

# Astrologische Analyse Körper, Geist, Seele Langform



Bob Marley  
06.02.1945 - 02:30 Uhr EST  
Saint Anns Bay

Sonnenzeichen: Wassermann  
Mondzeichen: Skorpion  
Aszendent: Schütze



# Inhalts- verzeichnis

<b>Deckblatt</b>	<b>1</b>
<b>Inhaltsverzeichnis</b>	<b>2</b>
<b>Horoskopgrafik</b>	<b>4</b>
<b>Aspektgrafik / Daten</b>	<b>5</b>
<b>Prolog</b>	<b>6</b>
<b>Ihre gesundheitliche Konstitution</b>	<b>7</b>
Ihr Vorbildsbezogener Umgang mit Ihrer Gesundheit (Aszendent im Schützen)	8
Unternehmungsgeist stärkt Körper und Psyche (Aszendent Sextil Sonne)	9
Eigene Freiräume schaffen (Aszendente Opposition Uranus)	9
<b>Ihre zentrale Energiequelle</b>	<b>10</b>
Lebenskraft durch Entdeckergeist (Sonne im Wassermann)	12
Kraft zum Loslassen entwickeln (Sonne im 2. Haus)	14
<b>Ihre psychische Kraft</b>	<b>16</b>
Erholung finden Sie im Loslassen (Mond im Skorpion)	17
Ihre Tränen machen Sie gesund (Mond im 12. Haus)	20
Bedürfnis und Fakten (Mond Sextil Merkur)	21
Bedürfnis und Trieb (Mond Sextil Mars)	23
Bedürfnis und Moral (Mond Sextil Jupiter)	24
<b>Unser Regelsystem</b>	<b>26</b>
Selbsterhaltung durch Gefühlsäußerungen (Saturn im Krebs)	28
Heilungsaufgabe: Mut zur Selbstliebe (Saturn im 7. Haus)	30
Verantwortung und Vergnügen (Venus Quadrat Saturn)	31
Tatsachen und Sehnsüchte (Saturn Quadrat Neptun)	33
<b>Unser Reizleitungssystem</b>	<b>35</b>
Stress durch Unentschlossenheit (Uranus in den Zwillingen)	37

Befreiung durch Aufgabe von Berechnungen (Uranus im 6. Haus)	38
Individualität und Integration (Uranus Trigon Neptun)	40
Abwechslung und Neuwerdung (Uranus Sextil Pluto)	41
<b>Unsere Diffusionsprozesse</b>	<b>43</b>
Beeinflussbar in Beziehungen (Neptun in der Waage)	45
Geschwächt durch fehlende Visionen (Neptun im 10. Haus)	46
Körperliebe und soziale Liebe (Venus Opposition Neptun)	48
<b>Unser Erbe</b>	<b>49</b>
Lebendigkeit durch Selbstfindung (Pluto im Löwen)	51
Kraft durch Loslösungsbereitschaft (Pluto im 8. Haus)	52
Lebensstrom und Wandel des Lebens (Neptun Sextil Pluto)	55
<b>Unsere Verwundbarkeit</b>	<b>56</b>
Ihr wunder Punkt: Ihr Harmoniebestreben (Chiron in der Waage)	57
Ihre Heilkraft: Zielfindung (Chiron im 10. Haus)	57
Ihre empfindliche Stelle: Ihr Selbstverständnis (Chiron Trigon Merkur)	58
Ihre empfindliche Stelle: Ihre Selbstliebe (Chiron Opposition Venus)	59
Ihre empfindliche Stelle: Persönliche Grenzsetzung (Chiron Quadrat Saturn)	60
Ihre empfindliche Stelle: Ihre Sehnsüchte (Chiron Konjunktion Neptun)	61
<b>Epilog</b>	<b>62</b>

**Bob Marley**

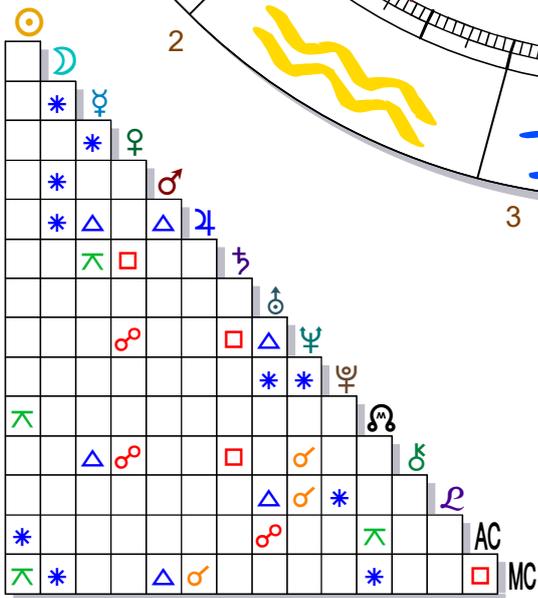
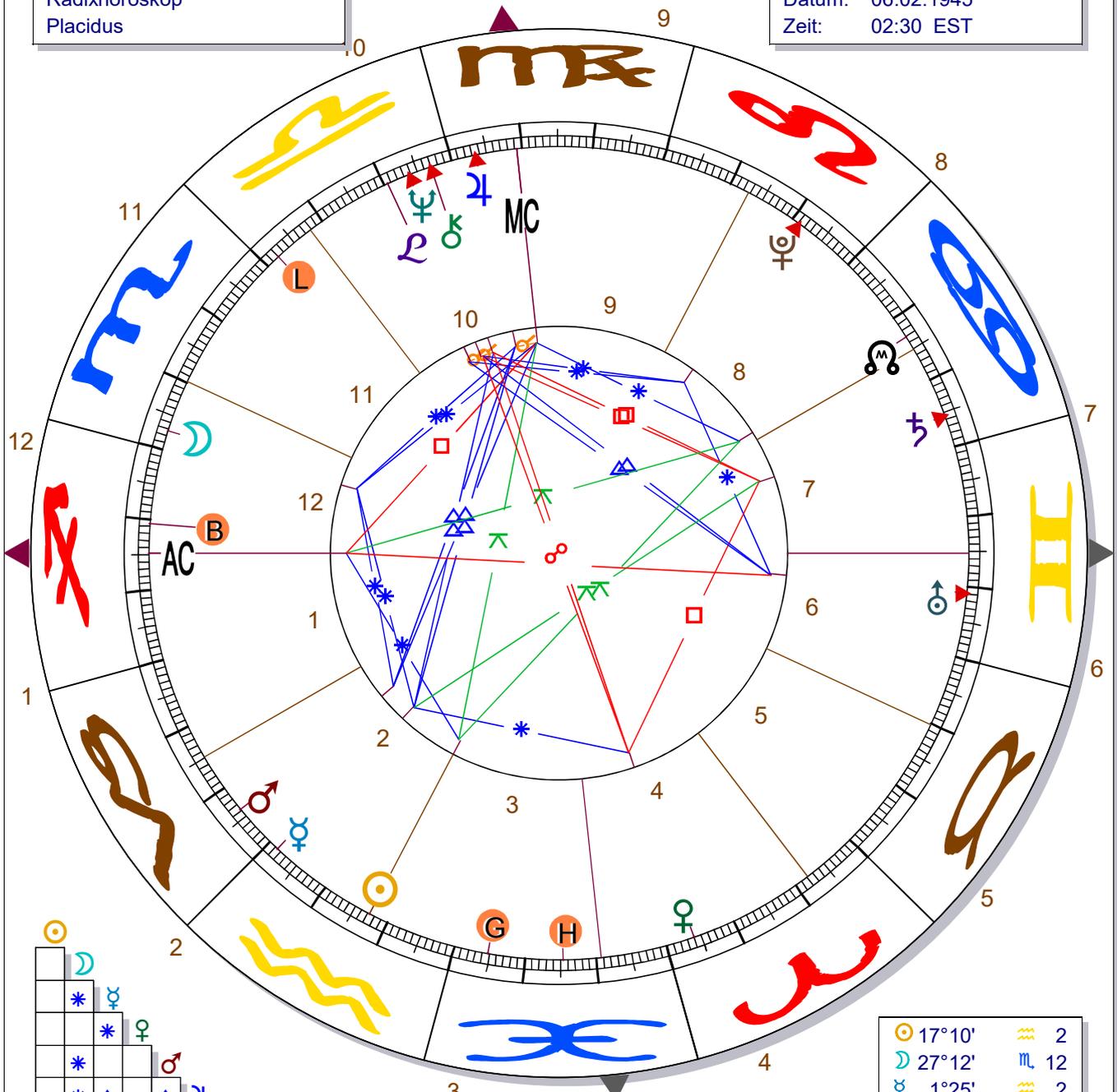
Kunst, Musik, Literatur...

**Saint Anns Bay**

Länge: 077°08' W Breite: 18°26' N

Radixhoroskop  
Placidus

Datum: 06.02.1945  
Zeit: 02:30 EST



**Kardinal:** 7  
**Fix:** 4  
**Flexibel:** 2

**Feuer:** 2  
**Erde:** 2  
**Luft:** 6  
**Wasser:** 3

**Männlich:** 8  
**Weiblich:** 5

1	14°46'	♄
2	14°51'	♃
3	17°12'	♈
4	20°41'	♈
5	22°09'	♈
6	19°49'	♈
7	14°46'	♈
8	14°51'	♈
9	17°12'	♈
10	20°41'	♈
11	22°09'	♈
12	19°49'	♈

♁	17°10'	♈	2
♁	27°12'	♈	12
♀	1°25'	♈	2
♀	3°59'	♈	4
♂	23°47'	♈	2
♃	26°30'(R)	♈	10
♃	4°32'(R)	♈	7
♃	9°09'(R)	♈	6
♀	6°12'(R)	♈	10
♀	8°55'(R)	♈	8
♁	16°53'	♈	8
♃	3°01'(R)	♈	10
♃	9°26'	♈	10
AC	14°46'	♈	1
MC	20°41'	♈	10

### Bob Marley

Kunst, Musik, Literatur...

### Saint Anns Bay

Länge: 077°08' W Breite: 18°26' N

Radixhoroskop  
Placidus

Datum: 06.02.1945  
Zeit: 02:30 EST

#### Planeten-Stellungen

☉ Sonne	17°10'	♊ Wassermann	Haus 2
☾ Mond	27°12'	♏ Skorpion	Haus 10
☿ Merkur	1°25'	♊ Wassermann	Haus 2
♀ Venus	3°59'	♈ Widder	Haus 4
♂ Mars	23°47'	♑ Steinbock	Haus 2
♃ Jupiter	26°30' (R)	♍ Jungfrau	Haus 10
♄ Saturn	4°32' (R)	♋ Krebs	Haus 7
♅ Uranus	9°09' (R)	♊ Zwilling	Haus 6
♆ Neptun	6°12' (R)	♎ Waage	Haus 10
♇ Pluto	8°55' (R)	♌ Löwe	Haus 8
♁ mKnoten	16°53'	♋ Krebs	Haus 8
♄ Chiron	3°01' (R)	♎ Waage	Haus 10
♁ Lilith	9°26'	♎ Waage	Haus 10
♈ AC Aszendent	14°46'	♈ Schütze	Haus 1
♎ MC Medium Coeli	20°41'	♍ Jungfrau	Haus 10

#### Häuser-Stellungen

1	14°46'	♈	Schütze
2	14°51'	♑	Steinbock
3	17°12'	♊	Wassermann
4	20°41'	♋	Fische
5	22°09'	♈	Widder
6	19°49'	♉	Stier
7	14°46'	♊	Zwilling
8	14°51'	♋	Krebs
9	17°12'	♌	Löwe
10	20°41'	♍	Jungfrau
11	22°09'	♎	Waage
12	19°49'	♏	Skorpion

#### Aspekte

♁ * ♁ +0°13'	☉ ♁ ♁ +0°17'	♁ Δ ♁ +0°17'
♁ * ♁ +0°31'	♀ □ ♄ +0°33'	☾ * ♃ +0°42'
♀ ♁ ♁ +0°58'	♄ □ ♁ +1°31'	☿ Δ ♁ +1°36'
♄ □ ♁ +1°40'	♁ ♁ AC +2°06'	♀ ♁ ♁ +2°12'
☉ * AC +2°23'	☿ * ♁ +2°34'	♂ Δ ♃ +2°43'
♁ * ♁ +2°44'	♁ Δ ♁ +2°57'	♂ Δ MC +3°06'
♀ ♁ ♄ +3°06'	♁ ♁ ♁ +3°11'	♁ ♁ ♁ +3°14'
☾ * ♁ +3°25'	☉ ♁ MC +3°31'	♁ * MC +3°48'
☾ * ♁ +4°13'	☿ Δ ♃ +4°55'	♁ ♁ AC +5°38'
♃ ♁ MC +5°49'	AC □ MC +5°55'	☾ * MC +6°31'

#### Quadranten

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

#### Elemente

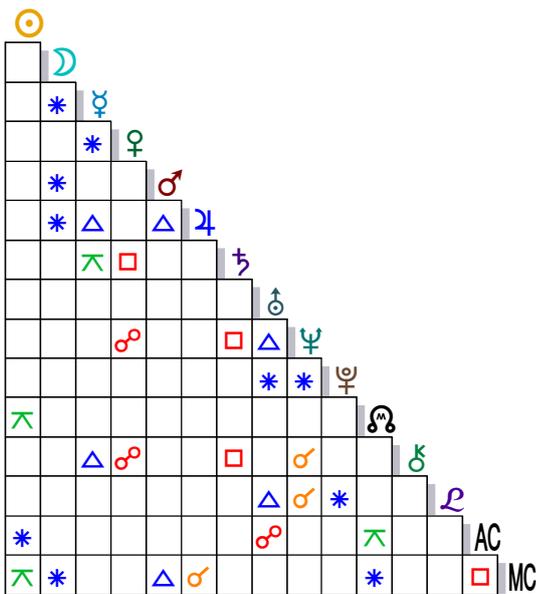
Feuer	2	♀ ♁
Erde	2	♂ ♃
Luft	6	☉ ♁ ♁ ♁ ♁ ♁
Wasser	3	☾ ♄ ♁

#### Qualitäten

Kardinal	7	♀ ♁ ♄ ♁ ♁ ♁ ♁
Fix	4	☉ ☾ ♁ ♁
Flexibel	2	♃ ♁

#### Männlich / Weiblich

Männlich	8	☉ ♁ ♁ ♁ ♁ ♁ ♁ ♁
Weiblich	5	☾ ♁ ♃ ♄ ♁



#### Legende

- ♁ Konjunktion
- ♁ Halbsextil
- ♁ Halbquadrat
- \* Sextil
- Q Quintil
- Quadrat
- Δ Trigon
- ♁ Sesquiquadrat
- ♁ Biquintil
- ♁ Quincunx
- ♁ Opposition

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

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

## Prolog

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

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

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

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

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

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

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

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

## Ihre gesundheitliche Konstitution

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

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

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

## Ihr vorbildsbezogener Umgang mit Ihrer Gesundheit (Aszendent im Schützen)

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

Eine Sportart, die Sie einst angefangen haben, halten Sie durch, solange Ihnen Erfolg beschert ist. Mit Ihrer charismatischen Ausstrahlung werden Sie von Sportanhängern gar zum Idol erhoben und haben Talent zum Sportlehrer. Sobald Sie aber merken, dass sich der Erfolg nur noch einstellen wird, wenn Sie mehr als bisher trainieren, verlieren Sie das Interesse. Dann löst womöglich eine Phase der Behäbigkeit Ihre sportliche Karriere ab. Was Sie aus Ihrer Bequemlichkeit wieder herauslocken kann, sind Bewegungsspiele, die Ihnen ein Flair von der Weite der Welt vermitteln: etwa beim Ausreiten oder im internationalen Kontakt in Leichtathletikwettbewerben. Prinzipiell tut es Ihnen auch als Nicht-Sportler gut, jeden Tag wenigstens 10 Minuten Gymnastik zu machen. Hüfte und Schenkel sind bei Ihnen als körperliche Schwachpunkte. Daher könnten Sie für Ischiasleiden und Hüftgelenkerkrankungen anfällig sein. In jedem Falle sollten Sie darauf achten, dass Sie Ihre Muskeln erst langsam aufwärmen, um sich vor Muskelkontrakturen und Krämpfen in der Hüftregion, ebenso vor Muskelzerrungen zu schützen.

Sie haben die Fähigkeit, im erforderlichen Moment alle Ihre Energiereserven zu mobilisieren und auf ein Ziel zu konzentrieren. Auf körperlicher Ebene entsprechen diese psychischen Abläufe der Energieproduktion und -speicherung. Die Leber baut Stärke als Energiespender auf und wandelt Kohlenhydrate in Fett um, das dann in den Fettpölsterchen im Körper gespeichert wird. Außerdem baut die Leber aus den aufgenommenen Nahrungsbestandteilen Traubenzucker als Energielieferant auf. Störungen des Fettstoffwechsels und krankhafte Fetteinlagerungen könnten verdeutlichen, dass Ihnen das ideelle Ziel oder die Hoffnung entglitten ist, auf die Sie Ihre Energien bisher gerichtet haben. Körpereigene und auch fremde Gifte werden in der Leber deaktiviert und dann über die Galle ausgeschieden. Ärger, den Sie in sich hineinfressen, kann

bei Ihnen Gallenbeschwerden auslösen. Für Sie ist es besser, wenn Sie "Gift und Galle spucken", um sich zu entladen. Doch meistens steckt hinter einer Gallenblasenreizung eine tiefe Enttäuschung, durch die Ihr Vertrauen einem Menschen gegenüber erschüttert wurde.

Manchmal schieben Sie einen Arztbesuch lange hinaus. Dann ahnen Sie, dass der Arzt Sie dazu auffordern wird, Ihren Lebenswandel und eingeschlifene Gewohnheiten radikal zu verändern. In väterlichen, erfahrenen ärztlichen Händen fühlen Sie sich am wohlsten. Vor allem sollte sich der behandelnde Arzt genügend Zeit für Sie nehmen und Ihre bisherigen Bemühungen, wieder gesund zu werden, loben. Denn das Wichtigste für Ihre Genesung scheint guter Zuspruch zu sein, der Sie wieder hoffen lässt. Pillen sind Ihnen wahrscheinlich verhasst. Als wirkungsvoller betrachten Sie die therapeutische Verabreichung von Schwingungen in Form von Wärmebestrahlungen, Akupunktur, Bachblüten und auch von homöopathischen Mitteln. Mit Ihrem nervösen, auftreibenden Temperament sind Sie sehr begeisterungsfähig - besonders fürs Essen. Als Gourmet sollten Sie auf fettarme Speisen wie Fisch übergehen. Eiweißhaltige Gemüsesorten wie Auberginen und Mais bekommen Ihnen bestimmt gut. Fruchtzuckerhaltige Obstsorten wie Weintrauben, Ananas, Birnen, Pfirsich und Rhabarber dienen Ihnen als Energielieferanten. Ginseng-Extrakte fördern die Durchblutung, auch des Gehirns. Sie sollten aber nicht ohne Wissen des Arztes eingenommen werden. Eine bessere Durchblutung fördert Ihren Optimismus und motiviert Sie zu höheren Taten.

### Unternehmungsgeist stärkt Körper und Psyche (Aszendent Sextil Sonne)

Immer dann, wenn Sie glauben, keine Reserven mehr zu haben, hilft Ihnen die Vorstellung, dass Sie sich für eine Sache einsetzen, die Ihnen tatsächlich am Herzen liegt. Ihr Plus ist es, dass Sie sich nicht schämen, in stressbeladenen Zeiten Aufgaben zu delegieren. Weil andere wissen, dass auch Sie ihnen unter die Arme greifen werden, sind auch sie gerne bereit, Ihnen ihre Kraft zur Verfügung zu stellen. Um weiterhin gesund zu bleiben, hilft es Ihnen, so zu handeln, wie Sie es für richtig halten. Dann kann es Ihnen nicht passieren, dass Sie sich von anderen hetzen lassen.

### Eigene Freiräume schaffen (Aszendent Opposition Uranus)

Solange man Ihnen Ihre persönlichen Freiräume lässt, fühlen Sie sich auch gesund. Sobald Sie sich jedoch durch zu viel Vorschriften, gehäufte Pflichten und Forderungen von anderen als fremdbestimmt empfinden, werden Sie krankheitsanfällig. Ganz unbewusst könnte sich Ihr Körper mit plötzlich auftretenden Krankheitssymptomen gegen diese Einschränkungen wehren.

Nicht selten tauchen in solchen Zeiten Muskelrisse, Sehnenscheidenentzündungen oder Muskelkrämpfe auf. Ebenso könnte das Reizleitungssystem durch zu viel Stress übererregt sein - Ohrensausen, Nervenentzündungen, aber auch Herpesbläschen können eintreten. Je länger Sie sich nach anderen ausgerichtet haben, desto explosiver reagiert Ihr Körper. Rötungen, Jucken, aber auch Unfallneigung sind nicht ausgeschlossen.

In solchen Zeiten haben Sie einen enormen Bewegungsdrang, der Sie kaum stillsitzen lässt. Den sollten Sie mit sportlicher Bewegung tilgen. Die sollte Ihnen allerdings auch Spaß machen. Dehnungsübungen, aber auch Krafttraining zum Muskelaufbau sind zu Ihrem Stressabbau weniger geeignet. Weil sich Ihr Innerstes gegen Statisches wehrt, sollten Sie rhythmische Bewegungen vorziehen, die Ihr Bedürfnis nach Flexibilität durch Anspannung und Entspannung der Muskulatur berücksichtigen: etwa beim Joggen, beim Tanzen oder bei einem Mannschaftssport. Gesundheit hängt bei Ihnen mit dem Gefühl zusammen, nicht festgelegt zu sein, aber eine Kontinuität zu verfolgen.

## Ihre zentrale Energiequelle

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

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

*Ihre zentrale Energiequelle - Die Sonne*

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

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

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

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

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

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

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

## Lebenskraft durch Entdeckergeist (Sonne im Wassermann)

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

Aktionsraum, innerhalb dessen Sie Ihre Vorgehensweise selbst bestimmen. Sie sind ein exzellentes Teammitglied, aber nur wenn Sie Ihre eigenen Ideen und Vorstellungen in ein großes Ganzes einfügen können.

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

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

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

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

Den Planetenschwingungen können im Körper verschiedene Energiezentren - so genannte Chakren - zugeordnet werden. Diese Energiezentren sind Schaltstellen, an denen der Energiefluss im Körper reguliert wird. Um eine Planetenschwingung ungehemmt und positiv ausleben zu können, muss das betreffende Chakra durchlässig und aktiv sein. Mit der Kraft unseres Atems können wir solche Chakren von Energieblockaden befreien. Dem Zeichen Wassermann ist der Uranus zugeordnet. Das energetische Zentrum unserer geistigen Bewusstheit (Uranus) liegt im Stirnchakra, das auch als Drittes Auge bekannt ist. Es liegt an der Nasenwurzel zwischen den Augenbrauen. Um nicht in Vergeistigung abzuheben, ist es für Sie mit Ihrer vom Uranus beeinflussten Sonne sehr wichtig, dass Sie Ihren Energiefluss regelmäßig erden. Folgende Übung kann Ihnen immer dann behilflich sein, wenn Sie zu viele Dinge auf einmal im Kopf haben: Stellen Sie sich einen goldenen Lichtstrahl vor, den Sie mit der Einatmung aus der Erde über die Wirbelsäule bis zum Stirnchakra in sich hineinsaugen. Nach einem kurzen Luftanhalten schieben Sie das goldene Licht über die Wirbelsäule wieder zurück und lassen es aus dem Sonnengeflecht weit hinausströmen. Wenn Sie diesen Atemvorgang siebenmal wiederholen, werden Sie Ihre Kraft immer mehr auf das Wesentliche zu konzentrieren wissen.

### Kraft zum Loslassen entwickeln (Sonne im 2. Haus)

Sie bringen alle Voraussetzungen mit, sich mit beiden Beinen in der Erde zu verwurzeln. Sie kennen sich in der Welt der Materie aus und haben die Kraft, sich eine sichere Zukunft zu planen. Zudem schlägt Ihr Herz für die Natur, was die Basis für Ihre Lebensziele bildet. Sie lieben das Leben und die Menschen, deren Wachsen und Gedeihen Sie fördern möchten.

Solange Sie noch nicht herausgefunden haben, welche Fähigkeiten Ihnen dazu verhelfen, sich im Leben zu verwurzeln, werden Sie womöglich von Existenzängsten geplagt. Alle Energien verlagern sich in so einer Lebensphase darauf, all das besitzen und festhalten zu wollen, was man glaubt, schon zu haben. Wachsen ist aber ein dynamischer Prozess, der durch Festhalten statisch wird, womit jegliche Entwicklung blockiert ist. So eine statische Haltung macht sich beispielsweise in unerwarteten Konkursen und auch in körperlichen Zusammenbrüchen bemerkbar. Dann will nichts mehr funktionieren und Ihnen scheint der Boden unter den Füßen weggezogen zu werden. Meistens wird erst in solchen Niedergängen erkannt, dass man seinen Wert an etwas gemessen hat, das nun möglicherweise nicht mehr besteht. Wenn es eigentlich schon nichts mehr zum Festhalten gibt, wir uns aber immer noch an eine letzte Gewohnheit klammern, mag sich das auf körperlicher Ebene in einer Tendenz zur Verstopfung zeigen. Dann halten wir verzweifelt das Wertloseste, das wir besitzen, fest: den Abfall.

Der Blutdruck steht mit unserem Körperzentrum, dem Herzen in Verbindung. Wenn wir gefestigt aus unserer Mitte heraus agieren, ist auch unser Blutdruck stabil. Blutdruckschwankungen lassen deshalb auf ein nicht gefestigtes Selbstvertrauen schließen, weil wir unseren Selbstwert noch zu wenig erkannt haben. Ein zu niedriger Blutdruck bringt uns in einen körperlich lethargischen Zustand. Wir sind kraftlos, matt und uns fehlt die nötige Energie, unser Leben in die Hand zu nehmen. Möglicherweise kommt dieser Zustand aus einem selbst geschaffenen Dilemma. Somit zwingen Sie sich zur Untätigkeit, weil Ihre Selbstständigkeit bisherige finanzielle oder partnerschaftliche Stabilitäten zu Fall bringen könnte. Veränderungen machen Angst - selbst wenn der Ist-Zustand ebenso unbefriedigend ist. Die Auflösung einer so verfahrenen Lebenslage liegt in der Regel im Vorwärtstreben und im Loslassen alter Gewohnheiten, die unsere Lebendigkeit beschränken. Im Gegensatz hierzu führt ein zu hoher Blutdruck schnell zur körperlichen Erschöpfung. Weil wir vor allem damit beschäftigt sind, Veränderungen zu unterbinden, verausgaben wir unsere Energie im Festhalten alter Beziehungsverhältnisse, die schon längst überholt sind.

Sie finden zu Ihrer Kraft, wenn Sie sich der Dynamik des Lebens und den anstehenden Veränderungen stellen. Das garantiert Ihr persönliches Wachstum. Solange Ihnen Ihre Beziehungen und Projekte, die Sie sich geschaffen haben, Freude bereiten, liegen Sie bestimmt richtig. Wenn aber Pflicht vor Liebe und Begeisterung steht, kommt Starrheit auf - und Starrheit ist der Feind jeglichen Wachstums und Ihrer Gesundheit ist. Bei erstarrten Lebenshaltungen bringt Ihnen Ihre angeborene Kreativität wieder mehr Bewegung ins Leben. Beschäftigen Sie sich in Ihrer Freizeit künstlerisch, handwerklich-gestaltend oder lassen Sie Ihre Ideen keimen. Das bringt Ihren Lebensfluss wieder in Schwung. Vor allem sollten Sie sich mit Dingen beschäftigen, die Ihre Selbstzufriedenheit erwecken. Bewundern Sie doch mal Ihr vollbrachtes Werk! Wenn Sie Ihr Talent erkennen, mit jeder Lebenssituation praktisch geschickt fertig zu werden, finden Sie zum Zentrum Ihrer Kraft und Lebendigkeit. Das gibt Ihnen das nötige Selbstvertrauen, auf eigenen Beinen stehen zu können, entlastet Ihre Beziehungen und mindert existenzielle Ängste.

## Ihre psychische Kraft

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

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

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

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

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

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

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

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

## Erholung finden Sie im Loslassen (Mond im Skorpion)

Sie sind Gefühl pur. Zeitweilig schießen Ihre Emotionen so über das Ziel hinaus, dass sie vulkanartig aus Ihnen herausbrechen - und Ihre Mitmenschen voller Überraschung zurückschrecken lassen. Gefühlsmäßig sind Sie ein Vollblut, wenn Sie das nach außen hin vielleicht auch gar nicht so zeigen wollen. Ihre größte Sehnsucht ist, Lust und Liebe mit allen Ihren Poren intensivst zu erleben. Mit so viel Gefühlstiefe haben Sie vermutlich auch schon

wieder Angst vor Ihrer eigenen emotionsgeladenen Power. So kommt es nicht selten vor, dass sich gerade die Menschen, die einen Skorpionmond haben und voll explosiver Gefühle sind, von ihren Empfindungen weit entfernt halten.

Am ehesten spüren Sie noch Ärger und Wut in sich aufsteigen, die Sie aber - aus Scham, sich bloßzustellen - oft nicht herauslassen. Hämorrhiden, Verstopfung und Mastdarmbeschwerden zeigen an, wie sehr Sie Ihre Emotionen unter Kontrolle halten, um nicht emotional zu explodieren. Der Afterschließmuskel entspricht auf körperlicher Ebene dem Ventil für unsere Aggressionen und auch für unsere Furcht. Wenn wir Angst haben, kneifen wir den Po zusammen und halten den Afterschließmuskel krampfhaft geschlossen. Die Angst eines Menschen mit einem Skorpionmond ist oft schon im frühkindlichen Alter entstanden. Dieser Angst liegt die Einstellung zu Grunde, sich beherrschen lassen zu müssen, um geliebt zu werden. Da Liebe im Erwachsenenalter in der Regel auch sexuell gelebt wird, werden dem Skorpionmond auch Krankheiten der Geschlechtsorgane zugeordnet. Schleimhauterkrankungen der Geschlechtsorgane drücken möglicherweise die Angst aus, vom Partner sexuell - also durch dessen Liebe - beherrscht zu werden. Erkrankungen der Sexualorgane können ein instinktiver Versuch des Körpers sein, sich vor sexueller Verfügbarkeit zu schützen. Oft haben Kinder von ihren Eltern erfahren, dass Lust - und vor allem die exzessive Lust des Skorpions - nicht erlaubt ist. Im Erwachsenenalter kann das sexuelle Empfinden dann phasenweise abgeschwächt sein - möglicherweise ein Hinweis darauf, dass Sie versuchen, all Ihre starken Empfindungen zu dämpfen.

Vermutlich sind Sie selten krank - aber wenn doch, dann brennen alle Sicherungen durch und Sie fühlen sich ganz besonders mies. Erholung finden Sie in der Abgeschiedenheit und Ruhe, dann, wenn Sie Ihren inneren Bildern und Gefühlen nachhängen können. Phasenweise brauchen Sie einen radikalen Rückzug: Dann igeln Sie sich ein und brechen für eine Weile sämtliche Kontakte ab, um sich gefühlsmäßig wieder zu sammeln und zu regenerieren. Vermutlich ist Ihre Rückzugsphase jedoch Ausdruck eines Dilemmas: einerseits würde nichts Sie besser heilen, als die selbstlose Zuwendung eines geliebten Menschen. Andererseits ist Ihr Rückzug - und auch Ihre Erkrankung - das Produkt vieler seelischer Überforderungen durch die Erwartungen derjenigen, deren Sympathien Sie sich wünschen. Im Rückzug - und auch im Krankenbett - setzen Sie diesen Ansprüchen von außen konsequent eine Grenze. Wenn Sie jedoch schon viel früher Ihre Power zeigen und sich nicht zu unliebsamen Dingen drängen lassen, können Ihre regenerativen Fähigkeiten aktiv bleiben und Sie müssen sich nicht durch Krankheit abgrenzen. Das setzt aber voraus, dass Sie sich mit Ihren inneren Bildern befassen. Durch Selbsthypnose und geleitete Traumreisen auf Kasette können Sie Ihre inneren Bilder wachrufen und erforschen. In Ihren Träumen spricht Ihr Unterbewusstes persönlich mit Ihnen -

schreiben Sie sich Ihre Träume deshalb regelmäßig auf. Je mehr Sie sich mit Ihren inneren Bildern befassen, desto besser werden Sie die Sprache Ihrer Psyche verstehen und Antworten zur Lösung Ihrer Probleme erhalten. Das alles braucht aber viel Zeit und Geduld. Manchmal kann Ihnen auch ein Gespräch mit einem erfahrenen Astrologen tiefe Einblicke in Ihre Psyche verschaffen.

Durch eine ganz einfache Körperübung können Sie mit der Energie Ihres Skorpionmondes 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 dunkelroten Flüssigkeit gefüllt ist. Diese rote 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 Skorpion wird in der Astrologie ein Rot zugeordnet, das ins Blutrot oder Kirschrot hineinreicht. Rote Tücher können Sie auf Sessel und Tisch geschmackvoll ausbreiten. Sie schaffen sich dadurch eine Atmosphäre, die Ihre verborgene Lust auf intensive Gefühle weckt.

Duftöle bewirken eine angenehme Atmosphäre im Raum, wenn sie in Duftlampen verdampft werden. Allerdings sollte man sich nicht ständig in duftenden Räumen aufhalten, weil sonst vereinzelt auch Unverträglichkeiten auftauchen können. Duftöle eignen sich hervorragend als Stimmungsmacher und sollten ausschließlich als solche eingesetzt werden. Der sehr stimulierende Duft von Patschuli kann dem Zeichen Skorpion als Duftessenz zugeschrieben werden. Patschuli hat einen erdigen, leicht fäkalen Geruch, der allerdings vielen Parfums beigemischt ist. Schwach dosiert hat Patschuli eine belebende und auch erotisierende Wirkung. Außerdem erweckt es in uns den Wunsch, unsere Grenzen zu überschreiten. In beklemmenden Momenten kann Patschuli befreiend und erdend zugleich wirken.

## Ihre Tränen machen Sie gesund (Mond im 12. Haus)

Sie haben das Bedürfnis, in der Gesellschaft etwas darstellen zu wollen. Dabei sind Sie sich jedoch nicht im Klaren, mit welcher Rolle Sie das bewerkstelligen können. Irgendetwas "Soziales" möchten Sie verfolgen. Dabei werden Sie von Ihrem Mitgefühl gelenkt, mit dem Sie sich in alle möglichen Schicksale einfühlen können. Vermutlich gibt es ein paar prägnante Bilder, die als Leitbild stets von Neuem Ihr Mitleid anrühren.

Vielleicht sind Sie besonders betroffen von einem aktuellen Bild aus der Zeitung. Dort, wo Sie Mitleid empfinden, werden Sie ganz unbewusst an Ihr eigenes Leid erinnert. Die Bilder, die Ihr Mitgefühl und Ihre Sehnsucht ansprechen, geben einen wichtigen Aufschluss über das, was Ihnen fehlt. Wenn Sie besonders krankheitsanfällig sind und vielleicht mehrere Infekte im Jahr durchmachen, sollten Sie die Bilder, die Sie so berühren, einmal intensiver in sich aufnehmen. Am besten schneiden Sie sich so ein treffendes Bild aus der Zeitung aus und stellen es sich auf Ihren Schreibtisch oder verwenden es als Lesezeichen in dem Buch, das Sie zurzeit lesen. Solche inneren Bilder sind sicherlich kein Schmuck für die Wohnung. Sie sind aber ein Sinnbild desjenigen psychischen Teils in Ihnen, der Sie immer wieder krank werden lässt und vielleicht auch an chronischen Erkrankungen beteiligt ist.

Als Frau kennen Sie vielleicht periodisch wiederkehrende Brustdrüsenanschwellungen, die sehr schmerzhaft sein können. Vielleicht leiden Sie aber auch an immer wiederkehrenden Magenschleimhautentzündungen, an Haarausfall oder an chronischen Schleimhautentzündungen der Nase oder des Atemapparates. Schreiben Sie sich ruhig einmal auf, welches Ereignis dem immer wiederkehrenden Krankheitssymptom vorausgegangen ist. Dann stellen Sie rein intuitiv einen Zusammenhang zwischen dem Ereignis und Ihrem ausgeschnittenen Bild aus der Zeitung her. Sie werden feststellen, dass Ihrem Krankheitssymptom ein Verlorenheitsgefühl vorausgegangen ist, das Sie vermutlich schon von klein auf kennen. Gehen Sie liebevoll mit Ihrem Bild um und versuchen Sie, sich immer mehr in die dargestellte Szene einzufühlen. Ihre Nächstenliebe ist nämlich die Brücke zu einem psychischen Schmerz in Ihnen, der Sie körperlich möglicherweise sehr schwächt.

Heilung finden Sie, wenn Sie Ihre Träume, d.h. Ihre momentanen Wünsche, immer mehr in den Alltag integrieren. So verankern Sie sich wieder mehr in der Welt. Wenn Sie dennoch keinen Weg für die Erfüllung Ihrer Sehnsüchte sehen, kann Ihnen das Trauern, Mitfühlen und Weinen helfen, das Ihr ausgeschnittenes Bild in Ihnen auszulösen vermag - Sie müssen es nur lassen. Die geweinten Tränen bringen Sie auf die Erde zurück. Diese Tränen können vielleicht die Schmerzen ersetzen, die Sie während einer Krankheit immer wieder aushalten müssen.

Schmerzmittel hingegen unterdrücken den körperlichen Schmerz, mit dem sich auch Ihre Psyche ausweinen möchte. Kranksein ist bei Ihnen meistens ein psychisches Leiden - was Sie aber nicht wahrhaben wollen. Nur, wenn Sie spüren, dass ein Teil Ihres Mitleids für andere auch Ihnen selbst gehört, werden Sie merken, was Sie wirklich brauchen. Das wird Ihre Selbstheilungskräfte mobilisieren und Ihre Abwehrkräfte stärken.

Bei Ihrer Ernährung machen Sie wahrscheinlich Phasen durch, in denen Sie besonders viel Zucker zu sich nehmen. Das scheint zeitweilig auch notwendig zu sein, weil Zucker Sie daran hindert, dass Sie sich von Ihren körperlichen Gelüsten gänzlich abtrennen. Süßes sollten Sie daher nicht völlig aus Ihrem Ernährungsplan streichen - sofern Sie keinen Diabetes haben. Sie können Zucker durchaus auch durch Honig ersetzen. In Zeiten, in denen Sie sich sehr müde, ausgelaugt und kraftlos fühlen, sollten Sie Ihr leibliches Wohl nicht vergessen. Essen und der Geschmack der einzelnen Beilagen ist für Sie in der Regel Nebensache: Wichtiger ist für Sie die Stimmung beim Essen. Ihnen schmeckt vermutlich alles, wenn Sie zusammen mit gut gelaunten Menschen dinieren. Daher sollten Sie sich bei Ihren Mahlzeiten eine angenehme Atmosphäre schaffen, damit Sie sich beim Essen auch entspannen können. Ihr Körpergewicht mag in rhythmischen Abständen zwischen zwei individuellen Extremen hin- und herschwanken. Ihr Körper legt sich z.B. eine dickere Fettschicht zu, wenn Ihre Psyche mehr Schutz braucht. Wenn Sie sich in so einer psychisch sensiblen Verfassung zum Abnehmen zwingen, nehmen Sie sich selbst Ihr weiches Polster weg - ein Polster, das Sie vor fiktiven harten Schlägen bewahren soll. Abmagerungskuren haben bei Ihnen eigentlich wenig Sinn. Sie sollten sich vielmehr darum kümmern, dass Sie sich ein Umfeld schaffen, in dem Sie sich beschützt und geborgen fühlen. Dann werden Sie ohne zwanghaftes Abmagern Ihr persönliches Idealgewicht erreichen.

### Bedürfnis und Fakten (Mond Sextil Merkur)

Das, was Sie fühlen, können Sie gut formulieren. Sie finden die richtigen Worte, wenn Sie trösten. Andererseits sind Sie im Stande, mit einer humorvollen Bemerkung all das bildhaft auszudrücken, was sich in Ihnen an Emotionen regt. Dabei kann es Ihnen auch passieren, dass Sie Ihren Gefühlen mit Witz und lustigen Einfällen die Glaubhaftigkeit entziehen. So geben Sie sich vielleicht besonders lustig, wenn Sie sich eigentlich unsicher fühlen. Dann gackern Sie an Gesprächsstellen, an denen es eigentlich nichts zu lachen gibt oder Sie verhüllen Ihre Traurigkeit mit einem Grinsen.

Tiefe Gefühle verwirren Sie in Ihrer geistigen Klarheit und in Ihrer objektiv-distanzierten Schau auf Ihre Umwelt. Im Prinzip achten Sie sehr darauf, einen klaren Kopf zu behalten. Deshalb fühlen Sie sich besonders gestört, wenn Emotionen Sie verwirren. Dann finden Sie nicht mehr das passende Wort - und mit freudlichen Versprechern drücken Sie Ihre Gefühlssituation trotzdem aus. Vermutlich stellen Sie fest, dass Ihre geistige Konzentrationsfähigkeit sehr schwankend ist und sowohl von biorhythmischen Tagesschwankungen als auch von Begebenheiten abhängt, die Sie in Ihrem Inneren beschäftigen. So sind Sie zeitweise sehr vergesslich und können nur mit vielen Notizen die Aufgaben des Tages erledigen. Ihre Zerstretheit ist jedoch nicht das Ergebnis eines schon eingetretenen Alterungsprozesses. Vielmehr sollten Sie Ihre geistige Verschwommenheit so interpretieren, dass Ihr Unterbewusstes Ihnen mitteilen möchte, dass es derzeit mit ganz anderen Themen befasst ist. Diese würden Ihnen jedoch Unbehagen bereiten, wenn sie an die Oberfläche gelängen. Immer dann, wenn Sie sich zur Ruhe begeben wollen, fängt die Unruhe in Ihnen zu arbeiten an. Dann können Sie vor lauter Gedanken nicht einschlafen oder ein starker Reizhusten bringt Sie immer wieder aus dem Konzept. Möglicherweise stellen Sie ein nervöses Schlucken fest, mit dem Sie Ihre Gefühle wieder hinunterschlucken. Vielleicht spüren Sie des Öfteren einen Kloß im Hals, müssen sich viel räuspern oder sind im Rachenraum verschleimt. Das alles sind instinktive, unbewusste Methoden, mit denen Sie sich daran hindern, in Ihren Empfindungen gefangen zu sein.

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

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

### Bedürfnis und Trieb (Mond Sextil Mars)

Sie reagieren impulsiv, spontan und zeitweilig etwas ungeduldig. Sie spüren aber, was Sie im Moment brauchen, um sich wohl zu fühlen, und haben den Mut, sich Ihre Rechte zu erkämpfen. Ihre Ungeduld richten Sie manchmal auch gegen sich selbst. Das geschieht vor allem dann, wenn Sie den rechten Zeitpunkt nicht abwarten können oder insgeheim befürchten, vergessen zu werden. Schon als Kind haben Sie erfahren, dass es notwendig ist, auf Ihren Wünschen zu beharren.

Sie können wohl schwer verzichten und werden eher wütend, wenn sich Ihr Wunsch nicht einstellt. Dann behaupten Sie, dass Sie "niemals" dieses oder jenes bekommen. Ihr Frustgefühl muss jedoch nicht unbedingt den Tatsachen entsprechen. Sie glauben einfach nur relativ schnell, rücksichtslos behandelt worden zu sein. Deshalb kann es kommen, dass Sie sich gerade dann gereizt und unfreundlich geben, wenn Sie eigentlich mehr Zuwendung und Aufmerksamkeit haben möchten. Gallenleiden und Magenschleimhautentzündungen haben bei Ihnen etwas mit dem Wunsch nach Angenommensein und Geborgenheit zu tun. In solchen Krankheitsphasen fühlen Sie sich oft ausgenutzt und zu wenig beachtet. Sie nehmen dann viel Anstrengung auf sich, um Ablehnung zu vermeiden, denn die würde Sie wie eine Niederlage niederschmettern. Häufige Kreislaufbeschwerden und Kopfschmerzen sollten Ihnen als Hinweis gelten, dass Sie momentan zu verbissen auf einem Gebiet kämpfen. Damit bringen Sie sich um die stets notwendige Erholung und um den Ausgleich im Kontakt mit lieben Menschen.

Wenn Sie sich emotional vernachlässigt fühlen, werden Sie fahrig, nervös und unachtsam. Sie stoßen sich oft und verletzen sich dabei auffallend oft. Vor allem ist dann Ihr Kopf besonders oft Verletzungen ausgesetzt. Wenn Sie sich ständig Beulen zuziehen oder auch des Öfteren Augenverletzungen oder Bindehautentzündungen haben, sollten Sie sich einmal ernsthaft die Frage stellen: "Worum ringe ich in Wahrheit?" Zu einer Antwort gelangen Sie, wenn Sie sich mit Ihrem Unterbewussten und mit Ihren Gefühlen beschäftigen. Das können Sie auch in solchen

Momenten tun, in denen Sie den Tiger in sich spüren, der seine Pranken wetzt. Greifen Sie dann mal zu Kreiden oder Wachsmalstiften und einem großen Blatt Papier. Malen Sie mitsamt Ihrer inneren Angespanntheit und Wut das Bild Ihrer Ungeduld. Sie brauchen hierbei weder schön malen noch etwas darstellen! Sie können einfach mit Farbe drauflos wüten! Malen Sie ruhig so lange, bis Sie den Eindruck haben, dass für den Moment alles aus Ihnen herausgeflossen ist. Danach betrachten Sie sich Ihr Bild in Ruhe. Vermutlich machen sich nun ganz andere Gefühle in Ihnen bemerkbar - die Ihnen aber klarmachen, was wirklich an Bedürfnissen in Ihnen steckt.

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

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

### Bedürfnis und Moral (Mond Sextil Jupiter)

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

In Ihrer großen Erwartungshaltung neigen Sie zeitweilig zu einem Zuviel. Dann essen Sie zu viel und neigen zu übermäßigem Genussmittelgebrauch - wie Alkohol, Zucker und auch Drogen. Das passiert Ihnen vor allem dann, wenn Sie sich zu wenig beachtet fühlen oder sich mit Minderwertigkeitskomplexen herumschlagen. Es drängt Sie vor allem dann zu einem Mehr, wenn Sie sich aufgrund von höheren Mächten dazu gezwungen sehen, zurückstecken zu müssen. Lebererkrankungen weisen stets auf ein Zuviel hin. Jene werden in der Regel mit Verzicht und Einschränkung - einer Regulation des Zuviels - auch wieder kuriert. So schlagen Sie sich im Krankenstand mit weniger Essen, Diätvorschriften, Alkoholverbot und Bettruhe herum. Das isoliert Sie völlig von der Fülle des Lebens. Die Leber ist ein Entgiftungsorgan. In Ihr werden fremde Stoffe deaktiviert und wasserlöslich gemacht, damit Sie über die Niere ausgeschieden werden können. In der Leber findet im übertragenen Sinne ein Bewertungsvorgang statt, bei dem in "verwertbar" und "nicht verwertbar" unterschieden wird. Dies setzt auf psychischer Ebene die Fähigkeit voraus, den Konsum richtig einschätzen zu können. Wenn wir im Leben eher zu Fehleinschätzungen neigen, können wir nicht erkennen, was uns gut tut und was uns schadet. Somit kann für uns eine Lebererkrankung ein Hinweis darauf sein, dass wir das rechte Maß für ein gesundes Leben verloren haben. Dann werden wir unser Wertesystem im Hinblick auf eine Einschränkung neu zu überdenken haben.

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

Mit dieser Mondaspektierung haben Sie eine hohe Erwartungshaltung - eine Erwartungshaltung, mit der Sie Ihrem Gefühl nach viel brauchen, um sich wohl zu fühlen. Wenn Wünsche nicht in Erfüllung gehen, glauben Sie manchmal, dass sie Ihnen nicht gegönnt werden. Helfen kann Ihnen hierbei, eine positivere Schau. Sie sollten sich des Öfteren die Fülle, die Sie umgibt, bewusst machen: treue Freunde, Hilfe zur rechten Zeit oder auch ein bisher beschütztes Leben. Vielleicht schweiften Sie manchmal zu sehr in die Ferne ab, obwohl das Gute so nahe liegt. Sie

können viel zufriedener werden, wenn Sie Ihre Wünsche wieder mehr auf das Alltägliche richten. Sobald Sie sich wieder mehr mit der Gegenwart konfrontieren, sehen Sie auch Ihre realen Möglichkeiten, sich den Genuss von Zwischenhochs zu gestatten. Das verschafft Ihnen in kleinen Häppchen eine Zufriedenheit, die in der Regel länger andauert als das große Glück.

Menschen mit einer zuversichtlichen Ausstrahlung und einer positiven Lebenseinstellung können Ihnen am besten aus psychischen Tiefpunkten heraushelfen. Bei Ihnen wirkt deren guter Zuspruch wie ein Wunderheilmittel, denn aus Ihrer Zuversicht schöpfen Sie Ihre Selbstheilungskräfte. Die Schwingungen von Bachblütenessenzen können im Krankheitsfalle Ihre Hoffnung auf Gesundheit stärken. Die Bachblüte "Gentian" vergrößert Ihre Willenskraft - sie schafft eine Willenskraft, die neuen Lebensmut und Durchhaltevermögen bewirkt. Die Bachblüte "Vervain" verhilft Ihnen, andersartige Überzeugungen und Ansichten zu respektieren. Das ist eine Voraussetzung dafür, dass man Glückseligkeit nicht von seinen Mitmenschen abhängig macht. Die Bachblüte "Beech" kann eingesetzt werden, wenn es um Intoleranzen geht. Sie hilft in Fällen, in denen Sie sich zu viel gefallen lassen, nur um bestimmte Menschen nicht zu vergraulen. "Beech" ist auch ein gutes Mittel bei Allergien und körperbezogenen Unverträglichkeiten.

## Unser Regelsystem

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

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

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

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

Bei dieser Saturnstellung werden Sie in Beziehungen darauf hingewiesen, zwischen echten Gefühlen von Liebe oder Zuneigung und denen von Sehnsucht oder Nutzen zu unterscheiden. Sie suchen nach einem Nest und nach Vertrautheit. Deshalb kann es passieren, dass Sie sich an Gewohnheiten festklammern, die Sie als Zuwendung interpretieren, obwohl sie schon längst in Mechanik und Routine umgeschlagen sind. Sie sind nicht gerne alleine. Doch je mehr Einsamkeit Sie vermeiden, desto wahrscheinlicher manövrieren Sie sich in die Enttäuschung hinein, wieder nicht die wahre Liebe gefunden zu haben.

Wenn Ihre saturnischen Kräfte zu verhärten drohen, verpflichten Sie sich gegenüber Menschen und Lebensumständen, bei denen Sie sich nicht wohl fühlen. Intuitiv spüren Sie zwar die Gefühlskälte, die Sie umgibt, und flüchten womöglich in Arbeit - dabei laden Sie sich aber viel Stress auf, der Sie psychisch aushungert. Das ist der Grund, warum Sie sich eventuell mit Verdauungsstörungen oder mit einer chronischen Verstopfung herumplagen. Vielleicht sind

Ihnen auch bestimmte Speisen mehr und mehr zuwider. Psychisch sind Sie auf Aushalten programmiert, doch Ihr Körper zeigt Ihnen, wie unwohl Sie sich eigentlich fühlen. Möglicherweise treten in Ihrem Sexualleben Krisen und Konflikte auf. Dies sollte Sie dazu bringen, auch Ihre innere Bereitschaft zur Liebe zu überdenken.

Beschwerden im Kreuzbeinbereich lassen auf angestaute Gefühle schließen, die nicht gezeigt werden, weil man befürchtet, zurückgewiesen zu werden. Schmerzen im Kreuzbeinbereich entstehen hier durch sexuelle Blockaden, die sich auflösen, wenn Sie sich gefühlsmäßig wieder öffnen und sich der Liebe eines Menschen anvertrauen können. Sehr häufig stehen einer Heilung Schuldzuweisungen an das Gegenüber entgegen. Wenn Sie sich erden, werden Sie lernen, Ihre Gefühle von Ihren Sehnsüchten zu unterscheiden - und dann eher erkennen können, was Ihr persönlicher Anteil an einer abgeflachten Liebesbeziehung ist.

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.

Um wahre Liebe und Geborgenheit zu empfinden, müssen Sie darauf vertrauen, dass Ihnen ein Mensch das in Liebe geben kann, was Ihren Liebeshunger sättigt. Wenn Sie aber in Erwartungen verharren, wie echte Liebe auszusehen hat, können Sie die Zuwendung, die Ihnen ein Mensch aus seinem Herzen heraus gibt, nicht empfinden. Gefühle und Empfindungen verändern sich ständig. Es kann sich für Sie daher wie ein Lernprozess anfühlen, seelische Offenheit zu üben. Mit der Zeit kann Echtes und auch nicht mehr Stimmiges erkannt und entsprechend verändert werden.

### Heilungsaufgabe: Mut zur Selbstliebe (Saturn im 7. Haus)

Der Saturn steht im übertragenen Sinne für die soziale Veranlagung des Menschen, Dorfgemeinschaften oder Staaten zu bilden. Das Haus, in dem der Saturn steht, weist uns darauf hin, in welche Lebenslehre wir noch gehen müssen, um unsere Persönlichkeit zu vervollkommen. In Ihrem Falle gehen Sie in die Lehre des Künstlers, der eine kreative Ausdrucksweise gefunden hat, mit der er sich seinen Mitmenschen verständlich machen kann. Möglicherweise stellen Sie fest, dass Sie bei Ihren Partnerschaften nicht immer die glücklichste Wahl getroffen haben. Am Ende werden Sie vielleicht des Öfteren enttäuscht oder stehen einer pflichtbeladenen Aufgabe gegenüber, die einer Beziehung entwachsen ist. Vermutlich legen Sie großen Wert auf eine formale Struktur wie es die Ehe oder andere Vertragsbeziehungen sind. Formalitäten behindern manchmal den inneren Austausch, der eine Beziehung lebendig hält. Als Künstler werden Sie fähig, gemeinsame Verbindungen zu spüren. Diese Verbindungen können die Basis einer gemeinsamen Sprache sein, die das Theaterstück Ihrer Beziehung begleitet. Wenn Sie sich unverstanden fühlen oder sich in Ihrem Wesen zu wenig beachtet sehen, können Nieren- und Blasensteine Ihre wie zu Stein verhärteten Beziehungsmuster ausdrücken. Vielleicht haben Sie allzu lange darauf gewartet, dass der andere auf Sie zugeht, anstatt dass Sie ihm selbst die Hand gereicht hätten.

Körperliche und psychische Blockaden sind sehr häufig ein Ergebnis unserer Ängste. Angst will uns im positiven Sinne vor Übermut bewahren. Im negativen Sinne, also auch bei der Überbetonung des Saturns, verhindern unsere Ängste unser Lebendigsein! Hämorrhiden und Krampfadern lassen darauf schließen, dass Sie sich in einem psychischen Zustand befinden, in dem Sie Ihre Gefühle von Lust, Wut und Trauer zurückhalten. Weil Sie einen Menschen nicht verlieren möchten, halten Sie all das zurück, was er wissen müsste, um festzustellen, wie es Ihnen geht. Vielleicht zeigen Sie auch dem einen Ihre Liebe nicht, weil Ihnen ein anderer mehr Sicherheit bietet. Dann leben Sie in einem Zustand von emotionaler Stagnation, die sich im Körper mit Stauungen und Gefäß- oder Röhrenverengungen zeigen kann.

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, die Kälte, die Sie zeitweise bei Ihren Mitmenschen schmerzlich wahrnehmen, auch als einen Teil Ihrer psychischen Verhärtung zu bewerten. Durch die Rolle des Künstlers kommen Sie aus eingefahrenen Verhaltens- und Beziehungsmustern wieder heraus, denn Sie können Ihrem Innenleben einen kreativen Ausdruck geben. Als Künstler können Sie Ihren Stil ändern, Ihre bisherigen Umgangsformen über Bord werfen und Ihre Gefühle so deutlich hervorkehren, dass der andere sie wieder verstehen kann.

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

## Verantwortung und Vergnügen (Venus Quadrat Saturn)

Vermutlich fragen Sie sich gerade dann, wenn Sie glücklich sind, ob Ihnen das Glück auch zusteht oder ob es Ihnen bald wieder entrissen wird. Aufgrund Ihrer inneren Einstellung, Gutes und Schönes stets verdienen zu müssen, gehen Sie mit lustbringenden Erlebnissen lieber sparsam um. Lieber nicht über die Stränge schlagen! So bremsen Sie so manches Lebensglück im letzten Moment noch ab und ersetzen es mit Pflicht und Sorge. Das kommt Ihnen womöglich viel bodenständiger und auch lebensechter vor.

Solange Sie nicht bemerken, dass sie Vergnügen leicht mit einem schlechten Gewissen abtun, sabotieren Sie sich in Hoch-Zeiten möglicherweise selbst. Dann nämlich entdecken Sie plötzlich oder ganz zufällig die negativen Seiten einer lustvollen, lebendigen Partnerschaft entdecken. Oder finanzielle oder familiäre Sorgen werfen einen Schatten auf Ihre Heiterkeit oder eine Krankheit verhindert weitere vergnügliche Vorhaben. In der Regel sind in Ihren Augen also äußere Umstände daran schuld, dass Sie sich nicht ohne Vorbehalt des Lebens erfreuen dürfen. Vielleicht überfällt Sie manchmal der Gedanke, dass Sie mit einem anderen Partner viel glücklicher sein könnten, oder sehen sich unentrinnbaren Schicksalsschlägen oder Krankheiten gegenüber, die Ihnen Ihre Leichtigkeit nehmen. Sie erkennen dann nur undeutlich, dass Sie Ihre Blockaden in der Hauptsache selbst errichten und sämtliche Entlastungsangebote vonseiten Ihrer Mitmenschen verunglimpfen. Einschränkungen können auch von einem Partner ausgehen, der Sie durch gesundheitliche Probleme an sich bindet und Sie um Ihr Vergnügen bringt. Eventuell entdecken Sie an sich Schönheitsfehler, die Ihnen Ihrer Meinung nach die Chancen zum Glück vermindern.

Vermutlich sind Sie in einer Familie aufgewachsen, in der Körperkontakt weitgehend vermieden wurde oder wenig Gefühlswärme gezeigt wurde. So könnten Sie sich selbst ganz unbewusst in einen Isolationszustand hineinbefördern, der die Angst, abgewiesen zu werden, wiederholt. Akne und Hautausschläge, auch Ekzeme, die unter die Diagnose Neurodermitis eingereiht werden, sind häufig der Ausdruck eines tiefen Einsamkeitsgefühles. Deshalb zieht man sich entweder noch mehr in das Gefühl des Ungeliebtheits zurück oder man übernimmt oft zu bereitwillig Pflichten und erledigt Gefälligkeiten, um in Kontakt zu bleiben. Steinbildungen in Blasen und Niere verkörpern den Gefühlsstau, der entsteht, wenn man immer weniger bereit wird, Beziehungsabläufe zu tolerieren. Leider hat man aus der Angst vor Isolation auch nicht den Mut, sich gegen Missstände aufzulehnen. Dann wird Liebe und Partnerschaft zur Pflicht - und im Schlafzimmer spielen sich immer weniger lustvolle Begegnungen ab. Möglicherweise finden Sie in unverbindlichen Liebschaften mehr Vergnügen, doch feste Partnerschaften bleiben irgendwie immer kompliziert.

Sie können sehr wohl glücklich werden, wenn Sie Ihr persönliches Glück nicht mehr so ausschließlich von anderen Personen oder günstigen Zufällen abhängig machen. In dem Gefühl, zu verzichten, lieben Sie allerdings nicht! Sie haben sicherlich kein Verzichtempfinden, wenn es Ihnen wichtig wird, etwas von Ihrer Person oder von Ihrer Zeit zu verschenken. Sie können aber nur schenken, wenn Sie wissen, dass Sie sich Ihre Wünsche an einem anderen Ort oder zu einer anderen Zeit erfüllen werden. Das appelliert an Ihre Entscheidungsfähigkeit, mit der Sie sich zu dem bekennen, was Ihnen im Moment wichtig ist. In Zeiten der Stagnation, der Freudlosigkeit und krisenbeladener Partnerschaft sollten Sie sich verstärkt persönlich für Ihr

Glück verantwortlich fühlen. Vielleicht finden Sie als Erstes auf kreativem Wege Möglichkeiten, sich wieder zufrieden zu machen. Sie haben ein Talent zur Formgebung. Kreativer Tanz, Töpfern oder Malen, ebenso Handwerken oder Schneidern können Ihre Begeisterung erwecken. Auf alle Fälle sollten Sie Ihren Tag so einteilen, dass ein bisschen Zeit für Spaß, Erholung, Freizeit und Kontakte übrig bleibt. Sie sind bestimmt sehr darauf bedacht, nicht faul zu sein, weil Sie sich nur akzeptiert fühlen, wenn einer mit dem Kopfe nickt oder Ihnen zulächelt. Das Leben zu genießen, hat jedoch nichts mit Faulheit zu tun. Lebenslust ist der Quell, aus dem Sie Ihre Fähigkeit beziehen, Glück bringende Elemente in eine Beziehung einfließen zu lassen.

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

### Tatsachen und Sehnsüchte (Saturn Quadrat Neptun)

Vermutlich fühlen Sie sich immer wieder von der Realität und dem, was die Gesellschaft als unerlässlich betrachtet, stark eingeschränkt und auch belastet. Formgebende Faktoren wie Zeit und persönliche Grenzen werden häufig zum Problem. Entweder wirken sich Ihre Verspätungen und kleineren Normüberschreitungen nachteilig für Sie aus - oder Sie fixieren sich überbetont an Termine und Vorschriften. Immer, wenn Sie sich eine Zeit lang aufs Nichtstun eingelassen haben, einen Augenblick lang allen Man-Sollte-Beschränkungen entglitten sind oder gedankenverloren verträumt waren, scheint postwendend die Abrechnung ins Haus zu flattern. Dann bringen z.B. vergessene Zahlungsanforderungen Sie aus dem Gleichgewicht. Vielleicht werden Sie auch von irrationalen Ängste überfallen. Dadurch sehen Sie sich für Ihre Unachtsamkeit bestraft. Dahinter verbirgt sich die Befürchtung, vom Leben nicht geschützt zu sein und leicht in ein Chaos abstürzen zu können.

Verunsicherungen, die aus einer gewissen Lebensangst resultieren, können auf körperlicher Ebene Ursache von Krankheiten werden. Wenn Sie sich über einen längeren Zeitraum hinweg schlapp, müde, schläfrig und kraftlos fühlen, liegen vielleicht solche Ängste im Verborgenen. Manche Eltern von Kindern mit diesem Aspekt haben sich aufgrund von psychischer Labilität als lebensuntüchtig erwiesen oder wurden vom Kind so gesehen - und das Kind war schon früh

dazu gezwungen, erwachsen und vernünftig zu sein. Das hinterlässt ein Gefühl von verlorener Kindheit. Auch als Erwachsener wird man sich mehr auf die Seite der Pflicht stellen und eigene Bedürfnisse zurückstellen. Sie gönnen sich dann wenig Möglichkeiten, sich zu erholen - und lassen kaum Zeit übrig, sich gelassen dem Augenblick zu übergeben. Dann sind Sie stets am Werkeln und Organisieren, weil Ihnen vor allem das Aufgehobensein und die Sicherheit anderer am Herzen liegt. So opfern Sie sich in Selbstlosigkeit auf - Ihr Körper zeigt dies in Auszehrungen an. Brüchige Nägel, Haarausfall ohne erkennbare Ursache oder übermäßige Schuppenbildung auf der Kopfhaut können Ihren psychischen Mangelzustand anzeigen.

Vermutlich haben Sie schon als Kind an einem Elternteil diese Verunsicherung dem Leben gegenüber bemerkt. Mit überzogenem Ordnungssinn und bedingungslosem Pflichtbewusstsein wollte die betreffende Person dem Lebenschaos entgegensteuern. Die Ängstlichkeit dieses "Elternteils", die er nicht fassbaren Lebenssituationen gegenüber hatte, beeinträchtigte Sie als Kind in Ihrer Sehnsucht, sich dem Augenblick spielerisch und selbstvergessen hinzugeben. Hautausschläge, die in den Bereich der Neurodermitis fallen, ebenso Akne und allergische Reaktionen können solch eine psychische Beengtheit anzeigen.

Sie mobilisieren Ihre Selbstheilungskräfte und Ihre Widerstandsfähigkeit, wenn Sie schöpferische Ausdrucksmöglichkeiten finden, mit denen Sie sich Ihren Menschen mitteilen können. Das kann z.B. mit Gedichten geschehen, ebenso mit künstlerisch-kreativen Werken aus Farbe, Formen und Tönen. Sicherlich sprechen Sie mit Ihrer Gestik und mit vielleicht auch tänzerischer Beweglichkeit eine allgemein verständliche Sprache, mit der Sie Menschen erreichen können. Wenn Sie fähig werden, Ihre Sehnsüchte und Heile-Welt-Vorstellungen auszudrücken, sprechen Sie auch gleichzeitig für Ihre Mitmenschen, die sich wie ein Gefolge an Sie dranhängen werden - denn aus Ihrer persönlichen Situation heraus wissen Sie, wie auch andere empfinden. Das ist Ihre Begabung für das Heilen - eine Begabung, mit der Sie, auch beratend, Trost und Mitgefühl spenden können. Ihr Erfolg zeigt sich in der Reaktion anderer auf Ihre absichtslosen, persönlichen Darbietungen und tröstenden Worte. Sie finden zu Ihrer Zufriedenheit, wenn Sie Ihre Intuition in das Alltagsleben einfließen lassen.

Da selbst feinste atmosphärische Schwingungen von unserem Körper wahrgenommen werden können, sprechen wir auch auf hochpotenzierte Wirkstoffe an. Bei diesem Saturn-Neptun-Aspekt ist es möglich, dass Sie auf schädliche Umwelteinflüsse allergisch reagieren und chemische Zusätze in der Nahrung und in Ihrem Umfeld nicht vertragen. Dafür wirken homöopathische Mittel bei Ihnen sicherlich besonders schnell - wobei die richtige Dosierung einem Fachmann überlassen sein sollte. Heilmethoden, die auf die Feinstofflichkeit des Menschen ansprechen, können ärztlich angeordnete Behandlungsmethoden positiv

unterstützen. Dazu gehören sowohl Aura-Therapien, mit denen körpereigene Energiefelder wieder aufgeladen werden als auch Reiki - ebenso kann das Heilen mit Licht, Farbe und Klang ausgleichend wirken.

Bachblütenessenzen wirken ebenfalls auf der feinstofflichen Schwingungsebene heilend auf unser gesamtes Wesen. Die Bachblüte "Centaury" stärkt uns, wenn wir uns zu selbstlos für andere aufgeopfert und uns zu wenig um unsere eigenen Bedürfnisse gekümmert haben. "Centaury" kann dann eingesetzt werden, wenn wir uns ausgenützt und verbraucht fühlen. Die Bachblüte "Clematis" verhilft uns, unseren Sehnsüchten und Träumen einen Ausdruck zu verleihen. Dadurch verbinden wir uns wieder mehr mit der Realität. "Clematis" hilft dann, wenn wir uns als besonders schläfrig empfinden und uns dem unerträglichen Alltag eigentlich entziehen möchten.

## Unser Reizleitungssystem

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

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

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

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

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

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

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

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

## Stress durch Unentschlossenheit (Uranus in den Zwillingen)

Ihre Uranus-Kräfte rebellieren, wenn Sie eine Zeit lang dazu tendiert haben, sich auf Ihrem Wissen und Ihren Erfahrungen auszuruhen. Jeder Mensch wird dazu angetrieben, sich individuell weiterzuentwickeln. Sie entfalten Ihre Persönlichkeit mit Ihrer Neugier. Sobald Sie in Ihren Meinungen und Ansichten dazu neigen, festgefahren oder altbacken zu werden, fühlen Sie sich auch unzufrieden. Dann sind Sie womöglich sarkastisch oder machen provokante Bemerkungen.

Geistige Festgefahrenheit kann auch entstehen, wenn Sie verschiedene Meinungen, die es über eine Sache gibt, als unvereinbar abtun und sich in der Folge zu Einseitigkeit oder einer scheinbaren Vernunftlösung hinreißen lassen. Möglicherweise flüchten Sie sich auch in eine intellektuelle Welt, in der es nur um Gedankenformen, nicht aber um reale Fakten handelt. Dann vertreten Sie theoretisierend viele verschiedene Standpunkte, können sich aber kaum festlegen. Dadurch scheint in der Welt alles relativ zu werden. Das bewirkt ein Gefühl von Entwurzelung. Solange Sie sich fragen, was die einzig richtige Wahrheit oder die bestmögliche Entscheidung ist, kommen Sie wohl kaum zu einem zufrieden stellenden Ergebnis. Wenn Sie sich dann geistig festgefahren vorkommen, sind Sie nervös, leicht reizbar und ziemlich unkonzentriert, ebenso vergesslich. So aufgewirbelt, rasen Lebenseindrücke vorbei, die Zeit scheint unter den Fingern zu zerrinnen - Sie werden atemlos. Atemstörungen und Händezittern sind Zeugen so einer inneren Entwurzelung, bei der man sich irgendwann einmal fragt, ob der Mensch nur Geist ist und sich folglich das Körperlich-Materielle nur einbildet.

Sie kommen zu befriedigenden Lösungen, wenn Sie akzeptieren, dass heute diese Sichtweise und morgen ein anderer Standpunkt gültig sein kann. Jede Medaille hat zwei verschiedene Seiten und doch kann immer nur eine der beiden betrachtet werden. So eine Einstellung verhilft Ihnen zu momentanen Entscheidungen und erhält Ihre Neugierde dem irdischen Leben gegenüber. Die macht sie geistig fit. Umdenken und Neudenken sind die verjüngenden und jungerhaltenden Faktoren Ihrer Persönlichkeit, die Sie progressiv, dynamisch und gesund sein lassen.

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 Berechnungen (Uranus im 6. Haus)

Vermutlich lehnen Sie sich - auch unabsichtlich - mit Vorliebe gegen all das auf, was "Jedermann" tut. Einen streng geregelten Arbeitstag halten Sie wohl nicht lange aus. Zumindest brauchen Sie ein Hintertürchen, das Ihnen den Weg in die Eigenständigkeit und Selbstbestimmung verspricht. Womöglich wechseln Sie deshalb den Arbeitsplatz, legen sich vielleicht auch wegen sturer Regelungen mit Ihrem Chef an oder bevorzugen Kurzzeitjobs, die allerdings zu wenig soziale Sicherheit und keine Zukunftsperspektiven versprechen. Wenn Sie sich an einem Arbeitsplatz beobachtet und gegängelt fühlen, werden Sie unkonzentriert, fahrig, nervös und vergesslich. Infolgedessen passieren Ihnen viele Fehler und Ihre Arbeiten werden vielleicht auch reklamiert.

In Situationen, in denen Ihre Entfaltung behindert wird oder Vorschriften Sie beengen, können Sie Ihr tägliches Leben nicht zufriedenstellend bestreiten. Psychosomatische Störungen können dann Ihr seelisch empfundenes Gefangensein verdeutlichen. Alle Formen von Erkrankungen des Nervensystems weisen auf einen Befreiungsversuch Ihrer Psyche hin, eigenen Impulsen, unabhängig von äußeren Umständen, nachgeben zu wollen: Darunter fallen Nervenentzündungen, Ischiasbeschwerden, nervöse Zuckungen, rötendes Hautjucken und auch Ohrensausen. Funktionsstörungen, die wohl durch verminderte Stoffaufnahme im Körper entstanden sind, beispielsweise durch mangelnde Jod-, Magnesium-, Eisen- oder Vitaminzufuhr, zeigen auf körperlicher Ebene an, dass Sie sich mit Beachtung und Lob unterversorgt und in Ihrer individuellen Art zu wenig akzeptiert fühlen.

Ähnliche Probleme kennen Sie vermutlich aus Ihrer Kindheit. Wahrscheinlich hatten Ihre Eltern eine unumstößliche Ansicht, wie man sein Alltagsleben praktisch und zeitsparend bewältigt. So ein klar geregelter Alltag lässt einem Kind wenig Raum, etwas auszuprobieren, um eigene Wege und Modalitäten zu finden. Daher wurde Ihr individueller Stil wohl mit einem Kopfschütteln degradiert. Vielleicht haben sich Ihre Eltern von Ihrer Andersartigkeit auch provoziert gefühlt. Ihre Eigenart wurde deshalb mit mehr oder weniger Liebesentzug bestraft.

Magen-Darm-Entzündungen können später dann die verborgene Angst ausdrücken, hauptsächlich aufgrund des eigenen Lebensstils abgelehnt zu werden. Das mag wiederum eine überperfektionistische Erwartungshaltung in Ihnen auslösen. Wenn Sie so sehr darauf achten, keine Regel zu übertreten, können Erkrankungen der Sprunggelenke und Überdehnungen der Sprunggelenkbänder durch Übertreten häufiger werden.

Sie werden sich leichter in ein zwischenmenschliches Verhältnis oder in ein Betriebsklima einfügen können, wenn Sie sich erlauben, Ihre Empfindungen spontan, ungezwungen und originell zu zeigen. Nur wenn Sie sich erlauben, Fehler zu machen, können Sie Ihre Ausrutscher auch ohne Peinlichkeit zugeben. Das setzt voraus, dass Sie sich so sein lassen, wie Sie sind, und Ihre Fähigkeiten selbst schätzen lernen. Eine Zeit lang mögen Sie einen Weg gegangen sein, auf dem Sie mittels Provokation gegen gesellschaftliche Regeln protestiert haben. Glücklicherweise waren Sie währenddessen vermutlich nicht. Sie finden überall in der Gemeinschaft dort Ihren richtigen Platz, wo Sie sich selbst erlauben, sich ohne Maske frei und ungezwungen zu verhalten. Dann werden Sie von Leichtigkeit durchströmt, die Sie erfrischt und gesund erhält.

Sie finden einen Zugang zu Ihren persönlichen Impulsen, die Ihre Originalität und Individualität bestimmen, wenn Sie wenigstens dreimal am Tag Ihre Tätigkeiten für 5 Minuten unterbrechen. Sitzen Sie für diese Zeit still da, lassen Sie sich nicht stören und richten Sie Ihre Aufmerksamkeit auf Ihr drittes Auge. Das können Sie mit geschlossenen Augen in der Mitte des Kopfes zwischen den Augenbrauen wahrnehmen. Sicherlich werden viele Gedanken und Impulse an Ihrem inneren Auge vorüberziehen. Hören Sie Ihren Gedanken nur einfach zu - wie ein Beobachter - statt sich mit ihnen zu identifizieren. Worte und Bilder werden kommen und gehen. Wenn Sie Ihre Augen wieder öffnen, werden Sie einen Impuls spüren, z.B. eine Tasse Kaffee zu trinken, jemanden anzurufen oder einfach weiterzuarbeiten. Dem sollten Sie nachgeben, zumindest werden Sie Ihren ersten Impuls registrieren. So können Sie sich mehrmals am Tag von äußeren Erwartungen lösen und herausfinden, was Sie selbst im Moment tatsächlich möchten.

### Individualität und Integration (Uranus Trigon Neptun)

Auf unbekanntem, noch unentdecktem oder endlos erscheinenden Gebieten finden Sie sich sehr gut zurecht. Da können Sie sich von einer inneren Stimme leiten lassen. Doch im Vorgegebenen herrschen Regelungen und Bestimmungen. Die verhindern, dass Sie für eine Sache ein Gefühl entwickeln können. Müdigkeit, Kreislaufstörungen mit Schwindelanfällen, ebenso Gedankenlosigkeit und kleinere Abwesenheiten zeigen an, dass Sie sich nicht zurechtfinden und zu wenig verstanden fühlen. Um wieder "sicheren" Boden zu schaffen, inszenieren Sie ganz unbeabsichtigt persönliche Entwurzelungen. Durch die wird das vertraute Chaos wiederhergestellt. Gefährlich wird so eine Wirklichkeitsflucht, wenn Sie mit Alkohol und Drogen die chaotische Wirklichkeitsenthebung inszenieren. Das könnte Sie suchtabhängig machen.

Visionen von einer besseren Welt oder technische Neuentwicklungen wirken auf Sie verführerisch. Sie fühlen sich inspiriert von Ideen, die Realisten für unmöglich halten. Manchmal gelingt es Ihnen sogar selbst, das Unmögliche fassbar zu machen. Ihre Originalität wird dann zur Pflicht, wenn Sie Exzentrisches aus sich herauspressen wollen. Das funktioniert leider nicht! Wenn die Idee ausbleibt, verkörpern Nervenentzündungen oder Schlafstörungen Ihre nervliche Anspannung. Ihre Kreativität jedoch fließt vor allem dann, wenn Sie sich unvoreingenommen und frei von Erwartungen fühlen. Über das so genannte "Megabrain" kann Ihre Gabe zur geistigen Offenheit in kreative Konzentration verwandelt werden. Hierzu gibt es Musik-CDs, auf denen fast unhörbar ein gewisser Frequenzton überspielt ist. Dieser Frequenzton regt im Gehirn

das kreative Denken an und erhöht somit Ihre geistige Arbeitskraft. Kristalle wie der Opal oder der Bergkristall zentrieren psychische Energien und verhelfen zu Klarheit. Das ist hilfreich, wenn Sie gerade dabei sind, sich aus Chaos und Unübersichtlichkeit herauszuwinden.

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

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

### Abwechslung und Neuwerdung (Uranus Sextil Pluto)

Sie wollen beachtet werden! Nichts stachelt Sie so sehr zum Kampf auf wie die Ignoranz gewisser Leute. Mit Herausforderungen halten Sie jene Autoritäten in Schach, von denen Sie in Ihrem Selbstwertgefühl bedroht werden. Obwohl Sie sich nach außen hin aufgeplustert haben, fühlen Sie sich insgeheim unterlegen. Ihren Angstschweiß schwitzt Ihr Körper in Form von Herpesbläschen heraus. Alle Formen von Herpes deuten an, dass Ängste in uns brodeln, die wir in unserem Beziehungsverhalten nicht zeigen dürfen, weil wir dann eine vernichtende Reaktion des Gegenübers befürchten. Je "cooler" Sie sich nach außen hin geben, desto deutlicher zeigt Ihnen Ihr Körper Ihre Angst, von anderen kaltgestellt zu werden. Entzündungen des Mastdarms oder des Afterschließmuskels, ebenso Schilddrüsenstörungen oder hormongesteuerte Störungen in den Sexualorganen deuten eine stetige Verkrampfung an, die verhindern soll, dass Sie zusammenbrechen. Möglicherweise dienen Krankheiten dazu, in der Position des Sonderlings mit Sonderrechten wieder mehr Aufmerksamkeit zu bekommen.

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

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

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

## Unsere Diffusionsprozesse

*Diffusion findet statt, wenn wir in ein Glas Wasser einen Tropfen roter Farbe hineingeben und sich das gesamte Wasser langsam gleichmäßig rosa verfärbt. Diffusion erfolgt durch den Druck zur gleichmäßigen Verteilung der Moleküle und kann durch Fließbewegung oder durch Erwärmung beschleunigt werden. Diffusionsvorgänge ereignen sich in unserem Körper beispielsweise im Blut, in der Lymphe und in den Körpersäften. Über diese Transportmedien kann ein Wirkstoff jedoch nicht gezielt an ein Organ geleitet werden. Weil der Wirkstoff im Gefäßsystem ja immer mehr verdünnt wird, müssen schon feinste Dosen wirksam sein. Unsere Hormone gelangen beispielsweise über Diffusion aus dem Hormongewebe in die Gefäßbahnen. Von dort erreichen sie fast zufällig das Organ, in dem sie 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 Beziehungen (Neptun in der Waage)

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: Liebe und liebevolle Beziehungen sollen niemals enden. Sie wünschen sich Erfüllung und ewiges Glück in Zweisamkeit und hoffen, miteinander verschmelzen zu können. Neptun beschreibt jedoch unsere Vision und nicht die Realität. Verlorene Liebschaften, gescheiterte Ehen oder gebrochene Verträge können uns daher desillusionieren. Solche Enttäuschungen rufen neptunische Fluchtendenzen hervor, mit denen Sie der unliebsamen Wirklichkeit zu entkommen hoffen. Eine Krankheit kann dann eine Erlösung aus momentan sehr belastenden Situationen bieten.

Ihr Neptunzeichen lässt auf eine große Beziehungsfähigkeit schließen, die allerdings nur fließen kann, wenn Sie Ihrer Sehnsucht nach Symbiose ehrlich gegenüber treten. Vermutlich glauben Sie, am tiefsten zu fühlen, wenn der Schmerz Ihres unerfüllten Beziehungswunsches - denn eine Sehnsucht ist stets unerfüllt - am größten ist. Liebesleid und Einsamkeit haben Dichter und Künstler schon immer zu den kreativsten Momente gebracht. Auch Sie sind besonders einfallsreich und voller Ideen, wenn Sie Kontakte knüpfen, um Sympathien werben oder ein harmonisches Zusammenleben regeln wollen. Indem Sie versuchen, den anderen zu verstehen, werden Sie sich selbst immer näher kommen: Das verspricht Erlösung und Heilung. Sollten Sie sich jedoch aus Schutz vor möglichen Enttäuschungen in die Einsamkeit zurückziehen, dann werden Sie sich auf die Dauer psychisch oder körperlich geschwächt fühlen. Erkrankungen, die im weiteren Sinne Reinigungsprozesse zur Heilung erfordern, könnten Sie dann darauf hinweisen, zu sehr an Erwartungen, Idealisierungen oder Wunschträumen zu haften. Das sind vermutlich Krankheiten, die entstehen, wenn der Körper von Fremd- oder Schlackenstoffen überfüllt ist oder seine Abflusssysteme funktionsunfähig geworden sind - wie das etwa bei Gefäßerkrankungen der Fall ist.

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

Das Aura-Soma-Öl Nr. 1 "Blau über Tiefmagenta" kann helfen, Einsamkeit und Gefühle von Ausgeschlossensein 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 FüÙe - ohne Öl - zu massieren. Die stellen nämlich den Bodenkontakt her, der notwendig ist, um Visionen, Ideale und Sehnsüchte in die Wirklichkeit umzusetzen.

### Geschwächt durch fehlende Visionen (Neptun im 10. Haus)

Sie stehen wohl häufig vor der Frage, ob sie sich richtig oder falsch verhalten. Ihre innere Stimme vermag Ihnen dann zu sagen, was für Sie das Beste ist, doch sie wird nicht selten von Ängsten, die im Verborgenen liegen, geknebelt. Im Wesentlichen sind das Ängste, aufgrund eines Fehlverhaltens aus einer Gemeinschaft ausgeschlossen zu werden. Dann erfüllen Sie in der Regel doch das, was Ihnen Autoritäten oder Spezialisten raten. Trotzdem fühlen Sie sich insgeheim orientierungslos und verunsichert, sobald Sie ohne Rückendeckung selbst zu entscheiden haben. Daher umgeben Sie sich gerne mit Menschen, die klare Vorstellungen vom Funktionieren der Welt haben und Ihnen mit ihren Patentlösungen Sicherheit geben.

Leider richten Sie dann Ihren Blick zu sehr nach außen und übersehen Ihr Inneres. Das wird sich dann durch körperliche Reaktionen bemerkbar machen. Möglicherweise haben Sie Probleme mit Ihrem Knochenapparat. Vielleicht hatten Sie in der Jugend eine Zahnspange, die Ihre eigenwilligen Zahnstellungen regulieren sollte. Die Zähne, die auch für Bissigkeit stehen, wurden erst einmal positioniert. Dadurch wurde der Bissigkeit die Urwüchsigkeit genommen. Es

steht hier außer Frage, dass Zahnregulationen notwendig sind, um ein Gebiss zu erhalten. Es soll an dieser Stelle nur verdeutlicht werden, was ursprüngliche Tendenzen waren und wie damit in unserem Gesellschaftssystem umgegangen wird. Anzeichen einer Trichterbrust könnten als Bild dafür betrachtet werden, dass Sie elterlichen Einflüssen ausgesetzt waren, denen Sie sich als Kind - aus Angst, in der Familie nicht mehr die ersehnte Beachtung zu erhalten - nicht entgegenstellen konnten. Erscheinungsbilder, die auf Calciummangel zurückzuführen sind - dazu gehören auch brüchige Fingernägel - lassen darauf schließen, dass zu wenig Stabilisatoren vorhanden sind, die uns mit gutem Gewissen nach eigenen Regeln vorgehen lassen. Unreine Haut, Akne, Hautallergien oder massive Schuppenbildung könnten wir als Hinweis betrachten, dass wir uns nach Wertesystemen richten, die uns begrenzen. Wir beugen uns mancher Organisationssystematik, weil wir mit der Einhaltung von Regeln einen Platz in Familie oder Gesellschaft zugewiesen bekommen, durch den wir uns integriert fühlen.

Im Innersten aber haben Sie ein feines Gespür dafür, wenn Regeln überholt sind oder nur noch die Funktion erfüllen, ein schwammig gewordenes Gemeinschaftsgerüst zu stützen. Im Grunde genommen könnten wir uns Vorfahrtsregeln im Straßenverkehr auch sparen, wenn alle Fahrer rücksichtsvoll Ihr Auto steuern würden. Verkehrsregeln machen uns als Autofahrer stumpf. Das merken wir schon allein daran, dass ein Verkehrschaos entsteht, wenn an einer Kreuzung eine Ampel ausfällt. So empfinden Sie in Ihrem Innersten, dass alle Vorschriften, Ratschläge, Regeln und Strukturvorgaben Festlegungen sind, die nicht die absolute Wahrheit vertreten. Das wird Sie dazu bewegen, verhärtete Strukturen oder rigide Regelungen einst für sich selbst aufzulösen - obschon Sie natürlich an die Straßenverkehrsordnung gebunden sind. Sie haben aber die Freiheit, in Ihrem privaten Rahmen eigene Regeln, Mechanismen oder Abläufe zu kreieren, die Ihrem persönlichen Empfinden eines Gemeinschaftsideals entsprechen. Ihre Aufgabe ist es, kreativ zu werden, damit die im Laufe der Zeit starr und dem Leben unzutraglich gewordenen Systeme wieder menschenfreundlich gemacht werden. Ihr Körper zeigt Ihnen anhand seiner Krankheiten auf, ob Sie sich nach fremden Grundsätzen richten, die Sie in Ihrem Innersten eigentlich nicht vertreten.

Ihre Gabe, sich nahtlos in ein Ganzes einzufügen, und Ihr Gespür, das zu tun, was Lob und Anerkennung verspricht, könnte Sie auch an den Rand der Selbstaufgabe bringen. Folge so einer Selbstaufopferung könnte sein, dass Sie sich zu einem Leidenden machen, der sich suchartig in Krankheiten oder Depressionen hineinstürzt, in der Hoffnung, mit Lob beachtet und durch Einhaltung von Regeln integriert zu werden. Leiden könnte dann ein Mittel sein, um durch heldenhaftes Ertragen von Krankheiten in den Mittelpunkt zu geraten. Sie werden sich viel besser fühlen, wenn Sie stattdessen darauf achten, Ihre Visionen von einer heilen Welt zu verwirklichen. Sie werden sicherlich nur von den Leuten als Idealist oder Spinner verrufen, die -

selbst rigide geworden - an verknöcherten Weltsichten festhalten. Damit Sie Ihre Visionen ernst nehmen können, sollten Sie sich selbst in besonderem Maße Achtung zukommen lassen. Das kann geschehen, indem Sie über Ihren Namen sich selbst würdigen. Dazu ein machtvoller Tipp: Singen Sie wenigstens einmal am Tag Ihren Namen - am besten morgens vor dem Spiegel. Singen Sie ihn liebevoll und so, wie Sie ihn gerne auch von anderen hören würden.

## Körperliebe und soziale Liebe (Venus Opposition Neptun)

Beziehungen tun Ihnen häufig weh, weil Sie darin immer wieder Unerfülltes feststellen: Wenn Sie glauben, den richtigen Partner gefunden zu haben, ernüchert Sie die Wirklichkeit. Dann stellen Sie fest, dass der Angebetete nicht so zu Ihnen steht, wie Sie es sich wünschen. Dabei ziehen Sie wohl weniger in Betracht, dass Ihre Ideale von Liebe und Glück zu hoch gegriffen sein könnten. Ihre Enttäuschung über die echte Liebe entzieht Ihrem Körper viel Kraft. Insuffizienzen und Infektionen von Organen, deren Funktion auf das Fließen gerichtet ist - beispielsweise Niere, Blase oder das Gefäßsystem - können eine Liebesenttäuschung andeuten:

Um endlich wirklich geliebt zu werden, bilden Sie sich ein, in puncto Aussehen und Liebesspiel perfekt sein zu müssen. Kein Körper kann aber makellos und faltenlos bleiben. Das Leben schreibt sich auf die Haut. Mit Korsetts, Toupets und Schminke modellieren Sie Ihren Körper zurecht. Je mehr der Körper zum Kunstobjekt wird, desto weiter entfernen wir uns von dem, was animalisch-triebhaft ist: unsere sexuellen Bedürfnisse. Weil Sie die Vision des perfekten Liebhabers oder der perfekten Liebhaberin anstreben, ertragen Sie womöglich eine Form der sexuellen Begegnung, die Sie nicht glücklich macht. Erkrankungen der Geschlechtsorgane und Beschwerden beim Sexualakt können darauf hinweisen. Sexualität kann aber auch zelebriert werden. Anregungen dazu finden Sie in dem Buch von Margo Anand: "Tantra - Die Kunst der sexuellen Ekstase".

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

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

## 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 Selbstfindung (Pluto im Löwen)

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

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

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

ausgelaugt und von Verpflichtungen geschoben. Erkrankungen, die unsere Schaffenskraft stark einschränken und uns vielleicht sogar in sehr erfolgreichen Phasen ausbremsen, deuten an, wie sehr unsere Vitalität bedroht ist.

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

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

### Kraft durch Loslösungsbereitschaft (Pluto im 8. 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 mobil, wenn Sie sich mit grundlegenden Veränderungen auseinander setzen müssen, die Ihre bisherige Existenz gefährden. Dann befinden Sie sich auf psychischer Ebene in einer Art Sterbeprozess. Der Tod ist zwar die Auflösung der materiellen oder strukturellen Seinsform, bezeichnet aber ein Nichts, aus dem etwas Neues entsteht. Auch wenn Sie nicht an ein Weiterleben nach dem Tode glauben, können Sie doch die energetische Umwandlung eines Körpers nachvollziehen, die er von einem funktionierenden Organismus über Verwesungsprozesse zu Humus durchmacht. Der Humus wiederum stellt energiereiche Nährstoffe zur Keimung von Pflanzen bereit. Alle Wandlungsprozesse, Umwälzungen und tief greifenden Veränderungen beinhalten ein Art Sterben: Abschied, Trennung und auch schmerzvolle Trauer. Wir alle haben Angst, zu sterben. Wenn wir uns in so einem gewaltigen Ablösungsprozess befinden, haben wir das Gefühl, den Boden unter den Füßen zu verlieren oder sich wie verloren vorzukommen.

Wenn Veränderungsprozesse in Ihnen ablaufen, wenn Sie schon längst ahnen, dass etwas zu Ende geht, bringt die Angst vor dem Ungewissen Sie dazu, sich an bisherige Umstände festzuklammern, selbst wenn diese Umstände für Sie nicht mehr gut sind. Als Erwachsene sind wir versucht, unsere Angst, d.h. Gefühle, auf materiellem Wege zu bekämpfen. Alle Versuche in dieser Richtung sind natürlich zum Scheitern verurteilt, denn nur das Vertrauen auf die Liebe eines Menschen kann die Angst vor Verlorenheit und Ausgeliefertsein mindern. Ihr Misstrauen aber gibt Ihnen vor, dass bestimmt niemand da ist, wenn es Ihnen dreckig geht. Daran verzweifeln Sie - und tiefe Abgründe tun sich vor Ihrem inneren Auge auf. Diese irrationalen Ängste können mit Atembeklemmungen einhergehen. Sie weisen aber darauf hin, dass Sie sich in einem psychischen Umwandlungsprozess befinden - ein Umwandlungsprozess, der Veränderungen nach sich ziehen kann. Während dieses Prozesses sind Sie der Zuwendung geliebter Menschen nicht mehr sicher. Vermutlich versuchen Sie dann mit Zwangshandlungen, eine äußere Ordnung zu erhalten.

Solange Sie sich gegen Wandlungsprozesse auflehnen, die in Ihnen brodeln, dienen Krankheiten dazu, den Veränderungsprozess auf körperlicher Ebene zu forcieren. Manch einer unterzieht sich einer Operation, bei der überflüssig Gewordenes herausgeschnitten wird. Natürlich werden solche Prozesse auch in der Psyche registriert - sodass eine Operation die Schwelle in einen neuen Lebensabschnitt markieren kann. Diese Plutostellung lässt jedoch keine Voraussage für chirurgische Eingriffe zu! Sie können aber davon ausgehen, dass eine Erkrankung, die mit viel Ruhe einhergeht, vielleicht auch mit einer Trennung vom gewohnten Alltagsleben, etwa durch einen Krankenhausaufenthalt oder durchs Alleinsein im Bett, die körperliche Voraussetzung dazu schafft, eine notwendige Veränderung Ihrer bisherigen Lebensorganisation auszubrüten. Solche tief greifenden Prozesse haben den einzigen Sinn, Ihnen zu mehr Lebendigkeit zu verhelfen.

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.

## Lebensstrom und Wandel des Lebens (Neptun Sextil Pluto)

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

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

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

## Unsere Verwundbarkeit

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

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

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

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

## Ihr wunder Punkt: Ihr Harmoniebestreben (Chiron in der Waage)

Sie wünschen sich, akzeptiert zu werden. Ihr wunder Punkt wird getroffen, wenn Sie sich aufgrund von Ungerechtigkeit oder mangelnder Fairness von anderen abgelehnt fühlen. Paradoxerweise ziehen Sie Menschen an, die eine andere Auffassung von Gerechtigkeit als Sie haben und Ihre Ideale nicht teilen. Solche Menschen leben Ihnen vor, was Sie selbst eher verbergen: Auch einmal egoistisch und unnachgiebig zu sein. Allerdings bieten Sie anderen Menschen Ihre empfindliche Stelle oft geradezu an. Dann lassen Sie sich aus Höflichkeit Kränkungen gefallen, nur um ja nicht unsympathisch zu wirken. Doch solche Kränkungen können krank machen. Blasenschwäche, Akne, Ekzeme, verminderte Nierenfunktion oder Störungen des physiologischen Gleichgewichtes könnten auf Kontaktprobleme hinweisen. Nichts schmerzt Sie so sehr wie Ablehnung und soziale Ausgrenzung durch Ihre Mitmenschen. Beispielsweise kann es Sie sehr treffen, wenn Ihr Partner offenbart, dass Sie seinem oder ihrem persönlichen Schönheitsideal nicht entsprechen. Das könnte Sie zu aufwändigen und vielleicht auch extremen Diäten, Kuren und Gefälligkeiten veranlassen - in der Hoffnung, doch noch akzeptiert zu werden. Im Wissen um Ihre Verwundbarkeit sollten Sie sich genügend Zeit lassen, einen Menschen allmählich an sich herankommen zu lassen. Nur so schaffen Sie sich das nötige Vertrauen, Ihrem Gegenüber zeigen zu können, wie verletzbar Sie sind.

Heilung finden Sie, indem Sie sich mit Ihrem egoistischen Wesensteil anfreunden. Dieser Teil ist immer da - auch wenn Sie ihn nicht spüren. Vielleicht konkurrieren Sie mit anderen oder provozieren Auseinandersetzungen, ohne es zu merken. Vielleicht sind Sie aus lauter Liebenswürdigkeit schon wieder rücksichtslos - meist jedoch gegen sich selbst! Das macht müde oder krank. Weil Sie sehr empfindlich auf Bevormundung reagieren, haben Sie ein feines Gespür dafür entwickelt, ob Partner einander achtend oder hochmütig begegnen. Daher werden Sie gerne von anderen als Schlichter zurate gezogen. Die Reibungen, die andere miteinander ausfechten, können Ihnen zeigen, was Toleranz letztendlich bedeutet: nämlich den Willen des anderen zu respektieren. Dass das besonders wehtun kann, wissen Sie selbst am besten.

## Ihre Heilkraft: Zielfindung (Chiron im 10. Haus)

Möglicherweise müssen Sie sehr viel Energie aufwenden, um zu dem Erfolg zu kommen, den Sie sich erwarten. Solange Sie Erfolg erzwingen, um öffentliche Anerkennung zu bekommen, leiden Sie: unter Stress, weil Sie zu wenig Zeit für zwischenmenschliche Kontakte haben, unter Fehlschlägen, an körperlichen Handikaps oder an Krankheiten. Erst wenn Sie die Grenzen Ihrer

körperlichen oder seelischen Belastbarkeit akzeptieren, werden Sie Ihr Können erfolgreich einsetzen. Aus eigenen Fehlern und Schicksalsschlägen ziehen Sie Ihre Erfahrung. Aus der Erfahrung heraus werden Sie fähig, anderen ein Handwerkszeug, ein Therapiekonzept oder einen Lebensplan geben, mit dem sie ihr zukünftiges Leben leichter meistern können. Das gibt Ihnen Zufriedenheit.

Aus dem Gefühl heraus, minderwertig zu sein, hören Sie nicht auf, Bestätigung durch Erfolg zu suchen. Daher sollten Sie Krankheiten, die Ihre Karriere bedrohen oder eine Zeit lang pflegebedürftig machen, als Regulativ betrachten: Krankheiten bringen Sie Ihren Gefühlen und Bedürfnissen wieder ein wenig näher. Heilung finden Sie, wenn Sie aus Ihren Handikaps Stärken entwickeln.

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

### Ihre empfindliche Stelle: Ihr Selbstverständnis (Chiron Trigon Merkur)

Sie interessieren sich für die Denkprozesse des anderen. Dabei dringen Sie zu den psychischen Beweggründen vor, die einen Menschen zu einem Entschluss geführt haben. Instinktiv bringen Sie somit so manches "Herumgerede" auf den Punkt - und verblüffen damit Ihren Gesprächspartner. Instinktiv ziehen Sie Menschen an, die Verständigungsschwierigkeiten haben. So sind Sie beispielsweise ein guter Nachhilfelehrer, Sprachförderer oder Übersetzer komplizierter Sachinhalte. Wahrscheinlich werden Sie von Menschen aufgesucht, die Ihre Unterstützung erhoffen, damit sie sich in den gesellschaftlichen Umgangsformen zurechtfinden können. So sind Sie umgeben von Rat Suchenden oder in einem erweiterten Sinne von Schülern. Das Fragezeichen, mit dem sie Ihnen gegenüber sitzen, regt Sie zum Helfen an - und irgendwie erkennen Sie sich selbst darin wieder. Intuitiv nehmen Sie wahr, dass jene sich ausgegrenzt vorkommen. Auch das kennen Sie! Lernende erwecken in Ihnen bildhafte Vorstellungskräfte, mit denen Sie sich ihnen verständlich machen können.

Wenn jemand ehrlich nach seinen Motiven forscht, ist er bei Ihnen als Berater, Therapeut oder Arzt gut aufgehoben. Für solche Menschen haben Sie etwas von einem Schamanen, der intuitive Kräfte im anderen in Bewegung setzen kann. Das weicht verknöcherte Einstellungen auf. Damit haben Sie die Fähigkeit, im anderen einen Ganzwerdungsprozess - also Heilung - zu induzieren, der Denken und Fühlen wieder in Beziehung setzt.

### Ihre empfindliche Stelle: Ihre Selbstliebe (Chiron Opposition Venus)

Dreh- und Angelpunkt Ihres Wohlbefindens ist Ihr Beziehungsleben. Sie reagieren gekränkt oder werden krank, wenn Ungereimtheiten in der Luft liegen. In einem angespannten Wohn- oder Arbeitsklima fühlen Sie sich automatisch abgelehnt, weil Sie das Verhalten anderer persönlich nehmen. Eine konfliktbeladene Atmosphäre beeinträchtigt auf längere Sicht hin Ihre Gesundheit. Sie können etwas für Ihr Wohlbefinden tun, wenn Sie mit den betroffenen Menschen auf möglichst direktem Wege Ungereimtheiten klären - oder Sie befassen sich mit körperlichen Reinigungsprozessen, etwa mit Entschlackungskuren, Trinkkuren, Entwässerungen, Schleimverdünnungen und Blutreinigungen. Solche Prozeduren verdeutlichen, dass es nun an der Zeit ist, sich von belastenden Stoffen - oder vom Beziehungsballast - zu befreien. Möglicherweise stellen Sie Klarheit erst dann her, wenn Sie genügend Wut angestaut haben. In Zeiten, in denen Sie sich zur Wehr setzen, werden Sie verblüfft feststellen, dass auch Ihre körperliche Abwehrkraft stabiler geworden ist.

Höchst empfindlich reagieren Sie auf Ungerechtigkeiten, die durch die festgelegten Rollen in unserer Gesellschaft entstehen. Am eigenen Leibe haben Sie erfahren, wie Ihre Sinnlichkeit und Ihre naive Freude am Entdecken Ihres Körpers aufgrund von Moral und Sitte verboten wurde. Jene Verletzungen sind es eigentlich, die Sie dafür kämpfen lassen, dass jeder ein Recht auf Genießen haben soll. Womöglich stellen Sie sich verteidigend auf die Seite jener Menschen, die aufgrund ihrer Korpulenz, eines körperlichen Mangels, eines Schönheitsfehlers oder einer Geschmacksfrage von anderen gehänselt werden. Solche Menschen sprechen in Ihnen nämlich den Schmerz an, sich selbst oder Ihren Körper nicht schön zu finden. Nur allzu gut kennen Sie die Minderwertigkeitsgefühle, die auch einst Sie daran gehindert haben, sinnlich zu sein. Vielleicht haben auch Sie ein kompliziertes Sexualleben oder körperliche Beschwerden hindern Sie daran, Ihre sexuelle Lust zu leben. Erkrankungen, die in das Sexualleben eingreifen - etwa Menstruationsbeschwerden oder Vor- oder Schleimhautprobleme, Genitalinfektionen oder Schmerzen beim Beischlaf - können auf Schwierigkeiten in der Liebe hinweisen, die auf mangelnder Selbstliebe beruhen.

Über sinnliche, ästhetische oder tänzerische Körpererfahrung, ebenso über psychologisch orientierte Körpertherapien können Sie sich Ihrer Sexualität nähern. Die Erfahrungen, die Sie dabei gemacht haben, können Sie Menschen weitergeben, die Probleme in Ihrem Beziehungsleben haben. Indem Sie andere darin bestärken, Ihren Körper zu akzeptieren, versöhnen Sie sich langsam selbst mit Ihrem Körper.

### Ihre empfindliche Stelle: Persönliche Grenzsetzung (Chiron Quadrat Saturn)

Sie legen viel Wert auf Kontinuität, weil Sie darin einen Fortbestand und eine gesicherte Zukunft erhoffen. Das bringt Sie dazu, an langweilig gewordenen Gewohnheiten festzuhalten. In der Hoffnung darauf, dass der Status quo erhalten bleibt, schließen Sie Zusatzversicherungen ab, die auch im Krankheitsfalle Ihren Lebensunterhalt sichern sollen. Tatsächlich scheinen immer wieder körperliche, familiäre oder finanzielle Konkurse die Kontinuität in Ihrem Leben zu unterbrechen. Vermutlich dann, wenn Sie eine Haltung angenommen haben, die eine Weiterentwicklung verhindert, stürzt ein Fundament ein, auf das Sie sich verlassen haben. Manche Krankheiten vermitteln den Eindruck, dass etwas Starres gebrochen ist: etwa ein Knochenbruch, ein Zahnausfall, eine Wirbelsäulen- oder Gelenkerkrankung. Solche Krankheiten weisen daraufhin, dass mehr Flexibilität und Mut zur Veränderung angesagt wären, um im Fluss des Lebens zu bleiben.

Obwohl Sie willig Veränderungen vorgenommen haben, um Ihre Gesundheit und Ihr Privatleben zu schützen, neigen Sie dazu, Neues wieder zur Gewohnheit erstarren zu lassen. Dann könnten Katastrophen Gesundheitsprogramme über den Haufen werfen, die eingehalten werden. Solange Sie glauben, sich nur hin und wieder auf Ungewohntes einlassen zu müssen, werden sämtliche Sanierungsbemühungen scheitern. Solange fühlen Sie sich zu minderwertig oder zu schwach, um etwas zu erreichen. Am kritischen Punkt angelangt könnten Sie meinen, Sie wären vom Schicksal benachteiligt, weil sich immer wieder neue Hindernisse oder Behinderungen auftun. An Ihren Krankheiten aber können Sie erkennen, wann Sie sich auf eine Lebensvorstellung versteift haben, die nicht Ihren wahren Möglichkeiten entspricht.

Ihre Kraft und Zuversicht finden Sie, wenn Sie sich mit den realen Möglichkeiten anfreunden. Sie werden sich weniger belastet fühlen, wenn Sie es als normal betrachten, dass Menschen auf dieser Welt mit Problemen und mit Krankheit konfrontiert sind. Ziel des Ganzen ist es, es trotzdem zu versuchen - und mehr den Weg als das Ziel zu werten. Wenn Sie Verantwortung für Ihr persönliches Leben übernehmen, werden Sie erkennen, dass ein Erfolg nur das Ergebnis

von Korrekturen ist, die uns dazu veranlassen, unsere körperlichen und psychischen Grenzen zu akzeptieren. Diese Erfahrungen aber lehren Sie, wie Sie Stärken und Schwächen anderer zu einem funktionierenden Ganzen zusammenzufügen. Das macht Sie zufrieden.

### 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.*