen Zusammenleben gehen Ihnen Gefühlsduseleien eher auf die Nerven. Auf diese Weise schützen Sie sich vor Mitleid. Die Schicksale anderer könnten Sie berühren und Sie an Ihre innere Leere und Verlorenheit erinnern. Je gefühlloser Sie sich machen, desto eher leidet Ihr Körper an Schmerzen. Durch diese körperlichen Schmerzen jedoch können Sie wenigstens etwas empfinden. Nach durchstandener Krankheit fühlen Sie sich auch psychisch geheilt. Gönnen Sie im Krankheitsfalle deshalb Ihrem Körper und Ihrer Seele Bettruhe. Die körperliche Schlappeheit ermöglicht es Ihnen, eine alte, chronische Wunde in Ruhe heilen zu lassen. Weil es aber mittlerweile Medikamente gibt, die Ihnen schnell wieder das Gefühl geben, gesund zu sein, fehlt Ihnen vielleicht die Zeit, die Sie zum Lecken Ihrer inneren Wunden benötigen.

Solange Sie Ihren persönlichen Schmerz umgehen, könnten Sie sich von labilen Menschen magisch angezogen fühlen und mit ihren Krankheitsgeschichten oder psychischen Tiefs konfrontiert werden. Auch das hindert Sie am Glücklichein. Sie fühlen sich aber rund und zufrieden, wenn Sie sich für andere mitfühlend öffnen. Intuitiv spüren Sie, was Leidenden helfen kann. Außerdem haben Sie am eigenen Leibe erforscht, was ein Mensch tun kann, um sich über Wasser zu halten. Das kann Menschen in ähnlichen Krisen nützen. Ihre Hilfsbereitschaft macht auch Sie glücklich.

## Ihre Heilkraft: Verständnisbereitschaft Chiron im 3. Haus

Sie beurteilen eine Sache sowohl nach Ihrer äußeren Erscheinung als auch nach dem Gefühl, das sie bei Ihnen auslöst. Auch zur Erklärung einer Krankheit ziehen Sie verschiedene Faktoren heran. Sie können über den schulmedizinischen Tellerrand hinausblicken und auch andere Ursachen wie Verhaltensauffälligkeiten und Konfliktsituationen gelten lassen. Dabei lassen Sie sich von Ihrer Intuition leiten. Da solche Krankheitsinterpretationen von denjenigen nicht ernst genommen werden, die ausschließlich Bakterien oder Viren als Verursacher eines Infektes annehmen, und Sie Ihre Feststellungen kaum beweisen können, fühlen Sie sich schnell belächelt.

Verständlicherweise möchten Sie den wunden Punkt, der unter dem Chiron-Zeichen beschrieben wurde, schützen. Sie glauben, das tun zu können, indem Sie alles, was Sie behaupten unter Beweis stellen. So verlassen Sie sich manchmal mehr auf das, was in Büchern steht, als auf Ihr Gefühl. Da Sie alles erforschen, lernen und verstehen wollen, haben Sie in diesem Bereich eine überaus wertvolle Fähigkeit entwickelt. Sie können trockene Lerninhalte ins Praktische übersetzen oder mit einem Schuss Fantasie würzen. Sozusagen durch die Übersetzung von Fakten in Bilder, arbeiten Sie das Wesen einer Sache heraus. Das versteht jeder. Zudem sind die von Ihnen gefundenen Bilder oftmals Symbolträger, die in den Menschen, denen Sie etwas vermitteln wollen, psychische Prozesse ankurbeln. Dadurch helfen Sie anderen Menschen, ihre Erlebnisse in einem neuen Zusammenhang zu sehen.

Ihr wunder Punkt aber liegt stets offen da. Daher kann das zu Missverständnissen oder Denkblockaden führen, wenn Sie nur rein sachlich vorgehen und dabei Ihr Gespür übergehen. Daher sollten Sie Krankheiten, die Ihre Kontakte verändern oder Sie von der Außenwelt abschneiden und immer wiederkehrende Beschwerden als Spitze eines Eisberges betrachten. Unter der Oberfläche haben Sie das Gefühl, nicht verstanden zu werden.

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 wunder Punkt kann nicht wegtherapiert werden. Doch er wird Sie immer wieder dazu bringen, das Leben aus einer Verbindung von Gefühl und Verstand heraus zu betrachten.

## Ihre empfindliche Stelle: Ihre Selbstachtung Chiron Trigon Sonne

Sie haben ein Herz für Menschen, die aufgrund von körperlichen Schwächen oder Minderwertigkeitskomplexen den Anforderungen unserer Gesellschaft nicht genügen. Irgendwie scheinen solche Menschen das Gefühl in Ihnen zu erwecken, einst einer von ihnen gewesen zu sein - oder durch körperliche oder leistungsbezogene Tiefs so werden zu können.

Im Mitgefühl für jene, die Ihren Stolz verloren haben, sich selbst aufgeben haben und deshalb krank geworden sind, erkennen Sie sich wieder. Wenn Sie sich für diejenigen einsetzen, die sich aufgrund ihrer verlorenen Selbstachtung ungehobelt, eigensinnig oder (selbst-)süchtig verhalten, kommt in Ihnen Mut auf, zu sich selbst zu stehen. Vielleicht umgeben Sie sich mit schwierigen, verhaltensgestörten oder kranken Menschen, die Sie bewundernswert und liebevoll betreuen. Das könnte eine zarte Annäherung zu einem Gefühl der Zurückweisung sein - Zurückweisung, die Sie durch Ihr Anderssein am eigenen Leibe erfahren haben. Wenn Sie daran arbeiten, anderen Ihre Selbstachtung wiederzugeben, heilen Sie auch Ihre eigene empfindliche Stelle.

## Ihre empfindliche Stelle: Ihr Liebesbedürfnis Chiron Trigon Mond

Sie fühlen sich zu Kindern oder zu Erwachsenen hingezogen, die seelische Unterstützung, Wachstumshilfen und guten Zuspruch brauchen. Ganz ungezwungen, oft sogar unbeabsichtigt stärken Sie die Zuversicht derjenigen Menschen, die sich in einer Lebenssituation befinden, in der sie noch unbeholfen sind. Diese Menschengruppe, der Sie sich so emphatisch zuwenden, spiegelt Ihr eigenes Bedürfnis wider, unterstützt zu werden. Irgendwo fühlen auch Sie sich zeitweise hilflos und unerfahren, obwohl Sie sich das selten anmerken lassen. Doch, wenn Sie von einem Schicksal hören, in dem jemand traurig alleingelassen wurde, sind Sie zutiefst bewegt. Sie wissen nämlich nur allzu gut, wie es sich anfühlt, einsam und schutzlos zu sein.

Menschen kommen auf Sie zu und erzählen Ihnen ihre verletzten Gefühle. Verletzte Gefühle nehmen Sie auch wahr, wenn jemand nur über seine Krankheit erzählt. Hinter körperlichen Funktionsstörungen ahnen Sie eine psychische Verletzung, die Ihrer Ansicht nach ebenfalls geheilt werden soll. Sie spüren das Schutzbedürfnis in den Menschen, selbst wenn es an der Oberfläche um rein Organisatorisches gehen sollte. Weil Sie selbst sehr gut nachempfinden können, wie es ist, alleine dazustehen, tut es Ihnen gut, sich um andere zu

kümmern. Das macht Sie sowohl im Beruf als auch in persönlichen Beziehungen zu einer Vertrauensperson. Im Vertrauen, das Ihnen andere entgegenbringen, spüren Sie Zuwendung. Das mobilisiert in Ihnen Kräfte, die Gesundheit garantieren.

### Ihre empfindliche Stelle: Ihr Selbstvertrauen Chiron Sextil Mars

Wenn Sie sich etwas in den Kopf gesetzt haben, möchten Sie das auch durchsetzen. Ihr Leben lang haben Sie Ihre Energie dafür eingesetzt, Ihre Willenskraft zu schulen. Möglicherweise fühlen Sie sich bei Selbstverteidigungssportarten gut aufgehoben, die Körperkraft und Wille miteinander koordinieren. Nichts widerstrebt Ihnen mehr, als Niederlagen einstecken zu müssen - das sind Ihre schmerzlichsten Erfahrungen. Daher glauben Sie, dass Sie nur zum Sieg kommen, wenn Sie geradlinige Wege gehen und klare Schnitte machen. Deshalb fühlen Sie sich auch sicher im Umgang mit Schnitzmesser oder Skalpell. Durch Kompromisse, die für Sie etwas Fadenscheiniges an sich haben, möchten Sie sich Ihre Zielvorstellungen nicht verwässern lassen.

Wenn Sie Ihre überragenden Durchsetzungskräfte egoistisch einsetzen, können Sie hartherzig und rücksichtslos gegen andere vorgehen. Doch irgendwie fühlen Sie sich von zaghaften und unentschlossenen Menschen angerührt, die einen Ruck brauchen, um etwas durchzusetzen. So zeigen Sie Herz, auch wenn es nicht Ihre Art sein sollte, mit Gefühlen zu hausieren.

### Ihre empfindliche Stelle: Ihr Dazugehörigkeitsgefühl Chiron Opposition Uranus

Sie sind neugierig und interessiert, wenn es darum geht, etwas zu entdecken. Andererseits fällt es Ihnen nicht leicht, sich abzugrenzen. So entwickeln Sie zeitweise eine überströmende Hektik. Als Wirbelwind nämlich können Sie von keinem gefasst und vereinnahmt werden. Ihr Heißhunger auf Neues wird kaschiert mit dringenden Terminen und unabänderlichen Pflichten. Dahinter verbirgt sich die uralte schmerzhaft Erfahrung, nur außerhalb privater, persönlicher Kontakte Sie selbst sein zu dürfen. Ihr Ringen um Eigenständigkeit, Originalität und Freiraum bringt Sie permanent außer Atem und kann auch körperlichen Stress verursachen. Manchmal scheint Sie nur eine plötzlich auftretende Erkrankung, beispielsweise ein Muskelriss, vor dem Überdrehen schützen zu können. Auf diese Weise schenken Ihnen körperliche Knock-Outs die zwischenzeitlich unbedingt notwendige Erholung. Allerdings werden Sie sich nicht allzu lange stillhalten. Zu wenig

ausgeruht, zu viel im Stress und zu wenig auf den Moment konzentriert können schwerwiegendere Unfälle oder nervenbedingte Ausfälle für eine angemessene Ruhe- und Besinnungspause sorgen.

Ihr Stressproblem kann gelöst werden, wenn Sie Ihr überaus vielseitiges Beschäftigtsein endlich als Hyperaktivität bewerten. Das nämlich ermöglicht es Ihnen, zu Mitmenschen eine Distanz aufrechtzuerhalten, um von jenen nicht vereinnahmt zu werden.

Zu innerer Ruhe und Kraft kommen Sie, wenn Sie andere darin unterstützen, ihren individuellen Lebensstil zu verwirklichen. Deshalb setzen Sie sich für Menschen ein, die aufgrund einer Andersartigkeit aus der Rolle fallen und einen Sonderstatus in der Gesellschaft einnehmen. Auch Sie selbst möchten das Recht haben, die Welt ohne vorgegebene Gebrauchsanweisungen auf Ihre Art und Weise entdecken zu können. 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 stark machen, dass andere Ihre spezifische 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.

## Aussöhnung mit einem familiären Erbe

### Chiron Opposition Pluto

Sie sind entweder eine dominante Persönlichkeit oder Sie geraten zeitweise in Beziehungen, in denen Sie sich von willensstarken Menschen übergangen fühlen. Egal, auf welcher Seite Sie stehen: heimlich sind Sie davon überzeugt, etwas an sich zu haben, was Ihren Wert als Mensch mindert. Verstärkt wird Ihr Eindruck, wenn Sie sich mit einem körperlichen oder seelischen Erbe belastet sehen. Sollte das der Fall sein, so haben Sie die Aufgabe, ein nicht ausgesprochenes Tabu Ihres mütterlichen Verwandtschaftszweiges zu lüften und damit aufzulösen. Bis Sie bereit sind, diese schwere Aufgabe anzunehmen, führen Sie vermutlich einen erbitterten Kampf gegen das Gefühl, mit etwas Anormalem abgestempelt zu sein. Sie werden stark werden, indem Sie das akzeptieren, was Sie zu degradieren scheint: ein körperliches Manko oder eine ungeliebte Charaktereigenschaft. Solange Sie eine Veranlagung als Frevel betrachten, drückt das gleichzeitig einen psychischen Mangel aus. Dann fühlen Sie sich nicht so reich an Liebe und Aufmerksamkeit beschenkt wie andere.

Erkrankungen können sich wiederholen - und körperliche Veranlagungen kommen besonders zum Tragen, wenn Sie eigentlich nicht gesund werden wollen. Das tritt auf, falls Sie befürchten, dass Sie als Gesunder wieder sich selbst überlassen werden. Aus der Angst, allein gelassen zu werden, trauen sich manche Menschen nicht, aktiv und selbstständig zu sein. So manche körperliche Veranlagung hindert einen Menschen daran, ein normales Leben zu führen. Das würde uns nicht so sehr belasten, wenn wir eine Veranlagung als Treibstoff betrachten würden, neue Wege und nicht die unserer Vorfahren zu entdecken.

Doch keinesfalls steht dieser Aspekt für krankheitsauslösende Erblasten! Wahrscheinlicher ist es, dass Phasen Ihres Lebens vom Gefühl begleitet sind, allein zu sein oder nicht dazuzugehören. Sie erlösen sich von dem Eindruck der Minderwertigkeit, sobald Sie sich ein Herz fassen und sich von Werturteilen trennen, durch die Sie sich abgeurteilt fühlen. Auf diese Weise finden Sie zu Ihren ureigensten Wurzeln. Das kann allerdings mit schmerzhaften Loslösungen einhergehen. Sobald Sie mit der Entwicklung Ihrer persönlichen Qualitäten und Talente beginnen, werden Sie mit Zufriedenheit reich beschenkt werden. Das ist Heilwerden.

## 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 tiefere 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.*