

* ASTROLOGISCHE ANALYSE *
Körper, Geist, Seele Langform

Albert Einstein
14.03.1879 11:30 MET
Ulm



Ihr Sternzeichen: Fische

Erstellt von
AstroGlobe Support

Inhaltsverzeichnis

Grafik	4
Datenblatt	5
Prolog	6
Ihre gesundheitliche Konstitution	7
Ihr gefühlsbezogener Umgang mit Ihrer Gesundheit	8
Klare Grenzen stärken Körper und Psyche	10
Im Fluss bleiben	10
Mit Veranlagungen leben	11
Ihre zentrale Energiequelle	11
Lebenskraft durch soziale Verbundenheit	14
Kraft der Verantwortung entwickeln	17
Heilungsweg: Die wahren Feindbilder erkennen	18
Heilungsweg: Selbstkontrolle aufgeben	20
Ihre psychische Kraft	22
Erholung finden Sie durch guten Zuspruch	25
Gesund durch Haushalten mit den Kräften	27
Bedürfnis und Vergnügungslust	29
Unser Regelsystem	31
Selbsterhaltung durch Willensäußerung	33
Heilungsaufgabe: Auf eigene Substanz vertrauen	35
Interesse und Notwendigkeit	37
Unser Reizleitungssystem	39
Stress durch Zukunftsperspektiven	41
Befreiung durch Aufgabe von Verbindlichkeiten	43
Moral und Unkonventionalität	45
Unsere Diffusionsprozesse	46
Beeinflussbar in Wertvorstellungen	49
Geschwächt durch Anderssein	50
Unser Erbe	52
Lebendigkeit durch Selbstwertfindung	54
Kraft durch Anpassung an Zeitgeist	56
Wut und Unversöhntes	58
Wunsch und Erwartung	59
Unsere Verwundbarkeit	60
Ihr wunder Punkt: Ihre persönliche Sicherheit	61
Ihre Heilkraft: Sonderbares akzeptieren	62
Ihre empfindliche Stelle: Ihre Sehnsüchte	63

Epilog 64

Albert Einstein
 Physiker

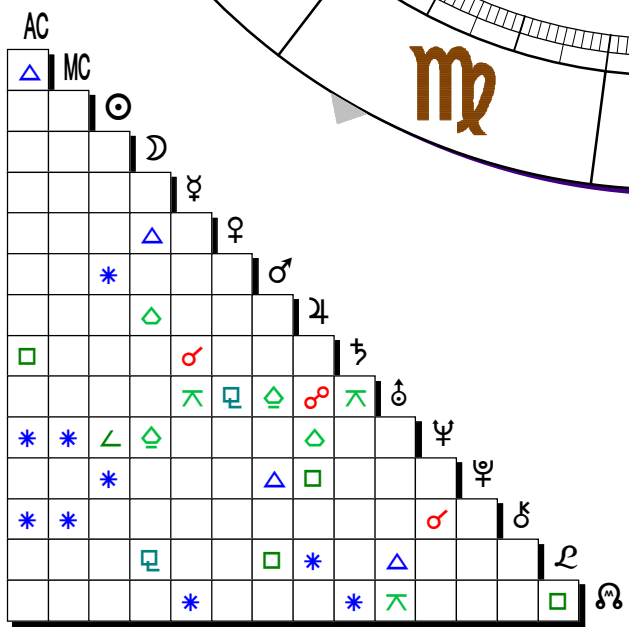
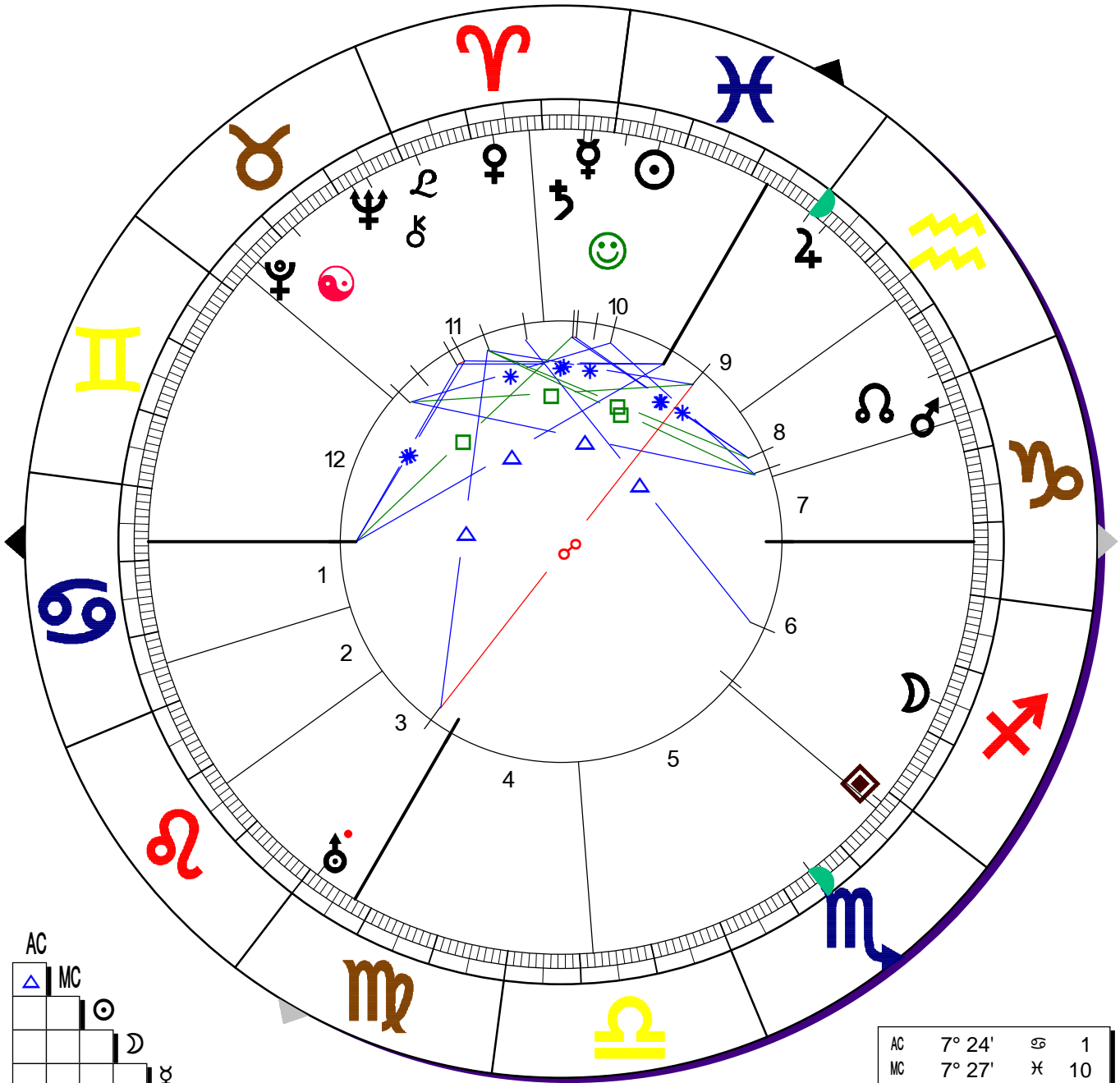
Ulm

Länge: 009°59' O Breite: 48°23' N

Geburtshoroskop
 Placidus

Datum: 14.03.1879

Zeit: 11:30 MET



Kardinal:	6
Fix:	5
Flexibel:	4
Erde:	5
Wasser:	3
Feuer:	5
Luft:	2
männlich:	7
weiblich:	8

1	7° 24'	♏
2	24° 31'	♏
3	13° 19'	♏
4	7° 27'	♏
5	11° 52'	♏
6	27° 08'	♏
7	7° 24'	♏
8	24° 31'	♏
9	13° 19'	♏
10	7° 27'	♏
11	11° 52'	♏
12	27° 08'	♏

AC	7° 24'	♏	1
MC	7° 27'	♏	10
☉	23° 29'	♏	10
☾	14° 19'	♏	6
♀	3° 07'	♏	10
♂	16° 58'	♏	11
♃	26° 54'	♏	8
♄	27° 28'	♏	9
♅	4° 11'	♏	10
♆	1° 17'	R ♏	3
♇	7° 52'	♏	11
♁	24° 43'	♏	11
♂	5° 32'	♏	11
♌	27° 58'	♏	11
♍	1° 28'	♏	8

Prolog

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

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

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

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

Keinesfalls soll hier der Eindruck entstehen, dass der Mensch nicht krank wird, wenn er nur bereit ist, seine psychischen Probleme zu lösen. Wir Menschen sind ständigen Veränderungen ausgesetzt, die in unserer privaten Umgebung, in unserer Umwelt und

im Kosmos stattfinden. Somit haben wir uns ununterbrochen auf neue Bedingungen einzustellen. Eine Krankheit kann als Umpolungsprozess gesehen werden - als ein Prozess, der unseren Körper auf neue Einflüsse ausrichtet. Dann erst besitzen wir die Voraussetzung, um unsere psychischen Abläufe wahrnehmen und analysieren zu können. Daher werden wir immer wieder erkranken, obwohl die Medizin weiterhin Riesenfortschritte machen wird. Keinesfalls können wir Körper und Psyche voneinander getrennt betrachten. Manchmal glauben wir, ein schwieriges Lebensthema schon längst bewältigt zu haben. Doch die Variationsbreite, in der wir mit unseren Schwierigkeiten stets aufs Neue konfrontiert werden, ist groß. Unser Körper kann uns mit einer Erkrankung darauf aufmerksam machen, dass wir unser Problem noch nicht in allen Versionen durchexerziert haben. Folglich erinnert uns unser Körper daran, dass wir uns sozial, persönlich oder spirituell noch viel weiterentwickeln können und müssen. So, wie wir an unseren psychischen Problemen reifen, wachsen wir auch an unseren Krankheiten.

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

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

Ihre gesundheitliche Konstitution

Der Aszendent beschreibt Ihre körperliche Konstitution. Bei manchen Menschen ist an Körperhaltung und Physiognomie schon ablesbar, wie sie sich im täglichen Leben verhalten. Ebenso ist durch das Aszendentenzeichen erkennbar, auf welche Weise wir Vorgänge registrieren und interpretieren. So zeigt uns der Aszendent, wie wir körperliche Veränderungen wahrnehmen und wie wir versuchen, sie einzuordnen. Wenn wir Ereignisse eher gefühlsmäßig erfassen, werden wir unsere Krankheiten als emotionale Störfelder bemerken. Für einen mental orientierten Kopfmenschen sind

Krankheiten eine Irritation geistiger Wahrnehmungs- und Verarbeitungssysteme. Unser Temperament also, das durch das Aszendentenzeichen definiert ist, lässt Rückschlüsse zu, wie wir mit unserer Krankheit oder mit unserer Gesundheit umgehen. Aus unserer Einstellung zur Gesundheit kann man auch schließen, wie wir uns dem Bewegungsbedürfnis unseres Körpers widmen und Sport treiben. Aus dem Temperament heraus kann gefolgert werden, welche Sportarten uns wohl besonders gut liegen.

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

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

Ihr gefühlsbezogener Umgang mit Ihrer Gesundheit

AC im Zeichen Krebs

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

Liebe, Schutz und Geborgenheit in Ihrem Leben bietet.

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

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

Menschen, die Ihnen zuhören, die Sie mit Worten oder mit einer Geste trösten, wirken heilend auf Sie. Einen Arzt suchen Sie erst auf, wenn Ihre selbst zusammengestellten Kräutertees und Ihre Wundersalben nichts mehr nützen. Homöopathen und Heilpraktiker sehen einen Zusammenhang zwischen Gefühlsleben und Krankheit. Das kommt Ihnen entgegen. Betruhe, Wärme und genügend Flüssigkeitszufuhr verschaffen Ihnen bei vielen Krankheiten schon Linderung. Trotzdem haben Sie das Gefühl, noch etwas einnehmen zu müssen, um gesund zu werden. Deshalb greifen Sie wenigstens zu einem pflanzlichen Mittel, das Ihre Abwehrkräfte stärken soll.

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

Klare Grenzen stärken Körper und Psyche

AC Quadrat Saturn

Ihr Pflichtbewusstsein hindert Sie zeitweise daran, das zu tun, was Ihnen gut tun und Sie gesund erhalten würde. So ziehen Sie oft nicht dort die Grenzen, wo Ihr Selbstschutz vor Überlastung und Stress beginnen sollte. Wenn Sie sich trotz Ihrer Last noch krampfhaft aufrechterhalten, könnten Wirbelsäulen- und auch Kniebeschwerden Ihnen verdeutlichen, dass es schon längst genug ist. Haben Sie sich viel zu viel aufgebürdet, ringen Sie nach Ordnung. Das entzieht Ihrem Körper viel Energie und der Stress zehrt an Ihren Kraftreserven. So kommt es vor, dass Sie sich zwischenzeitlich ausgelaugt, ermattet und lustlos fühlen. Muskelverspannungen im Wirbelsäulenbereich könnten darauf hinweisen, dass Sie den Entwicklungen in Ihrem Umfeld zu unflexibel gegenüberstehen. Um gesund zu bleiben, sollten Sie auf statische, verkrampfte Körperhaltungen achten und immer wieder Starre lösen: beispielsweise Ihre durchgedrückten Knie lockern, Ihre hoch gezogenen Schultern entspannen oder Ihr Hohlkreuz entlasten. Unterbrechen Sie Ihre Arbeiten immer wieder und machen Sie runde Kreisbewegungen, entweder der Arme, Beine, der Gelenke oder des Kopfes. Das lockert Sie auf und verhindert, dass Sie einrosten.

Im Fluss bleiben

AC Sextil Neptun

Vermutlich gibt es Zeiten, in denen schon ein Lüftchen genügt, um in Ihnen einen grippalen Infekt zu verursachen. Dann wiederum sind Sie besonders widerstandsfähig, obwohl Sie von Kranken umgeben sind. Ihre gesundheitliche Stabilität hängt von Ihrer realistischen Einschätzung der momentan auf Sie einströmenden Gefühle und Ereignisse ab. Je mehr Sie sich in Ängsten, Sorgen oder in Hysterie verlieren, desto schneller schnappt Ihre körperliche Sicherung heraus und Sie werden krank. Eine Krankheit hat also auch den tieferen Sinn, Sie vor unerträglichen seelischen Leiden zu bewahren. Möglicherweise sind Sie als Patient stark verschleimt, fiebrig matt oder sehr stark durch Ihre Erkrankungen erschöpft. Die Vernebelungsstrategie Ihres Körpers drückt aus, dass Sie sich irdischen Belangen entziehen wollen, die Sie verunsichert haben. Wenn es Ihnen gelingt, sich durch Ihr Mitgefühl für andere zwar berühren zu lassen, sich aber nicht mit dem Leiden und den Ängsten anderer zu identifizieren, wird auch Ihr körperliches Abwehrsystem gut

funktionieren. Wichtig scheint für Sie zu sein, dass Sie Ihre Körperflüssigkeiten, also Lymphe, Blut und Körpersäfte, im Fluss halten. Das gelingt Ihnen, wenn Sie sich jeden Tag einmal so richtig schwungvoll bewegen. Radfahren, zügig Spaziergehen oder Schwimmen halten Ihren Kreislauf in Schwung. Unser Körper kann uns vor Eindringendem schützen. Bewegung kann uns unsere körperlichen Begrenzungen bewusst machen, über die wir auch auf unsere Ablehnungen aufmerksam werden. Außerdem sollten Sie möglichst viel barfuß gehen und Ihre Füße regelmäßig massieren. Das regt die Funktion aller Organe an und hält Sie gesund.

Mit Veranlagungen leben AC Sextil Chiron

Manchmal glauben Sie, dass Sie mit einem anderen Körper oder mit einem "besseren" Aussehen besser ankommen würden. Phasenweise fühlen Sie sich ausgegrenzt oder zu wenig beachtet. Ihr Verhältnis zu Ihrem Körper ist in diesen Zeiten nicht besonders gut. Je mehr Sie sich aber darum bemühen, es als normal zu betrachten, dass der Mensch Schwachstellen und auch Schönheitsfehler hat, desto erfolgreicher setzen Sie sich durch. Möglicherweise werden Sie gar eine Leitfigur für jene, die ähnliche Schwierigkeiten mit Ihrem Körper haben - und an Ihnen ein Beispiel sehen, wie gut man mit realen oder eingebildeten körperlichen Handikaps das tägliche Leben meistern kann. Auch wenn Ihre Schönheitsfehler nicht so offensichtlich für andere sind, bringen Sie aufgrund eigener Erfahrungen genügend Verständnis für jene mit, die mit Ihrem Äußeren ein wenig aus der Norm fallen. Dadurch gewinnen Sie das Vertrauen von Menschen, die unter Minderwertigkeitskomplexen leiden, weil sie sich von Ihnen bestärkt fühlen.

Ihre zentrale Energiequelle

Im Horoskop leuchten uns die Sonne und der Mond als unsere astrologischen Hauptlichter entgegen. Wenn wir zum Himmel aufblicken, erscheinen sie uns gleich groß am Firmament. Ebenso gleichwertig wollen ihre Prinzipien in uns verwirklicht werden. Die Sonne vertritt die aktiven Lebensprozesse und der Mond die passiven Vorgänge in uns. Oberflächlich betrachtet treten sie als Gegenspieler auf. Im Grunde genommen kann unser tägliches Leben und auch unser biologischer Organismus nicht

unter der Herrschaft eines einzelnen dieser beiden existieren. Nur im fein abgestimmten Wechsel und im Ineinanderwirken ihrer Kräfte können wir in Ausgewogenheit und damit in Gesundheit leben.

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

Ihre zentrale Energiequelle - Die Sonne

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

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

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

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

Das Sonnengeflecht mit den so genannten sympathischen Nerven liegt oberhalb des Magens und kann mit einem Energiezentrum, dem Nabelchakra, in Verbindung gebracht werden. Wenn dieses Energiezentrum über Atemtechniken aktiviert wird, wird gleichzeitig die Tätigkeit unserer linken Gehirnhälfte angeregt, die unseren bewussten Willen - unsere Sonnenkräfte - steuert. Unser persönlicher Wille im Inneren muss zeitweise gegen machtvolle Überredungskünste von Außen abgeschirmt werden, was wir mit Atemtechniken unterstützen können. Diese mögen auch

eingesetzt werden, wenn wir ein Grummeln in der Magengegend aufgrund von "Ich kann nicht"- Ängsten verspüren. Unter der Beschreibung Ihres Sonnenzeichens finden Sie eine einfache Atemübung, mit der Sie die Qualität Ihrer vitalen Kraft mit Ihrem persönlichen Willenszentrum - dem Sonnengeflecht bzw. Solar plexus - verbinden und stärken können.

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

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

Lebenskraft durch soziale Verbundenheit

Sonne im Zeichen Fische

Mit Ihrer Fische-Sonne spüren Sie in sich die Kraft, dem Leben kreativ begegnen zu wollen. Sie haben eine beneidenswerte imaginäre Vorstellungskraft, die Sie zu "fantastischen" Erfindungen hinführen mag. Hinter rein Logischem nehmen Sie auch noch das Magische wahr, also die holistischen Zusammenhänge, die kein Wissenschaftler bis ins Detail zu beweisen vermag. Ihr Bewusstsein drängt Sie dazu, sich mit übernatürlichen Kräften oder imaginären Zahlen zu befassen. Mit der Weite

Ihres Bewusstseins ahnen Sie, dass eine Krankheit nicht nur aus einem körperlichen Symptom besteht, sondern auch noch einen unterbewussten Inhalt in sich trägt. Die Methoden der ganzheitlichen Medizin wirken direkt auf Ihr persönliches Bewusstsein und können Ihnen helfen, die Botschaft Ihres Unterbewusstseins zu entschlüsseln. Dazu gehören u. a. die Homöopathie und auch die Bachblütentherapie. Über die Methode der NLP (Neuro-Linguistische Programmierung) können Sie beispielsweise an Ihr Unterbewusstsein einen Brief schreiben, in dem Sie sich selbst befragen, was Sie so krank werden lässt. Voller Erstaunen werden Sie sehen, wie Sie sich selbst die Antwort schreiben.

Durch Ihre Fische-Qualität kommen Sie mit einem transzendenten Bewusstsein in Berührung, das von Esoterikern als die Welt der Seele bezeichnet wird. Die Seele stammt ursprünglich aus einem nicht materiellen Seelenmeer, das einfach jenseits liegt - und deswegen fällt es Ihnen vermutlich nicht ganz leicht, sich in die irdischen Gesetzmäßigkeiten und materiell ausgerichteten Gesellschaftsstrukturen einzuordnen. Sicherlich kommt in Ihnen zeitweise der Eindruck auf, nicht von dieser Welt zu sein. Dann fühlen Sie sich fremd, nicht aufgehoben und inmitten vieler Menschen einsam. In diesem Verlorenheitsgefühl sind Sie gefährdet, mit Suchtmitteln den psychischen Schmerz zu dämpfen. Heilung finden Sie, wenn Sie sich mit der Welt des Transzendentalen (Übersinnlichen) anfreunden. Das kann im kreativen als auch im meditativen Sinne geschehen. Mit Ihrer Tendenz, sich der Wirklichkeit zu entziehen, ist es notwendig, dass Sie sich immer wieder den Kontakt zur Erde bewusst machen. Über die Füße sind wir normalerweise mit der Erde verbunden. Erkrankungen oder Deformationen im Fußbereich können ein Anzeichen dafür sein, dass der Kontakt zur Erde - also unser Realitätsbezug - zu wenig hergestellt ist. Fußmassagen, Barfußlaufen, Fußbäder und Fußgymnastik sorgen für eine bessere Durchblutung der Füße und wirken damit erdend.

Mit Ihrer Fische-Sonne finden Sie Aufgabe und Heilung, wenn Sie Ihrer Sehnsucht nach sozialem Eingebettetsein nachgeben. Jede vertrauensvolle Beziehung zu einem Menschen ist ein weiterer Knoten, der Sie mit dem irdischen Leben verknüpft. Freunde, Familie, Wohngemeinschaften stellen Ihre Anker dar, wenn Fluchtgedanken überhand nehmen sollten. Sie brauchen ein soziales Netz, um wieder genesen zu können. Der Einfachheit halber sollten Sie sich schon vor einer Erkrankung um zwischenmenschliche Kontakte kümmern. Selbsthilfegruppen geben Ihnen ein Gefühl, mit Ihrem Problem nicht alleine dazustehen. Die Gruppendynamik, wieder gesund werden zu wollen, nehmen Sie intuitiv in sich auf und das stärkt Ihre Hoffnung auf

Genesung. Allerdings tendieren Fische-Menschen dazu, sich in schwierigen Lebenslagen von der Welt abzukapseln, um in Einsamkeit - und am Einsamsein! - zu leiden. Der Rückzug in die Stille ist aber nur dann ein Heilungsweg, wenn er nicht aus dem Gefühl kommt, ausgestoßen zu sein! Meditative Musik öffnet das Bewusstsein und kann die Genesung angenehm fördern.

Die Schwingungen mancher Edelsteine helfen Ihnen, Ihr Herz für die Menschen zu öffnen. Der hellviolette Amethyst fördert den Reinigungsprozess der Seele. Er hilft Ihnen, Ihre spirituellen Fähigkeiten wahrzunehmen, ohne dabei die irdische Verankerung durch Überbetonung des Geistes zu verlieren. Der Mondstein verstärkt in Ihnen das Erinnerungsvermögen, mit dem Sie Ihre Psyche nach früheren Verletzungen befragen können. Der weiße Opal kann getragen werden, wenn Sie sich bewusst Ihrer kreativen oder sozialen Wesenseite widmen möchten.

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 Fische ist der Neptun zugeordnet. Das energetische Zentrum unserer Spiritualität liegt im Kronenchakra, das oben am Scheitelpunkt des Schädels liegt. Weil Sie mit Ihrer Fische-Qualität zur Weltflucht neigen, sollten Sie sich mit der Kraft Ihres Atems regelmäßig erden: Stellen Sie sich einen goldenen Lichtstrahl vor, den Sie mit der Einatmung aus der Erde über die Wirbelsäule bis zum Kronenchakra in sich hineinsaugen. Nach einem kurzen Luftanhalten schieben Sie das goldene Licht über die Wirbelsäule wieder zurück und lassen es aus dem Sonnengeflecht weit hinausströmen. Wenn Sie diesen Atemvorgang siebenmal wiederholen, öffnen Sie Ihr Herz und spüren die seelische Verbundenheit mit den Menschen. Sollten Sie Meditationen machen, die vor allem die oberen Chakren im Kopfbereich aktivieren, so ist es äußerst wichtig, sich zu "erden", um nicht "abzuheben" oder vorschnell mit spirituellen Energien durchströmt zu werden, die Sie möglicherweise in der Alltagsbewältigung belasten. Stampfen zu Trommelmusik oder auch kräftiges Massieren Ihrer Fußsohlen bewirken, dass Sie sich vor Ihrer spirituellen Energiearbeit irdisch verwurzeln.

Kraft der Verantwortung entwickeln

Sonne im 10. Haus

Sie sind erfolgsorientiert und möchten es im Leben zu etwas bringen. Ihre Lebensaufgabe sehen Sie darin, etwas in der Welt bewegen zu können. Es drängt Sie an die Öffentlichkeit oder in ein Berufsleben. Dort möchten Sie Ihre Selbstständigkeit unter Beweis stellen. Sie brauchen ein Aufgabenfeld, das Sie ausfüllt und in dem Sie Bestätigung finden.

Möglicherweise sind Sie besonders ehrgeizig und leistungsorientiert. Das birgt die Gefahr in sich, dass Sie Ihren Selbstwert an Ihren Aufgaben und offiziellen Pflichten messen. Möglicherweise verstricken Sie sich in Arbeit, die Ihnen jegliche Freizeit und Erholung verwehrt - denn es kann ja nichts unerledigt bleiben. Sie entlasten sich ungemein, wenn Sie aus Ihrem Aufgabenrepertoire das herausfiltern, was Ihnen wirklich am Herzen liegt. Dafür sollten Sie Ihre gesamte Energie einsetzen. Andere Aufgaben können entweder delegiert oder auch mal verschoben werden. Sie belasten Ihr Herz und die damit zusammenhängenden Organfunktionen vor allem dann, wenn Sie sich selbst einen maximalen Energieeinsatz für Aufgaben abverlangen, für die Ihr Herz in Wirklichkeit nicht schlägt. Ihre Krankheitsdisposition wächst zudem mit der Leugnung Ihrer Bedürfnisse nach Entspannung - Bedürfnisse, die einen Gegenpol zu Ihrem Fleiß bilden. So, wie Sie Ihre Arbeitstermine festlegen, sollten Sie auch Ihre Erholung planen. Um endlich einmal alles hinter sich zu lassen, helfen Sie sich selbst, indem Sie schon zu Beginn eines neuen Projektes Ihren Urlaubstermin festlegen.

Ein unbefriedigender oder ungeeigneter Beruf mag für Sie besonders stressauslösend sein. Auch eine häusliche Tätigkeit, in der Sie sich zu wenig gefordert sehen, kann Sie sehr belasten. Alles, was Sie tun, ist Ausdruck Ihres Selbstwertes. Sollten Sie an einem zu niedrigen Blutdruck leiden, kann das ein Hinweis sein, dass Sie sich zu wenig zutrauen und in Passivität flüchten. In so einem Fall entziehen Sie ganz unbewusst Ihrem Körper aktive Energie und befinden sich in einem gedämpften Zustand, in dem Sie sich einer Verantwortung nicht voll stellen können. Wenn Sie sich jedoch zu viel zumuten und Ihre Kräfte oder Fähigkeiten überansprechen, stehen Sie unter einer fortwährenden großen psychischen Anspannung. Das zeigt sich im Kreislaufsystem mit zu hohem Blutdruck. Dann findet ein Energiestau statt, weil das Fließen zwischen Spannung und Entspannung blockiert wird.

Sie kommen an Ihre Kraft, wenn Sie sich selbst wichtig nehmen. Solange Ihnen

Pflichterfüllung und öffentliches Ansehen wichtiger sind, als Sie selbst, werden Sie immer wieder neue Selbstbestätigungen suchen müssen. Eine offizielle Aufgabe stärkt Ihr Selbstbewusstsein, solange Sie sich zu ihr berufen fühlen. Sie vergeuden allerdings Ihre Energie, wenn Sie Ihre Berufung darin sehen sollten, berühmt zu werden. Ihre Berufung können Sie vermutlich nur als innere Stimme wahrnehmen - eine Stimme, die Sie mittels Gefühle in eine bestimmte Richtung hinlenkt. Beruf und Berufung werden in unserer heutigen Gesellschaft leider oft gleichgesetzt. Unser Beruf führt uns in der Regel durch egozentrisches Karrieredenken von den Menschen weg, wohingegen uns unsere Berufung zum sozialen Menschsein hinführt, weil wir den Menschen durch eine höhere Befähigung etwas geben können. Diese Kraft ist uns schon in die Wiege gelegt worden und wartet nur darauf, eingesetzt zu werden. Bei dieser Sonnenstellung haben Sie den Auftrag, sich für die Gemeinschaft zu öffnen. Sie verspüren den inneren Ruf, Ihr Herz zu weiten. Das können Sie aber nur tun, wenn Sie sich immer wieder in Ihre Privatsphäre zurückziehen und sich dort um Ihr Bedürfnis nach Liebe und Erholung kümmern. So regenerieren Sie sich und bilden ein Kräfte-reservoir, aus dem heraus Sie anderen Führung und Stütze sein können.

Heilungsweg: Die wahren Feindbilder erkennen Sonne Sextil Mars

Sie sind willensstark, durchsetzungsfähig und lassen sich nicht so schnell von Ihren Vorhaben ablenken. Mit der Devise "Packen wir es an!" gehen Sie an ein Unternehmen vorbehaltlos heran. Sie wissen, dass Ihr Durchsetzungswille sie dazu befähigt, Ihre Vorstellungen praktisch umzusetzen. Zudem versteifen Sie sich nicht auf Perfektionismus, denn irgendetwas kommt doch wohl immer heraus.

Solange Sie sich noch nicht darüber im Klaren sind, welches Ihre Herzensziele im Leben sind, geht es Ihnen vor allem um Selbstbestätigung. Für Anerkennung brechen Sie so manches übers Knie. Ihr persönlicher Wille bedeutet Ihnen dabei sehr viel. Nachgeben ist für Sie manchmal wie das Eingeständnis einer Niederlage. So gehen Sie lieber mit dem Kopf durch die Wand und werden trotzig. Das macht Sie gegenüber sich selbst unsensibel. Deshalb verletzen Sie sich in solchen Phasen häufig. Dann stoßen Sie sich leicht an Hindernissen, die Sie in Ihrer Hast übersehen haben. In der Regel haben Sie aber doch das Glück, nur mit Hautschürfungen und harmloseren Schnittwunden davonzukommen.

Vermutlich haben Sie von Ihrem Vater gelernt, dass man sich in der Welt durchsetzen muss, um nicht unterzugehen. Deshalb haben Sie von ihm das Motto übernommen: "Den letzten beißen die Hunde - also mische stets in den vorderen Reihen mit". Er hat Ihnen praktische Lösungswege gezeigt, wie man sich mit Mut - vielleicht auch mit Zorn - durchbeißen kann. Mit der Devise "Angriff ist die beste Verteidigung" haben Sie gelernt, mit Ihrer Angst vor Niederlagen umzugehen. Gallenleiden und Magenschleimhautentzündungen können ein Ausdruck dafür sein, dass Sie zwar Ihre Autorität beweisen möchten - sich aber eigentlich dem Ganzen nicht so recht gewachsen fühlen. Deshalb wird es für Sie ein Schritt zur Heilung sein, im rechten Moment zu erkennen, wann Sie besser aufgeben sollten. Sieger kann auch einmal der sein, der rechtzeitig nachgegeben hat - eben weil er erkannt hat, dass er um Dinge kämpft, die nicht wirklich sein Herz berühren.

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

Wenn Sie ein aktiver Mensch sind und im Arbeitsleben häufig unter einer Anspannung stehen, die im Körper den Adrenalinpiegel hebt, sollten Sie sich trotz Ihrer Vielbeschäftigung um regelmäßigen sportlichen Ausgleich bemühen. Es tut Ihnen bestimmt gut, sich öfters mal auszupowern, um den Adrenalinpiegel wieder zu senken. Stress, der durch Autoritätsbeweise und Rivalitätskämpfe entstanden ist, kann beispielsweise im Boxen und im Aerobic-Dance abreagiert werden. Nach so einem Fitnesstraining fühlen Sie sich hinterher wieder ausgeglichen und zudem gestärkt für neue Taten. Entspannt können Sie sich dann Ihrer Partnerschaft widmen

und Ihre Arbeitswut beruhigt im Büro zurücklassen.

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

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

Heilungsweg: Selbstkontrolle aufgeben

Sonne Sextil Pluto

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

Krankheit ist für Sie ein bedrohlicher Zustand von Schwäche - Schwäche, die Sie an sich selbst verachten. Deshalb können Sie die Ruhe und die Rekonvaleszenzmöglichkeiten, die Ihnen eine Krankheit auch bietet, wohl kaum genießen. Sie sind eher darauf bedacht, möglichst schnell und rigoros das Gift, das Sie zu schwächen droht, aus Ihrem Körper auszumerzen. So therapieren Sie sich mit

starken Medikamenten oder quälen sich durch Rosskuren. Manche Menschen fühlen sich nach einer Operation auch seelisch geheilt, weil der lästige Krankheitsherd, den eine kranke Psyche verursacht haben mag, endlich herausgeschnitten wurde. Jedes noch nicht da gewesene Zipperlein wird zunächst einmal mit Argwohn betrachtet, denn Sie befürchten hinter neu auftauchenden Krankheitssymptomen stets auch eine unheilbare Krankheit. Die Ahnung, dass Leben und Tod sehr eng beieinander sind, ist gleichzeitig auch Ihre Furcht. Vor allem in Zeiten psychischer Veränderungen und innerer Umwälzungen werden Sie merklich häufiger von bösen Ahnungen geplagt, die sich allerdings nicht bewahrheiten müssen. Jeder psychische Krisenzustand ist bei Ihnen im Grunde genommen ein Aufschrei, endlich Ihre eigene Lebensart leben zu wollen: Vermutlich haben Sie, um ein "Jemand" zu sein, andere persönliche Potenziale verkümmern lassen, die Ihnen Lebenslust und eine Leichtigkeit des Seins vermitteln könnten.

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

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

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

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

Ihre psychische Kraft

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

uns zufriedener zu fühlen - das schafft die Basis, auf der wir unsere Gesundheit erhalten können.

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

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

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

schleimproduzierender Drüsen und auch chronische Nasennebenhöhlenentzündungen in engem Zusammenhang mit unseren Bedürfnissen und emotionalen Wünschen.

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

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

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

Mondmusik ist Gefühlsmusik. Es sind weiche und schwingende Töne, wie

beispielsweise die der Geige. Wassermusik, auch das Plätschern eines Baches oder eines Wasserfalles im Hintergrund stimmt uns auf unser Gemüt ein.

Erholung finden Sie durch guten Zuspruch Mond im Zeichen Schütze

Sie sind hoffnungsvoll und idealistisch eingestellt. Sie wünschen sich ein Leben in Fülle und hoffen, dass Ihre idealistischen Träume wahr werden. Sie fühlen sich als Glückskind und die Ereignisse in Ihrem Leben interpretieren Sie dementsprechend. Weil Sie glauben, dass kein Mensch ohne einen sinnvollen Auftrag auf die Welt kommt, sind Sie fest davon überzeugt, dass Sie einen wichtigen Platz im Leben auszufüllen haben. Doch dieses Gefühl, persönlich bedeutsam zu sein, könnte Sie auch zu dem Glauben verleiten, Sie hätten ein Recht und Anspruch auf die Sonnenseite des Lebens.

Wenn Sie sich von schlechten Gedanken und miesepetrigem Menschen in Ihrer Zuversicht vergiftet fühlen, können Infektionskrankheiten - die ja eine bakterielle oder virale Vergiftung des Körpers sind - zu einer psychischen Reinigung verhelfen. Leber und Galle sind Ihre gefährdeten Organe, die auf psychische Giftspritzen mit einer Erkrankung reagieren können. Vor allem sollten Sie davon absehen, Ihre seelischen Enttäuschungen mit Genussmitteln zu dämpfen. Jedes Genussmittel ist im Übermaß genossen Gift für Ihren Körper. Hüftgelenkerkrankungen und eine Entzündung des Ischiasnervs können ein Hinweis des Körpers sein, dass Sie Ihre triebhaft-animalische - oft auch sexuelle - Wesensseite abtrennen und nicht leben wollen. Vielleicht erkennen Sie vor dem Spiegel tatsächlich eine Zweiteilung Ihres Körpers: ab der Hüfte ist der Körper animalischer und oft stämmiger, während der Oberkörper eher feingliedrig ist, mit schmalen Schultern.

Wenn Sie aus allen Wolken fallen und eine unliebsame Realität droht, Ihnen Ihre Ideale wegzunehmen, fühlen Sie sich sinn-entleert und antriebslos. Sollten Sie krank werden, geht dem vermutlich ein Gefühl der Desillusionierung voraus. Nichts ist schlimmer für Sie, als von jemandem, dem Sie vertraut haben, enttäuscht zu werden. Zuversicht und Optimismus sind der Boden, auf dem Ihre Selbstheilungskräfte wachsen können. Wenn Sie krank sind, brauchen Sie deshalb guten Zuspruch und vor allem das Gefühl, dass alles - auch Ihre Beschwerden - sich wieder zum Guten wenden wird. Hinter jedem körperlichen und seelischen Schmerz suchen Sie nach

einem Sinn. Erst wenn Sie den gefunden haben, dann können Sie Ihren inneren Heilungsprozess aktivieren. Gerade, wenn Sie sich an einem Tiefpunkt befinden, können Ihnen die heilenden Worte eines geistigen Führers wieder zu einer optimistischeren Haltung verhelfen. So kann auch ein Fieberschub Sie zu tiefem Glauben führen, weil Sie im Fiebertraum die helfende Hand gesehen haben. Im Krankheitszustand und auch in psychischen Krisenzeiten möchten Sie eigentlich nicht die Ursachen Ihrer Flaute unter die Nase gerieben bekommen. Solchen Selbsterkenntnissen wenden Sie sich lieber zu, wenn Sie wieder bei Kräften sind. Deshalb erholen Sie sich am besten, wenn Sie sich von Kritik und spitzen Zungen fern halten, um das Gute in der Welt wieder zu spüren.

Durch eine ganz einfache Körperübung können Sie mit der Energie Ihres Schützemondes 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 violetten Flüssigkeit gefüllt ist. Diese violette Flüssigkeit bewegt sich durch Ihre Kreisbewegungen in Ihrem Becken wie Wasser in einem kugelförmigen Gefäß. Versuchen Sie dabei, Ihren Afterschließmuskel entspannt zu lassen. Nach etwa 2 bis 3 Minuten ruhen Sie sich am besten noch ein wenig im Liegen aus. Während dieser Übung können die Gefühle und Bedürfnisse, die Sie in Ihrem Bauch die ganze Zeit mit sich herumtragen, spürbar werden. Denken Sie dabei daran, dass alles, was Sie in diesem Moment erleben und fühlen, in Ordnung und ein Teil Ihres emotionalen Wesens ist.

Dem Zeichen Schütze wird in der Astrologie das Purpur zugeordnet. Violette und purpurfarbene Seidentücher können Sie auf Sessel und Tisch geschmackvoll ausbreiten. Sie schaffen sich dadurch eine Atmosphäre, in der Sie sich entspannen und vor sich hinsinnieren können.

Duftöle bewirken eine angenehme Atmosphäre im Raum, wenn sie in Duftlampen verdampft werden. Allerdings sollte man sich nicht ständig in duftenden Räumen aufhalten, weil sonst vereinzelt auch Unverträglichkeiten auftauchen können. Duftöle eignen sich hervorragend als Stimmungsmacher und sollten ausschließlich als solche

eingesetzt werden. Die Bergamotte mit ihrer anhebenden Duftkomponente kann dem Zeichen Schütze als Duftessenz zugeschrieben werden. Bergamotte belebt und hebt auch trübe Verstimmtheit wieder an, wodurch Selbstheilungskräfte frei werden können.

Gesund durch Haushalten mit den Kräften

Mond im 6. Haus

Sie haben eine gute Beobachtungsgabe und Sie wissen schnell, wie Sie einem Mitmenschen Freude bereiten und was Sie tun können, um ihn bei Laune zu halten. Zu Ihren persönlichen Gefühlen haben Sie allerdings weit weniger Bezug. Gefühle sind niemals gleich und verändern sich ständig. Deshalb sind Sie besonders schwer einzuordnen. Wenn Sie an sich selbst minuziös feststellen, wie Sie mal mehr und mal weniger lieben oder traurig sind, wissen Sie manchmal nicht, ob Sie beispielsweise nun wirklich verliebt sind oder nur so tun. Zeitweise wird Ihnen der ganze Gefühlssumpf einfach zu viel, weil Sie bei sich selbst nicht mehr durchblicken. Deshalb schalten Sie erst einmal auf "cool" und lassen sich - oberflächlich betrachtet - kaum beeindrucken.

Doch Emotionen lassen sich nicht so einfach abstellen, denn sie sind ständig im Fluss. So irritiert es Sie auch, wenn sich Ihnen Ihr Partner nicht stets mit derselben Zuneigung nähert. Je mehr Sie sich verunsichert fühlen, desto mehr Wert legen Sie auf das Funktionieren - sowohl der äußeren Vorgänge in der Partnerschaft als auch der inneren Vorgänge in Ihrem Körper. Mit Ihrer hervorragenden Selbstbeobachtungsgabe nehmen Sie zwar geringste funktionale Veränderungen im Körper wahr, befürchten allerdings, dass dies ein Zeichen einer schlimmen Erkrankung sein könnte. Wenn sich das körperliche Symptom in Wohlgefallen aufgelöst hat, mag Ihnen bald wieder etwas anderes an Ihrem Körper suspekt vorkommen. Vor allem schmerzt es Sie sehr, wenn Sie merken, dass die Menschen, deren Aufmerksamkeit Sie mit Ihrem Krankheitsbericht erwecken wollen, Ihre Krankheitsempfindungen nicht ernst nehmen.

Sie werden gesund, wenn Sie die zwei Seiten Ihrer Persönlichkeit akzeptieren: Ihre Vernunft und Ihre Wünsche. Weil Sie aber keinesfalls den reibungslosen Ablauf in Familie oder Arbeit durcheinander bringen wollen, stellen Sie voller Bescheidenheit so manchen Wunsch zurück, den Sie als unwichtig abtun. Eine Erkrankung oder eine körperliche Unpässlichkeit empfinden Sie dann doch als schwerwiegend genug, um

die Aufmerksamkeit und Zuwendung anderer zu erwecken. Aufgrund Ihrer körperlichen Einschränkung können Sie bestimmte Alltagsaufgaben nicht erfüllen, was Sie sich jedoch ohne Beschwerden nicht erlaubt hätten. Im Endeffekt haben Sie aber mit Ihrer Unpässlichkeit dasselbe erreicht, was Ihre innere Stimme Ihnen vermitteln wollte: Chaos auch einmal in Kauf zu nehmen. Heilung finden Sie, wenn Sie Ihrem Wunsch nach Nähe und Zuwendung nachgeben und auch einmal jemandem bewusst zur Last fallen. Sie machen sich selbst heil, wenn Sie sich Alltagsbedingungen schaffen, unter denen Sie sich auch wohl fühlen, auch wenn Sie bei anderen so manchen Umstand hervorrufen.

Wenn Sie sich nicht im Klaren sind, welche Missstände tatsächlich veränderbar sind, so fangen Sie ruhig einmal zu träumen an. Denken Sie sich eine heile Welt aus, in der alles so ist, wie Sie es sich ersehnen - auch wenn das im ersten Moment sehr fantastisch zu werden scheint. Vielleicht gibt es aber auch einen Roman, der Sie besonders ergriffen hat, oder einen Film, dessen Szenen Sie als hinreißend schön oder gar als romantisch empfanden. Schreiben Sie sich wenigstens die wichtigsten Punkte Ihres Tagtraumes auf. Nun überlegen Sie konkret, wie Sie jeden Tag eine Stunde lang einen Teil Ihres Traumes verwirklichen können. Der zärtliche Liebhaber aus dem Roman kann in eine angenehme Partnermassagestunde umfunktioniert werden, in der auch Sie genießen dürfen. Der Traum vom Landleben mag in eine Samenaufzucht auf dem Balkon oder in ein Haustier verlegt werden. Wenn Sie jeden Tag eine Stunde "heile Welt" genießen lernen, wird vieles im Leben wieder heil werden können.

Vermutlich essen Sie gesundheitsbewusst: Viel frisches Obst, Gemüse und Vollkornnahrung. Reine Lebensmittel, die nicht industriell behandelt wurden, unterstützen die Reinigungsfunktionen Ihres Körpers und geben Ihnen Kraft und Ausdauer für die Alltagsbewältigung. Im Grunde genommen sind Sie nicht heikel und essen alles auf, was auf den Tisch kommt - schon deshalb, weil Sie der Mutter Natur für Ihre Früchte dankbar sind. Es kann Ihnen aber passieren, dass Sie zu wenig Abwechslung in die Küche bringen - und dann zwar gesund, aber auch gelangweilt essen. Probieren Sie ruhig mal ein neues Rezept aus. Vielleicht fühlen Sie sich von exotischen Früchten und Gerichten nicht besonders angezogen. Das entspricht Ihrem gesunden inneren Instinkt, mit dem Sie sich lieber mit inländischen Nahrungsmitteln ernähren. Vermutlich haben Sie weniger den Drang, abnehmen zu müssen, denn Sie sind ein Mensch mit Maß. Die Pflege Ihres Körpers bleibt trotzdem wichtig. Eine Heilfastenkur - ein- oder zweimal im Jahr durchgeführt - reinigt Ihren Körper von

Verschlackungen und kann Ihnen zu neuen Kräften verhelfen.

Bedürfnis und Vergnügungslust

Mond Trigon Venus

Sie fühlen sich wohl, wenn Ihr Alltag harmonisch, aber doch abwechslungsreich abläuft. Sie sind ein kontaktfreudiger Mensch und brauchen ein gutes Arbeitsklima, um zu Ihrer Leistungskraft zu finden. Ein Arbeitsplatz, an dem Sie ohne Pause ständig gefordert sind, ist für Sie nur mit lieben Menschen und kleinen Auflockerungen auszuhalten. Mürrische Gesichter regen Sie dazu an, sie wieder aufzuheitern. Wenn Sie aber von jemandem in seiner Aufregung unfreundlich behandelt werden, fühlen Sie persönlich getroffen. Nichts stellt Ihr Wohlbefinden dann wieder besser her, als ein guter Freund, der Sie mit offenen Armen empfängt. Gerade weil Sie spüren, wie wichtig Harmonie und Geborgenheit in einer Partnerschaft für Sie sind, fällt es Ihnen besonders schwer, "Nein" zu sagen und Grenzen - besonders in intimen Bereichen - zu ziehen.

So lassen Sie sich womöglich immer noch Beleidigungen gefallen, gegen die sich Ihr Innerstes schon längst wehrt. Nieren- oder Blasenentzündungen weisen darauf hin, dass Sie sich in einem persönlichen Umfeld befinden, dem Sie öfters ein "Nein" entgegensetzen sollten, um Ihr inneres Gleichgewicht wiederherzustellen. Wenn Sie zu viel Magensäure produzieren, stößt Ihnen wahrscheinlich etwas unangenehm auf, das Sie bisher zu leise verlauten ließen. In Zeiten, in denen Zärtlichkeiten wenig Raum finden und Sie sich aufgrund von belastenden Beziehungen besonders gestresst fühlen, nehmen Sie vermutlich zu viel Zucker oder auch kohlenhydratreiche Kost zu sich. Reichhaltiger Zuckerkonsum drückt im Allgemeinen ein Bedürfnis nach mehr Liebe und Geborgenheit aus.

Heilung finden Sie, wenn Sie sich ein wohliges Umfeld schaffen, in dem Sie sich so geben können, wie Ihnen gerade zu Mute ist. Wenn Ihnen das im Moment noch nicht gelingen möchte, weil Sie sich entweder noch nicht trauen oder auch gar nicht so recht wissen, was Ihnen Unbehagen bereitet, kann Ihre kreative Begabung Sie heilend unterstützen. In stillen Stunden dürfen Sie dann zu fantasieren anfangen: Stellen Sie sich eine heile Beziehung oder eine ideale Arbeitsatmosphäre oder andere schöne Wünsche vor - so, wie Sie es gerne hätten. Vertiefen Sie sich eine Zeit lang in Ihre wunderbare Wunschwelt, wobei Ihre romantische Lieblingsmusik das

Gefühl noch verstärkt. Dann beginnen Sie auf ein großes Blatt Papier ein Mandala aus Farbe und Formen zu malen. Mandalas sind kreisförmig und zentrieren sich in einem Mittelpunkt. Versuchen Sie, auch während des Malens in Ihren Wunschträumen zu verbleiben. So schaffen Sie sich ein ganz persönliches Heilungsbild - ein Heilungsbild, das Sie an einem Ort aufhängen sollten, wo Sie sich gerne aufhalten. Sie brauchen nicht den Anspruch an sich zu hegen, ein Kunstwerk zu gestalten, denn Ihr selbst kreiertes Heilungsbild ist der Spiegel Ihrer Seele, die Ihnen den richtigen Weg zum Wohlfühlen schon längst aufgezeigt hat. Wenn Sie immer wieder das Mandala betrachten, erinnern Sie sich unbewusst wieder an den Weg zu Ihrer inneren Harmonie, der sich im Laufe der Zeit immer klarer für Sie herauschälen wird.

Es hat durchaus einen höheren Sinn, das Foto eines geliebten Menschen aufzustellen, der nicht immer verfügbar sein kann oder vielleicht sogar schon verstorben ist. Wenn Sie sich zu einem Menschen hingezogen fühlen, zu dem Sie wahre Liebe verspüren, werden Sie sich über das Foto mit dessen Seelenenergie kurzschließen können. So tanken Sie sich selbst wieder mit Liebe und Harmonie auf - und es wird Ihnen bald besser gehen. Wenn Sie in sich die Liebe wieder spüren, werden Sie die Angst verlieren, jemanden mit einem "Nein" zu vergraulen. Sie werden auch besser wahrnehmen können, wenn Ihnen ein Mensch unlautere Absichten entgegenbringt.

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen können Sie auf Ihrem Weg zur Selbstliebe heilend begleiten. Die Bachblüte "Chicory" befähigt Sie, eine liebevolle, aber unabhängige Beziehung zu einem geliebten Menschen aufzubauen. Mit "Chicory" kann der Mensch erkennen, dass Liebe nur unmittelbar und zweckfrei geschenkt werden kann. Die Bachblüte "Agrimony" löst eine innere Verspannung auf, die auf Konflikte zurückzuführen ist, die vermieden wurden, aber eine Klärung hätten erbringen können. Agrimony wird eingesetzt, wenn ein Mensch sich nicht traut, seine wahren Gefühle zu zeigen, weil er nicht anecken will.

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 letzere 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: Auf eigene Substanz vertrauen Saturn im 10. Haus

Der Saturn steht im übertragenen Sinne für die soziale Veranlagung des Menschen, Dorfgemeinschaften oder Staaten zu bilden. Das Haus, in dem der Saturn steht, weist uns darauf hin, in welche Lebenslehre wir noch gehen müssen, um unsere sozial ausgerichtete Persönlichkeit zu vervollkommen. In Ihrem Falle gehen Sie in die Lehre des Statthalters, der ein Gebiet für den König - also für Ihr Selbst - nach dessen Regierungsform zu verwalten hat. Der Statthalter ist ein Diener des Königs, der seinen Ehrgeiz für das Funktionieren des Staates einsetzen soll. Wenn Sie Ihren Ehrgeiz für persönliche Macht und Ansehen einsetzen, machen Sie sich den Stress zu Eigen, Erreichtes stets vorweisen zu müssen. Dann können Sie von einer Sache nicht lockerlassen, nicht, weil Sie die Sache an sich nicht gefährden wollen, sondern weil Sie daran Ihren äußeren Wert, also Ihr Ansehen, gebunden haben. Das kann Sie dazu veranlassen, stets sehr viel zu leisten. Dabei übersehen Sie jedoch die körperlichen Anzeichen für Erholungsbedarf. Dann sind Sie zwar sehr zielbewusst, doch auch gestresst. Die Liebe und familiäres Glück können darunter leiden. Infolgedessen versäumen Sie immer mehr, Ihre psychische Kraft, die unter dem Mond beschrieben wurde, zu erhalten und zu regenerieren. Beschwerden, Krankheiten und

auch das, was Sie immer wieder in Ihrem Leben blockiert, sollten Sie als Aufruf betrachten, hinter der scheinbaren Wichtigkeit einer Aufgabe Ihren persönlichen Standpunkt zu beziehen.

Körperliche und psychische Blockaden sind sehr häufig ein Ergebnis unserer Ängste. Angst will uns im positiven Sinne vor Überbelastungen bewahren. Im negativen Sinne, also auch bei der Überbetonung des Saturns, verhindern unsere Ängste unser Lebendigkeit! Dort, wo Sie viel Wert auf das öffentliche Urteil legen, liegt im gleichen Zuge auch die Angst, zu versagen. Wenn Sie sich einer Aufgabe gegenüber als unzulänglich empfinden, kann Sie Ihr Unterbewusstes an Dinge heranzuführen, mit denen Sie sich selbst sabotieren. Dann kann eine Krankheit einen Auftritt in der Öffentlichkeit verhindern und ebenso auch ein Lebensprojekt boykottieren. Helfen kann Ihnen eine objektive Beurteilung Ihrer Talente und Fähigkeiten, die Sie sich bestimmt schon des Öfteren selbst bewiesen haben.

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, wahres Dienen zu lernen. Dahinter steckt die Aufgabe, sich selbst einen Wert zu geben. Dann wird Dienen nicht mit Buckeln gleichgesetzt - denn Letzteres kann sich in Wirbelsäulenschäden und in Schäden des Bewegungsapparates niederschlagen. Dienen beinhaltet eine hohe Form der Selbstachtung, mit der man seine persönlichen Grenzen wahrt. Der Diener des Königs ist kein Untertan, er handelt nur im Sinne der gesamten Wesenheit des Staates - also Ihrer Persönlichkeit. Die Leistungen des Statthalters werden eingereicht in die Staatsführung des Königs. Sie sollten daher Ihre Kräfte für Ziele einsetzen, die einem großen Ganzen dienen, mit dessen Statuten Sie sich jedoch identifizieren.

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 bin an meinem kosmischen Platz mit meinen Fähigkeiten und Talenten wichtig." oder "Ich kenne meinen Wert!". 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.

Interesse und Notwendigkeit

Merkur Konjunktion Saturn

Sie haben die wertvolle Gabe, das Wesentliche kurz und prägnant zu formulieren. Wenn Sie die richtigen Worte finden möchten, um nicht falsch verstanden zu werden, feilen Sie zeitweise an Formulierungen herum. Ihre Eltern haben wohl kaum Ihre kindlich-naive Art löblich akzeptiert. Sie fühlten sich schon früh dazu aufgefordert, vernünftig zu sein. Ein kleines Kind ist damit aber von seinem natürlichen Entwicklungsstand aus überfordert. Das mag sich in kleineren Sprachfehlern, Stottern oder in verlangsamter Sprachentwicklung geäußert haben. Vielleicht hat man Ihnen ungerechterweise auch ein vermindertes Sprachtalent attestiert. Solche Unterschätzungen können allerdings Ihren Ehrgeiz dazu angestachelt haben, auf dem Gebiet der Kommunikation besonders viel leisten zu wollen. Daraus haben Sie den hohen Anspruch entwickelt, nichts Unrichtiges von sich zu geben. Wahrscheinlich korrigieren Sie deshalb Ihre Schriftstücke mehrmals oder lassen wichtige Schreibebeiten bis zum letztmöglichen Termin liegen. Beides sind Anzeichen innerer Anspannung, die die Grundlage von Stress sind, durch den stets auch körperliche Krankheitssymptome heraufbeschworen werden können.

Irgendetwas zieht Sie immer wieder in die Öffentlichkeit. Beim Kontakt mit anderen scheint die Kommunikation einen Teil Ihres Images auszumachen. Bei offiziellen Anlässen fühlen Sie sich folglich sehr verunsichert: Dennoch scheint ein Fluch auf Ihnen zu lasten, durch den die Blicke der Öffentlichkeit immer wieder auf Sie gerichtet werden. Ihre innere Befürchtung, Ihr Ansehen in der Öffentlichkeit zu verlieren, mag sich in Lampenfieber vor offiziellen Auftritten zeigen. Erkrankungen der Atemwege, insbesondere hartnäckiger Husten, aber auch länger anhaltende Verstopfung zeigen die innere Anspannung an - eine Anspannung, die durch das Gefühl zustandekommt,

sich besonders zusammenreißen zu müssen. Wenn Sie sich insgeheim hoffnungslos überfordert fühlen, können Muskelkrämpfe, Verstauchungen und andere Einschränkungen Ihres Bewegungsapparates die psychische Blockade verdeutlichen. Es ist hier gut möglich, dass Sie Erwartungen von Perfektion haben, die kaum jemand erfüllen kann. Dann quälen Sie vielleicht Versagensängste, von denen Sie sich irgendwie nicht befreien können. Ihr Pflichtgefühl verbietet es Ihnen nämlich den Rücktritt von einem Projekt - andererseits können Sie durch Ihre Selbstzweifel mit kaum einer Leistung zufrieden sein. So binden Sie sich selbst die Hände. Mitunter ermöglichen Erkrankungen des Bewegungsapparates dann ganz unbewusst, etwas nicht zu tun. Eine klare Entscheidung für oder gegen ein Projekt könnte solchen misslichen Vorfällen vorbeugen. Hierbei kann ein gesundes Selbstvertrauen weiterhelfen. Mittels meditativer Sportarten kann die geistige Haltung geübt werden, aus der heraus Selbstvertrauen entsteht. Geeignet sind hierfür fernöstliche Kampfsportarten, wie Aikido, Jai-Do, Tai-Chi-Chuan und auch das Bogenschießen. Dabei setzen Sie sich mit einem Bewegungsablauf gedanklich so auseinander, dass Absicht und Bewegung miteinander verschmelzen. Das gibt Sicherheit und Entscheidungskraft.

Ihre Eltern haben Ihre Wissensschätze vermutlich zu wenig honoriert, weil sie sich an dem normierten Schul- oder Bildungssystem ausgerichtet haben. Nun beginnt für Sie eine lange Reise in die Schatzkammer Ihres Wissens und Ihrer wertvollen Lebenserfahrungen, um denen endlich selbst eine wichtige Bedeutung beizumessen. Die Wahrheit, die besagt, ob etwas richtig ist, kann nur in Ihnen liegen. Sie werden sich mit dem Lernen viel leichter tun, wenn Sie sich mehr auf praktische Erfahrungen als auf auswendig gelerntes Detailwissen stützen. Das, was Sie gesehen, gerochen, gespürt und erlebt haben, ist Ihr Wissen, das jeden Anzweiflungen von außen standhält. Sie brauchen es bestimmt nicht unzählige Male auf Herz und Nieren überprüfen. Sie werden zum Lehrer und zum weisen Gelehrten, wenn Sie Ihre praktischen Kenntnisse und verarbeiteten Eindrücke weitergeben.

Ihre Kraft beziehen Sie aus der Fähigkeit, sich auf das Wesentliche einer Sache zu beschränken. In Situationen, in denen Sie sich gehetzt oder überfordert fühlen, können Sie durch die Konzentration geistiger Kräfte wieder zur inneren Ruhe finden. Beispielsweise können Sie an Ihrem Arbeitsplatz ein Mandala anbringen. Mandalas sind konzentrisch gemalte Ornamente, die in tibetischen Klöstern mit buntem, geriebenem Sand auf dem Boden angeordnet wurden. Schon das Malen eines Mandalas erfordert viel Konzentration und öffnet Sie für spirituelle Sphären. Wenn Sie

sich auf ein Mandala einlassen und die Formen mehr und mehr auf den Mittelpunkt beziehen, werden verwirrende Gedanken und irrationale Versagensängste auf den Punkt gebracht - und wieder relativiert.

Auch die Schwingungen von Bachblütenessenzen können Ihre Konzentrationsfähigkeit positiv unterstützen. Die Bachblüte "White Chestnut" bringt Gefühlszustände ins Bewusstsein, von denen Sie durch gedankliche Teufelskreise in Ihrem freien Handeln blockiert werden. "White Chestnut" ordnet Ihre Gedanken so, dass psychische Probleme ans Tageslicht kommen. Die können dann auf sachliche Weise bewertet und verarbeitet werden. Die Bachblüte "Oak" kann Sie von Starrsinn befreien, der freies Denken blockiert. "Oak" rettet Sie vor Überarbeitung, wenn Sie sich von einer Sache aufgrund innerer Verunsicherung nicht mehr lösen können.

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-spirituelleres 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 umkrepeln. 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 vollkostanteorientiertem 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 Multimediaprogrammen 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 Aufgabe von Verbindlichkeiten

Uranus im 3. Haus

Vermutlich fühlen Sie sich des Öfteren missverstanden. Entweder können Ihnen Ihre Mitmenschen aufgrund fehlender Vorkenntnisse geistig nicht folgen oder Ihre Gedankengänge sind für andere nur schwer nachvollziehbar. Sie glauben, viel Aufmerksamkeit zu brauchen. Die fangen Sie sich zur Not mit provokanten Äußerungen, abwegigen Ansichten oder auch mit ausgeflipptem Outfit ein. Auffallen ist für Sie besonders wichtig - wobei Sie sich vor allem ins Gespräch zu bringen erhoffen. Manchmal sind Sie besonders angespannt, weil Sie den geeigneten Moment abpassen wollen, um sich mit spritzigen Ideen aus der Masse abzuheben. Daher sind Sie vor allem im Kontakt mit anderen Menschen nervös, unruhig und auch leicht reizbar. Nervöse Atemstörungen, die bis zum Asthma reichen können, sind körperliche Anzeichen Ihrer Angst, dass Ihnen jemand Ihren elitären Platz streitig macht. Sie glauben, genial sein zu müssen, um den Erwartungen Ihrer Mitmenschen zu genügen. Daher strengen Sie sich oft besonders an, was Ihr Nervenkostüm angreift. Das wiederum kann Nervenschmerzen oder körperliche Nervosität auslösen. Darunter fallen u. a. Händezittern, Gesichtszuckungen, Ticks, Ohrensausen und auch Kreislaufstörungen. Allergien und Hyperaktivität aufgrund phosphorhaltiger Konservierungsstoffe in Nahrungsmitteln mögen eine nervliche Überdrehtheit zusätzlich bestätigen. Überdehnungen der Sprunggelenkbänder könnten darauf

hinweisen, dass Sie sich womöglich einen Schritt zu weit in die Welt der Gefühle hineingewagt haben.

Wahrscheinlich konnten Sie als Kind bei Ihren Eltern keine eindeutige Signalsprache erkennen. Womöglich befanden Sie sich öfters mal in einer so genannten Double-Bind-Situation: Ein Beispiel dafür ist, dass ein Elternteil zwar "Komm her!" sagt, doch mit seinem Körperausdruck mehr die Botschaft "Geh weg!" vermittelt. Eine seelische Verunsicherung kommt ebenfalls zu Stande, wenn auf das Kind gegensätzliche Erziehungsstile oder Lebensideale der Eltern eingewirkt haben. Intuition und Verstand treten dann in Kollision. Normalerweise fühlt man sich dadurch äußerst irritiert und traut seinen Augen nicht, ebenso wenig seinen Gefühlen. Doch mittels Vernunft, Betonung logischen Denkens und rein intellektueller Auslegung von Situationen distanziert man sich von diesem Gefühl und kommt zu einer liberal-neutralen Einstellung. Sehnsüchte, Wünsche und Bedürfnisse werden kurzum als belanglos hingestellt. Neutralität ist stets auch ein Ausdruck von Farblosigkeit, in der verschiedene Wahrnehmungen relativiert und gegeneinander aufgehoben werden. Stark auffallende asymmetrische Gesichtshälften, ebenso unterschiedlich lange Extremitäten deuten an, dass sich ein Mensch extrem schnell wechselnden Umweltveränderungen ausgesetzt fühlt. Aus einer psychischen Hab-Acht-Haltung heraus kann geistige Wachheit und schnelles Reaktionsvermögen in Unkonzentriertheit und Fahrigkeit umschwenken. Wenn Widersprüchlichkeiten aufeinander treffen, können sich deren Kollisionen auch durch Unfallträchtigkeit zeigen.

Sie finden zu sich selbst, wenn Sie - wie oben beschrieben - durch den OM-Laut Ihre Gefühle mit Ihre gedanklichen Wahrnehmungsfähigkeit verbinden. Ziel ist, dass Sie Ihre ganz persönliche Einstellung zu den Dingen finden können. Wenn Sie sich einmal wieder besonders unverstanden fühlen oder in Wenss und Abers verzetteln, kann eine kleine Visualisierungsübung helfen: Machen Sie sich Ihre Gespaltenheit bewusst, indem Sie die Argumente, die vom Gefühl gefärbt sind, und die Vernunftgründe aufschreiben. Dann legen Sie den Zettel beiseite und setzen sich in aller Ruhe vor eine Kerze. Schauen Sie in das Kerzenlicht mit offenem Blick hinein, dann schließen Sie Ihre Augen und warten, bis das Kerzenlicht in Ihrem inneren Auge erscheint. Wenn das innere Licht verschwunden ist, blicken Sie wieder in das Kerzenlicht, um die Übung zu wiederholen. Vielleicht kommen Sie nicht gleich zu einer klaren Entscheidung. Sie können die Übung aber an darauf folgenden Tagen wiederholen, so lange, bis sich Klarheit und ein Impuls zum eindeutigen Handeln

ergeben.

Moral und Unkonventionalität

Jupiter Opposition Uranus

Sie sind ein Idealist, der große Erwartungen an eine bessere Zukunft hat. Allerdings glauben Sie, dass sich im Grunde genommen alles ändern müsste, damit wir wirklich einer vollkommeneren Welt entgegensteuern. Ihre Unzufriedenheit kann jedoch eine Rebellion gegen Erziehungs- oder Glaubenswerte sein, durch die Sie sich von anderen verlacht oder als Familienrebell abgelehnt gefühlt haben. In diesem Dilemma ist es Ihnen nicht leicht gefallen, eigene Werte zu finden. Daher neigen Sie dazu, moderne Ansichten überzubewerten oder eigene intuitive Haltungen zu unterschätzen. Im Grunde genommen vermissen Sie eine Orientierung, die durch eigene Werte und Überzeugungen zustandekommt. Gallenblasenleiden oder Lebererkrankungen können auftreten, wenn Sie sich für Ideale stark machen, die nicht Ihren persönlichen Überzeugungen entsprechen. Sowohl im Gehirn als auch in Leber und Dickdarm werden Endorphine gebildet, so genannte Glückshormone, die uns Wohlbefinden verleihen. Darmverstimmungen, die Verdauungsprobleme nach sich ziehen, haben etwas mit persönlichen Verstimmungen zu tun. Möglicherweise geben Sie für ein Prestige, dem Sie nacheifern, Ihre Unbekümmertheit auf. Frustrationen sind die Folge, die der Volksmund damit beschreibt, dass uns "eine Laus über die Leber gelaufen" sei. In diesem Zusammenhang könnten Gewichtsprobleme auftauchen: Sie zeigen, dass Sie Ihre Orientierungslosigkeit mit übertriebenem Konsumverhalten kompensieren. Schilddrüsenfunktionsstörungen können ausdrücken, dass Sie höheren Erwartungen genügen wollen und dafür Ihr spontanes, impulsives Temperament zurückhalten müssen. Dann handeln Sie für ein Prestige und gegen Ihre Intuition.

Die Träume von einer besseren Welt halten Sie aufrecht. Ihre Kraft ist erschöpft, sobald Ihnen die Zukunft aussichtslos und grau vorkommt. Ihre Zuversicht in den Fortschritt ist es, durch die Sie etwas in Bewegung setzen. Daher sollten Sie sich immer wieder mit Optimismus aufladen. Imaginäre Ausflüge in eine fantastische Welt, in der ein Held mittels magischer Kräfte dem Guten zum Sieg verhilft, bestärken Sie in Ihren positiven Zukunftserwartungen. Nehmen Sie sich daher Zeit für solcherlei Fantasieromane oder Kinofilme. Sollten Sie gerade einmal völlig sinnentleert, frustriert und mit der Welt unzufrieden sein, können Sie sich mit kreativen Mitteln psychisch

wieder aufbauen. Besorgen Sie sich ein großes Blatt Papier und leuchtfarbene Malkreiden. Legen Sie Musik auf, die Sie befreit. Malen Sie nun gleichzeitig mit beiden Händen bunte wirbelnde Kreise, von denen jeder Kreis eine Situation verkörpert, in der Sie sich frei und seelisch offen gefühlt haben. Atmen Sie dabei tief ein und aus. Sie werden feststellen, dass Ihr Farbkreissspiel ein befreites Gefühl in Ihnen auslöst, mit dem Sie sich neuen Perspektiven zuwenden können.

Ihre Achtung vor dem Wirken der Natur erweckt auch Ihr Bewusstsein für kosmische Kräfte. Sie können sich das nutzbar machen. Die Kraft des Lichtes, die vom Firmament auf uns niederfällt, stärkt z.B. Ihre Zuversicht, dass sich alles zum Positiven entwickeln wird. Richten Sie entweder in Ihrer Vorstellung oder in einer klaren Sternennacht das Licht bestimmter Sterne auf Ihr drittes Auge, das sich hinter der Nasenwurzel befindet. Sammeln Sie so viel Licht bis Sie sich entweder aufgeladen fühlen oder ein weißer Lichtkegel vor Ihrem dritten Auge erscheint. Verabschieden Sie sich vom Himmelszelt entweder mit einem Dank an die Kraft oder mit dem Gefühl der Bewunderung für die Größe unseres Weltalls. Das nämlich ist es, was Ihre Ideale mit Ihrer Menschenliebe verbindet. So werden Sie ruhiger, geduldiger und nachsichtiger sich selbst und anderen gegenüber.

Bachblütenessenzen können Ihnen helfen, Toleranzen und Intoleranzen aufzudecken. Die Bachblüte "Vervain" wirkt stresslösend, wenn Sie in missionarischen oder besserwisserischen Übereifer ausarten. Die Bachblüte "Beech" schützt Sie vor einer falsch gerichteten Brüderlichkeit, in der Sie lieber mit sich selbst als mit der Welt uneins sind.

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 Stoffwechselfvorgänge, Nervenreizungen und Wachstum beeinflussen. Hauptregulationsorgan der hormonellen Vorgänge ist die Hirnanhangsdrüse, die mit dem Hypothalamus des Gehirns eng verbunden ist. Schon geringste hormonelle Abweichungen können darüber entscheiden, ob zum Beispiel eine Frau fruchtbar sein kann oder kinderlos bleiben wird. Die Lymphe entsteht ebenso durch Diffusion: Blutplasma, das aus den Blutkapillaren ins Gewebe einfließt, wird über Gewebsspalten in den Lymphbahnen wieder gesammelt.

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

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

Wenn wir grundlegende Wahrheiten oder Realitäten nicht sehen wollen, bedienen wir uns unserer neptunischen Kräfte und flüchten uns in Träume - manchmal sogar in eine Krankheit. Doch in der Zurückgezogenheit, die uns eine Krankheit bietet, erhalten wir gleichzeitig die Chance, uns seelisch für die unliebsamen Erscheinungen der Realität bereit zu machen. Manchmal lösen wir uns im Leiden fast auf, vor allem dann,

wenn wir uns sehr einsam fühlen. So könnte uns eine Krankheit gar nicht so ungelegen sein, weil sich unsere Mitmenschen nun wieder mehr um uns kümmern. Neptunisch verschleiert ziehen wir das aber überhaupt nicht in Betracht.

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

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

Beeinflussbar in Wertvorstellungen

Neptun im Zeichen Stier

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: Jedem von uns steht ein Ort zu, an dem er sich verwurzeln kann. Jene Bleibe sollte uns niemals wieder weggenommen werden und für uns eine Garantie sein, bis ins hohe Alter hinein sicher und versorgt zu sein. Neptun beschreibt jedoch unsere Vision und nicht die Realität. Deshalb können desillusionierende Faktoren aus dem Alltag Enttäuschungen auslösen. Die wiederum rufen neptunische Flucht Tendenzen hervor, mit denen Sie der unliebsamen Wirklichkeit entkommen wollen. Eine Krankheit kann dann eine Erlösung aus momentan sehr belastenden Situationen bieten.

Ihr Neptunzeichen lässt auf eine Fähigkeit schließen, die Schönheiten der materiellen Welt schätzen zu können. Sie haben die Gabe, den spirituellen Geist, der hinter Naturscheinungen steckt, zu erspüren. Ihr Talent kann jedoch nur zur Geltung kommen, wenn Sie Ihrer Sehnsucht nach Dauer begegnen. Vermutlich ist Ihre Kreativität dann auf dem strahlenden Höhepunkt, wenn gleichzeitig auch der Schmerz Ihres unerfüllten Wunsches - denn eine Sehnsucht ist stets unerfüllt - am größten ist. Dann, wenn Sie sich nirgendwo mehr dazugehörig fühlen, wenn Sie einer völlig unsicheren Zukunft entgegensehen, werden Sie vermutlich am schöpferischsten sein. Im Gestalten, im schöngeistigen Formulieren und im Entdecken der bedrohten Schönheiten der Natur liegt Ihr Bezug zum Leben und Ihre Erlösung. Je mehr Sie untätig den Bedrohungen des Friedens und der Natur zuschauen, desto geschwächer fühlen Sie sich. Ihre Erlösung liegt im Aufzeigen der Bedrohungen - ein Aufzeigen, das uns alle aufrütteln soll, um die Welt friedlich zu erhalten. Erkrankungen, durch die Sie sich psychisch sehr mitgenommen fühlen und die Ihnen vielleicht sogar die Hoffnung auf Besserung nehmen, gehen konform mit einer lethargischen Haltung, in der Sie nicht mehr glauben, das vom Leben zu bekommen, was Sie für grundlegend halten. Womöglich glauben Sie dann, vom Schicksal vernachlässigt worden zu sein. Das gibt Ihnen das Gefühl, nicht mehr zur Allgemeinheit dazuzugehören.

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

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

Geschwächt durch Anderssein

Neptun im 11. Haus

Sie sind ein Gruppenmensch mit einem ausgeprägten Wir-Empfinden. Deshalb identifizieren Sie sich mit dem, was um Sie herum so passiert. Das veranlasst Sie auf der einen Seite, sehr verantwortlich zu handeln. Andererseits fühlen Sie sich möglicherweise von Dingen betroffen, in die Sie nicht direkt verwickelt sind. So könnten Sie Kritik, Skepsis oder Ablehnung völlig auf sich beziehen, wenngleich nur sachlich über ein Umfeld gesprochen wird, in dem Sie sich gerade aufhalten. Aufgrund Ihrer Durchlässigkeit ist es für Sie sehr bedeutsam, sich in einem gesunden Klima aufzuhalten. Das bedeutet, dass Sie sich mit Menschen umgeben müssen, die Sie bestärken, die Ihnen gut tun und gleiche Gesinnungen tragen. Wenn Sie in

auffälliger Weise krankheitsanfällig sind und allergische Körperreaktionen oder Überempfindlichkeiten vorweisen, dann drängt sich die Frage auf, welche Umweltfaktoren oder welche fremden Erwartungen, die Sie unbedingt erfüllen wollen, Ihnen schaden.

Möglicherweise identifizieren Sie sich sehr stark mit einer Gruppe von Menschen, die Sie als Mitstreiter für eine bessere Welt betrachten. Wenn Sie dann befürchten, ohne diese stützende Gruppe einer desillusionierenden Welt ausgeliefert zu sein, identifizieren Sie sich bedingungslos mit Idealvorstellungen, die von der Gruppe hochgehalten werden. Sie spüren zwar, dass Sie sich sehr zusammenreißen müssen, um die Erwartungen der Gruppe zu erfüllen. Um aber keinen zu enttäuschen oder selbst nicht durch Ausschluss aus der Gruppe enttäuscht zu werden, strengen Sie sich sehr an. Ihr Körper zeigt dann Ihre Überforderung durch ein labiles Nervengerüst, nervale Störungen oder auch Herpesbläschen. So eine psychische Anspannung kann in uns Selbstschutzmechanismen auslösen, die als Sensibilitätsstörungen bezeichnet werden: man empfindet sich dann irgendwo taub oder weniger aufnahmefähig, was dazu führt, dass man nicht mehr so spontan reagieren kann. Möglicherweise fühlen Sie sich aber auch überreizt und so aufgekratzt, dass es Ihnen schwer fällt, abzuschalten. Daher könnten Sie sich zu dämpfenden Mitteln wie Alkohol, Beruhigungsmittel, aber auch zur Berieselung durch das Fernsehen verführen lassen. Taubheitsgefühle an Füßen oder Fingerspitzen, ebenso kalte Extremitäten aufgrund von Durchblutungsstörungen könnten im Zusammenhang mit einer nervlichen Überlastung gebracht werden. Sie überanstrengen sich leicht, wenn Sie Zukunftsvisionen beschönigen, an die Sie eigentlich nicht glauben. Doch Sie sehen sich womöglich nicht weniger überfordert, wenn Sie mit Ihren Visionen Menschen angeregt haben, die Ihnen erwartungsvoll folgen und von Ihnen die Lösung ihrer Probleme erhoffen.

Sie sind ein kreativ begabter Mensch, der uns alle mit seinem Feingefühl inspirieren kann. Ihre Sehnsüchte sind die Träume vieler anderer Menschen, die sich gleichzeitig in einer ähnlichen Situation befinden. Sie helfen sich selbst am besten, wenn Sie trotz der Erwartungen und auch Bewunderungen durch andere, Ihren persönlichen Stil, Ihre innere Stimme und die eigenen Ideale nicht vergessen. Indem Sie sich mit Ihrem Einfühlungsvermögen auf das Leid und Leiden anderer einlassen, kommen Sie auf Lösungsmöglichkeiten, die Ihnen auch selbst helfen werden. Ihre Hingabekraft ist ein Geschenk für Ihre Mitmenschen, solange Sie sich nicht märtyrerhaft selbst aufgeben. Als Folge so einer Selbstaufopferung werden Sie sonst allzu leicht zu einem

Leidenden, der sich suchartig mit Krankheiten befasst oder von psychischen Problemen nicht loslassen kann, in der stillen Hoffnung, von anderen aufgrund seines Ertragens bewundert, beachtet und in eine Gemeinschaft integriert zu werden. Leiden ist dann ein Mittel, um durch Bemitleidung in einen sozialen Kontakt zu treten. Eine Selbsthilfegruppe kann dann die Möglichkeit bieten, den Blick wieder auf eine positive Zukunft zu richten. Sie werden sich erst dann viel besser fühlen, wenn Sie sich weniger mit dem Leiden und mehr mit den Möglichkeiten befassen, wie Sie ein glückliches Zusammenleben gestalten können. Sie identifizieren sich mit sich selbst über Ihren Namen. 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.

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 Selbstwertfindung

Pluto im Zeichen Stier

Ihre plutonische Kraft treibt Sie dazu an, sich vom vorgegebenen Weg Ihrer Vorfahren immer mehr zu lösen, um Ihre individuellen Fähigkeiten zu entdecken und anzuwenden. Möglicherweise fesseln Sie materielle oder finanzielle Verpflichtungen. Vielleicht haben Sie sich intensiv mit einem körperlichen oder finanziellen Erbe zu befassen. Wahrscheinlich könnten Sie mit Ihren ererbten Begabungen beruhigt in die Zukunft blicken, falls Sie sich bemühen, Ihre Talente zu entwickeln. Um aber mutig, entschlossen und lebendig zu sein, werden Sie Ihre Begabung ganz individuell einzusetzen haben. Das könnte Sie in familiäre Ungnade oder auf unbequeme Pfade, weitab von familiären Sicherheitszonen, bringen.

In Lebensphasen, in denen Ihnen die familiäre und auch finanzielle Sicherheit wichtiger erscheint, als persönliche Schwerpunkte zu verfolgen, werden gleichzeitig all Ihre psychischen Kontrollregister gezogen sein. Dann nämlich halten Sie besonders stark an Besitz und Traditionen fest, die Ihre Lebendigkeit immer mehr mit Pflicht und Tücke untergraben. Möglicherweise beschwören Sie aus Angst vor Verlust oder Ruin völlig unbeabsichtigt erst recht so manche Krise herauf, die Sie aber dahinbringen könnte, ein weniger abgesichertes, dafür aber an intensiven Erlebnissen reich beschenktes Leben zu führen.

In Entwicklungsphasen, in denen umwälzende Veränderungen auf Sie einströmen, verdeutlichen Krankheiten Ihre verborgene Angst vor Zusammenbrüchen. Krisen lösen in Ihnen das Gefühl aus, den Boden unter den Füßen zu verlieren. Die innere Panik verursacht womöglich schlaflose Nächte, vielleicht auch Atembeschwerden. Es ist nicht unwahrscheinlich, dass Sie sich kraftlos, krank und antriebslos fühlen, wenn langjährige Beziehungen in eine Krise hineingeraten sind oder familiäre Strukturen sich drastisch verändern. Nichts scheint für Sie bedrohlicher zu sein, als Altbewährtes und Gewohnheiten aufgeben zu müssen. Doch Krankheiten können eine Chance bieten, in sich zu gehen, über Notwendiges nachzudenken und sich von Überholtem zu lösen.

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 Anpassung an Zeitgeist

Pluto im 11. 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 sich dazu aufgefordert sehen, sich in einen Gruppenkonsens einzugliedern. Mit aller Macht sträuben Sie sich dagegen, weil Sie meinen, in der Masse unterzugehen. Durch Extratouren, Sonderrechte, Ausnahmeregelungen oder auch mit exzentrischem, ausgeflipptem Verhalten erkämpfen Sie sich eine Vormachtstellung in der Gruppe, die Sie zur Besonderheit erhebt. Das, was man unter Homogenität versteht, ist Ihnen ein rotes Tuch. Der Grund dafür sind Kindheitserfahrungen: Vermutlich haben Ihre Eltern völlig verschiedene Auffassungen in Erziehungsfragen und Weltidealen vertreten. Womöglich sahen Sie sich in einem Hexenkessel gefangen, weil Sie die Rüge des einen Elternteiles über sich ergehen lassen mussten, wenn Sie sich nach den Ansichten des anderen verhalten hatten. So waren Sie schon als Kind darauf angewiesen, etwas völlig anderes zu tun, als in den Köpfen der beiden Eltern vorging. Als Erwachsener haben Sie gelernt, unter dem Deckmantel der Liberalität einmal diesen Grundsatz und einmal jenen zu vertreten. Trotz allem empfinden Sie sich nicht als frei, denn fast zwanghaft ringen Sie um Ihre Sonderstellung. Sie werden sich viel kraftvoller fühlen, wenn Sie zu einem kritischen Betrachter unter Gleichgesinnten werden, der für sich selbst feststellt, was für ihn akzeptabel ist und was er mit einem klaren inneren Gefühl ablehnt.

Solange Sie mit Anti-Haltungen und Sonderrechten beschäftigt sind, sind Sie innerlich angespannt - weil Sie sich ja nicht von einem Gruppenkonsens einfangen lassen dürfen. Das belastet auf die Dauer Ihr Nervensystem, denn Gruppen gestalten Ihren Alltag: die Familie, das Arbeitsteam und auch Ihre eventuellen Freizeit-Vereine. Nervale Entzündungen wie Gürtelrose und auch Herpesbläschen deuten diese innere Zerrissenheit an. Sympathien und äußeres Ansehen stehen auf dem Spiel, wenn Sie sich zu einer Seite oder zu Ihrem Standpunkt bekennen würden. Wenn Entzündungen im Analbereich auftreten, werden in der Regel Emotionen zurückgehalten, durch die wir uns entlarvt fühlen würden. Das könnte die Folge haben, aus unserer Gruppenposition verdrängt zu werden. Schilddrüsenerkrankungen oder Funktionsstörungen der Keimdrüsen erinnern daran, dass wir auf zwischenmenschlicher Ebene einen Balanceakt vollführen, bei dem wir unsere Spontaneität blockieren, um mit scheinbarer Neutralität schlimmere Konfliktsituationen

zu vermeiden.

Wenn Sie sich aber mutig zu eigenen Richtlinien, Kriterien oder Werturteilen bekennen, wird das für andere bindend sein können. Dann haben Sie das Zepter in der Hand, mit dem Sie in der Gemeinschaft durch eigene Überzeugungen eine einflussreiche und hervorgehobene Position einnehmen. 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 Frustrerlebnisse 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.

Wunsch und Erwartung

Jupiter Quadrat Pluto

Moral, Gesetze und Gebote halten Sie für notwendig, damit durch sie die Triebhaftigkeit der Menschen unter Kontrolle gehalten wird. Streng richten Sie sich nach einem Wertesystem, das Sie zum Prinzip erheben. Verfehlungen erwecken in Ihnen ein schlechtes Gewissen - und Ihre eigene Leidenschaftlichkeit ist Ihnen manchmal unheimlich. Irgendwie ahnen Sie, dass auch in Ihnen etwas Begieriges steckt. Gelüste, die auf das Essen bezogen sind, belasten Ihr Gewissen am wenigsten. Folglich überfällt Sie gelegentlich ein Heißhunger auf Süßigkeiten. Falls Sie rauchen, werden Sie phasenweise zum Kettenraucher - und zwischenzeitlich

konsumieren Sie mehr Alkohol, als Sie vertragen. Doch plötzlich pfeift Ihre Moral Sie zurück und Sie sühnen Ihre Ausuferungen durch Abstinenz. Erkrankungen, die mit der Leber in Verbindung stehen und auch Bauchspeicheldrüsen- oder Darmbeschwerden deuten an, dass Sie Ihr Verlangen nach Liebe oder Anerkennung stark reglementieren.

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

Unsere Verwundbarkeit

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

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

müssen, dass das alte Leiden durch ein neues ersetzt wurde.

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

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

Ihr wunder Punkt: Ihre persönliche Sicherheit

Chiron im Zeichen Stier

Sie beurteilen sich selbst nach dem, was Sie besitzen. Ihr wunder Punkt wird meist dann getroffen, wenn Sie glauben, dass andere Ihren persönlichen Wert nicht ausreichend zu schätzen wissen. Sie setzen sich sehr für andere Menschen ein, vor allem, um ihnen ein Gefühl von Sicherheit zu geben. Das haben Sie in Ihrer Kindheit sehr vermisst.

Weil Sie aber spüren, dass das Einzige, das Sie bis ans Ende Ihrer Tage sicher nicht verlässt, Ihr eigener Körper ist, bewerten Sie Unzulänglichkeiten und alterungsbedingte Entwicklungen Ihres Körpers besonders negativ. Ihr Körper ist das Kapital, mit dem Sie Ihr Leben absichern möchten. Unberechenbare körperliche Veränderungen beunruhigen Sie. Krankheiten können anzeigen, dass Sie sich gegen unaufhaltsame Entwicklungen sträuben. Da Sie aber besonders viel Wert auf Beständigkeit legen, versuchen Sie, körperliche Symptome durch Patentrezepte oder Medikamente, die schnelle Linderung versprechen, aus der Welt zu schaffen. Je geschwächer oder gehandikapter Sie sich durch Ihren Körper fühlen, desto mehr verlagern Sie Ihre Aufmerksamkeit auf materielle oder finanzielle Dinge. Die sollen

dann Ihre Zukunft absichern.

Instinkte und Emotionen durchwühlen uns und durchbrechen so manchen vorgefertigten Plan. Weil sich aber lieb gewordene Menschen von Ihnen abwenden könnten, wenn Sie Abneigungen zeigen, handeln Sie zeitweilig mehr nach der Etikette als nach Ihrem Gefühl. Hals- und Nackenbeschwerden können anzeigen, dass Sie Gefühle unterdrücken, weil Sie Veränderungen fürchten.

Gerade weil Sie selbst immer wieder von Zukunftssorgen und Existenzängsten durchgeschüttelt werden, haben Sie die Fähigkeit entwickelt, für andere ein sicherer Zufluchtsort zu sein. Instinktsicher bemerken Sie, ob sich jemand aus Ihrem nahen Umkreis in finanziellen oder gesundheitlichen Schwierigkeiten befindet. Dann greifen Sie ohne viel Worte dem Hilfesuchenden unter die Arme. Ihr Gespür für Gesundheit lässt Sie schnell erkennen, wie kraftvoll jemand in seinem Leben steht. Sehr zuverlässig erahnen Sie bei anderen Krankheitsursachen. So sind Sie ein guter Lebensberater und können anderen Menschen helfen, ihre bisherigen Werte und Wichtigkeiten überdenken. Aus Ihrer existenziellen oder materiellen Verunsicherung heraus haben Sie die Fähigkeit entwickelt, Sicherheit zu schenken. Sie selbst aber werden wohl immer wieder Phasen erleben, in denen Ihnen das Vertrauen auf eine gesicherte Zukunft fehlt.

Ihre Heilkraft: Sonderbares akzeptieren

Chiron im 11. Haus

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

Sie haben am eigenen Leibe erfahren, wie schmerzhaft es ist, aufgrund einer gewissen Andersartigkeit oder einer einseitigen Begabung nicht dazuzugehören. Hieraus haben Sie ein Gespür für Menschen entwickelt, die aufgrund einer

psychischen Labilität, einer körperlichen Einschränkung oder aufgrund einer Einräumung von Sonderrechten nicht ins "Normale" hineinpassen. Wenn es darum geht, Außenseiter in eine Gemeinschaft zu integrieren, sind Sie ein guter Ratgeber und ein ideenreicher Erfinder. Das ist eine Heilkraft, die Sie anderen zugute kommen lassen sollten, weil Sie selbst daran heil werden.

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

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

Ihre empfindliche Stelle: Ihre Sehnsüchte

Chiron Konjunktion Neptun

Sensibel und feinfühlig nehmen Sie Erscheinungen wahr, die andere nicht sehen können. Deshalb werden Sie manchmal belächelt. Dadurch fühlen Sie sich nicht ernst genommen und ausgegrenzt. Sie ziehen sich in eine Fantasiewelt zurück, wenn Sie depressiv verstimmt sind. Ihr Unterbewusstsein könnte Krankheiten induzieren, die Ihnen eine Flucht vor der Wirklichkeit ermöglichen. Dann fühlen Sie sich schlapp, müde und körperlich kaum widerstandsfähig. Möglicherweise greifen Sie zu Aufbau- oder Vitaminpräparaten, ohne die Sie sich nicht leistungsfähig vorkommen. Vielleicht sind Sie besonders schmerzempfindlich. Dann könnten Sie zu schmerzstillenden

Medikamenten, zu Alkohol oder anregenden Drogen greifen, die die Gefahr der Sucht in sich bergen. Als Gekränkter oder Kranker könnten Sie in der Rolle des Leidenden verharren, um mehr Rücksicht zu erhalten.

Sie können aber auch ganz anders reagieren und sich genau von jener Sorte von Menschen angewidert fühlen, die im oberen Abschnitt beschrieben wurden. Jammernde Kranke und vorwurfsvolle Gekränkte sind Ihnen dann ein Gräuel. Krankenbesuche oder die Konfrontation mit Gekränkten schieben Sie auf die lange Bank. Vielleicht hat das körperliche oder seelische Leiden eines Familienmitgliedes Ihre Aversion gegen Bemitleidenswerte geprägt. Krankheiten, die Sie an die Stille des Krankenbettes binden und Sie in delirische Fieberwelten entführen, machen Sie auf Ihre inneren Wahrnehmungen wieder aufmerksam. Das passiert vor allem dann, wenn Sie sich betont sachlich geben und Ihren Ahnungen wenig Gehör schenken. Fußdeformationen, ebenso kreislaufbedingte Wetterfühligkeit deuten an, dass Sie sich nach anderen ausrichten und eigene Impulse verdrängen.

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

Epilog

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

Wenn Sie jedoch an einer ernsthaften oder chronischen Erkrankung leiden, sollten Sie natürlich unbedingt auch Ihren Arzt befragen und eine Therapie der Symptome

einleiten. Bei psychischen Leiden kann sicherlich ein Psychotherapeut maßgebliche Hilfe leisten.

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

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

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

Abschließend noch Grundsätzliches zur Anwendung von Bachblütenessenzen:

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

Bachblüten ersparen Ihnen keinen Gang zum Arzt und sind kein Medikamentenersatz! Sie können aber durchaus eine medikamentöse Therapie positiv begleiten, denn Sie wirken ganzheitlich. Sollten Sie sich für eine unter den Aspektierungen beschriebene Bachblüte nicht so recht entscheiden können, wird Sie Ihre Intuition sicherlich an die momentan für Sie zutreffende Essenz heranführen. Beim Aussuchen des betreffenden

Mittels kann hierbei ein Kartensortiment behilflich sein, das jede Bachblüte einzeln charakterisiert. Die Bilder so einer Bachblüten-Kartensammlung - beispielsweise die "Bachblüten-Devas" von Alois Hanslian - sprechen Ihr Unbewusstes an und stellen einen intuitiven Bezug zur Wirksamkeit der jeweiligen Blüten her.

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

Susanne Christan, Astrologin.