



astrovitalis-Analyse

für

Madonna Louise Ciccone

Geboren am 16.08.1958, 07:05 Uhr

in Bay City, Bay, Michigan, USA

astrovitalis-Analyse für Madonna Louise Ciccone

Astrologie

Inhalt	3
Geburtsbild	4
Aspekte	5
Halbsummen	6
Mondeisprung	7
Elemente	8
Strukturanteile	9
Tierkreisanteile	10
Sensitivpunkte	11

Medizin

Inhalt	12
Risikobereiche	13
Symptombilder	14
Bachblütenanalyse	18
Homöopathie	19

Psychologie

Inhalt	25
Typologie	26
Grundstruktur	27
Basisprofil	28
Aufgabenprofil	31
Lösungsprofil	37
Sabische Symbole	50
Halbsummen	51
Pyramidenpunkte	53
Stichworte	54

Wellness

Inhalt	56
Ernährungstipps	57
Therapien	62
Sporttipps	67

Zeitqualität

Analyse	70
-------------------	----

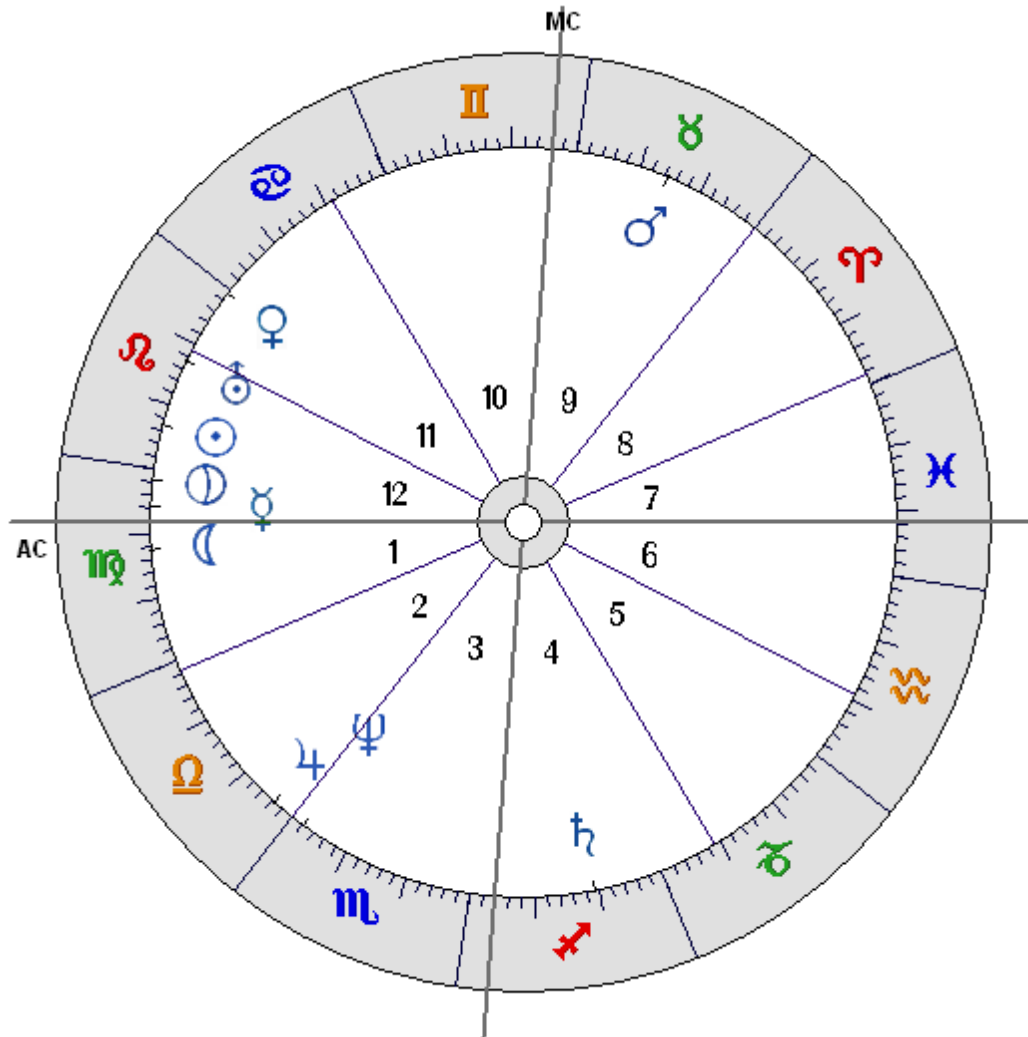
Anhang

Namensanalyse	73
Biorhythmus (Tabellenform)	74
Biorhythmus (grafisch)	87

Astrologie: Inhalt

Geburtsbild	4
Aspekte	5
Halbsummen	6
Mondeisprung	7
Elemente	8
Strukturanteile	9
Tierkreisanteile	10
Sensitivpunkte	11

Astrologie: Geburtsbild



Name: Madonna Louise Ciccone
 Geboren: Samstag, 16.08.1958 um 07:05 Uhr
 in: Bay City, Bay, Michigan (L: -83,53, B: 43,35)
 Feldtyp: Placidus Feldorbis: 10% SidTime: 4h 7m
 Individuelle Pyramidenpunkte: Waage/Widder 16°15' und Löwe/Wassermann 0°15'

Planeten					Felder		
Planet	Dezimal	Zeichen	Grad°Min'	Feld	Feld	Zeichen	Grad°Min'
Sonne	143,1144	Löwe	23° 07'	12	AC	Jungfrau	08° 15'
Mond	162,3966	Jungfrau	12° 24'	1	Feld 2	Waage	01° 29'
Merkur 6	155,6519	Jungfrau	05° 39'	1	Feld 3	Skorpion	00° 07'
Venus 2	120,5436	Löwe	00° 33'	11	IC	Schütze	03° 45'
Mars	45,40892	Stier	15° 25'	9	Feld 5	Steinbock	08° 57'
Jupiter	206,4365	Waage	26° 26'	2	Feld 6	Wassermann	10° 55'
Saturn	259,208	Schütze	19° 12'	4	DC	Fische	08° 15'
Uranus	132,666	Löwe	12° 40'	12	Feld 8	Widder	01° 29'
Neptun	212,269	Skorpion	02° 16'	3	Feld 9	Stier	00° 07'
Pluto	151,6738	Jungfrau	01° 40'	12	MC	Zwillinge	03° 45'
NMONDKN	205,3344	Waage	25° 20'	2	Feld 11	Krebs	08° 57'
					Feld 12	Löwe	10° 55'

Anteile Merkur: Zwilling 30%, Jungfrau 70%

Anteile Venus: Stier 75%, Waage 25%

Astrologie: Aspekte

Aspekte

Planet	Aspekt	Planet	+/-Abw.
Sonne	Trigon	Saturn	-4°
Mond	Trigon	Mars	-3°
Mond	½-Quadrat	Jupiter	-1°
Mond	½-Sextil	Uranus	0°
Mond	Konjunktion	AC	4°
Merkur	Konjunktion	Pluto	4°
Merkur	Konjunktion	AC	3°
Merkur	Quadrat	MC	2°
Venus	Quadrat	Jupiter	-4°
Venus	Quadrat	Neptun	2°
Mars	Quadrat	Uranus	-3°
Neptun	Sextil	Pluto	1°
Neptun	Quincunx	MC	-1°
Pluto	Quadrat	MC	-2°
AC	Quadrat	MC	5°

Übersicht

somo	19° 16'	mome	6° 44'	meve	35° 07'	vema	75° 08'
some	12° 32'	move	41° 51'	mema	110° 14'	veju	85° 53'
sove	22° 34'	moma	116° 59'	meju	50° 47'	vesa	138° 39'
soma	97° 42'	moju	44° 02'	mesa	103° 33'	veur	12° 07'
soju	63° 19'	mosa	96° 48'	meur	22° 59'	vene	91° 43'
sosa	116° 06'	mour	29° 43'	mene	56° 37'	vepl	31° 08'
sour	10° 26'	mone	49° 52'	mepl	3° 58'	veac	37° 42'
sone	69° 09'	mopl	10° 43'	meac	2° 35'	vemc	56° 47'
sopl	8° 33'	moac	4° 08'	memc	91° 54'	urne	79° 36'
soac	15° 08'	momc	98° 38'	saur	126° 32'	urpl	19° 01'
somc	79° 21'	jusa	52° 46'	sane	46° 56'	urac	25° 35'
maju	161° 01'	juur	73° 46'	sapl	107° 32'	urmc	68° 54'
masa	146° 12'	june	5° 49'	saac	100° 57'	plac	6° 34'
maur	87° 15'	jupl	54° 45'	samc	164° 32'	plmc	87° 55'
mane	166° 51'	juac	48° 11'	nepl	60° 35'	acmc	94° 30'
mapl	106° 15'	jumc	142° 41'	neac	54° 01'		
maac	112° 50'			nemc	148° 31'		
mamc	18° 20'						

Astrologie: Halbsummen

Halbsummen

Halbsumme besetzt	Planet	+/-Abw.
Sonne / Mond	= Merkur	-3
Sonne / Mond	= Pluto	1
Sonne / Merkur	= Pluto	-2
Sonne / Venus	= Uranus	-1
Sonne / AC	= Pluto	-1
Mond / Merkur	= AC	1
Mond / Venus	= Sonne	-2
Mond / Saturn	= Neptun	-1
Mond / Pluto	= Merkur	1
Mond / Pluto	= AC	-1
Merkur / Saturn	= Jupiter	1
Merkur / Uranus	= Sonne	1
Venus / Jupiter	= Mond	1
Mars / Saturn	= Pluto	1
Jupiter / MC	= Uranus	2
Saturn / Pluto	= Jupiter	-1
Saturn / AC	= Jupiter	2
Saturn / MC	= Mond	-1
Uranus / Pluto	= Sonne	-1
Uranus / AC	= Sonne	2
Pluto / AC	= Merkur	-1

bei max. Orbis $\pm 3^\circ$

Übersicht

somo	152° 45' jun	mome	159° 01' jun	meve	138° 06' löw	vema	82° 58' zwi
some	149° 22' löw	move	141° 28' löw	mema	100° 31' kre	veju	163° 29' jun
sove	131° 49' löw	moma	103° 54' kre	meju	181° 02' waa	vesa	189° 52' waa
soma	94° 15' kre	moju	184° 24' waa	mesa	207° 25' waa	veur	126° 36' löw
soju	174° 46' jun	mosa	210° 48' sko	meur	144° 09' löw	vene	166° 24' jun
sosa	201° 09' waa	mour	147° 31' löw	mene	183° 57' waa	vepl	136° 07' löw
sour	137° 53' löw	mone	187° 19' waa	mepl	153° 39' jun	veac	139° 23' löw
sone	177° 41' jun	mopl	157° 02' jun	meac	156° 57' jun	vemc	92° 08' kre
sopl	147° 23' löw	moac	160° 19' jun	memc	109° 42' kre	urne	172° 28' jun
soac	150° 40' jun	momc	113° 04' kre	saur	195° 56' waa	urpl	142° 10' löw
somc	103° 25' kre	jusa	232° 49' sko	sane	235° 44' sko	urac	145° 27' löw
maju	125° 55' löw	juur	169° 33' jun	sapl	205° 26' waa	urmc	98° 12' kre
masa	152° 18' jun	june	209° 21' waa	saac	208° 43' waa	plac	154° 57' jun
maur	89° 02' zwi	jupl	179° 03' jun	samc	161° 28' jun	plmc	107° 42' kre
mane	128° 50' löw	juac	182° 20' waa	nepl	181° 58' waa	acmc	111° 01' kre
mapl	98° 32' kre	jumc	135° 06' löw	neac	185° 15' waa		
maac	101° 49' kre			nemc	138° 01' löw		
mamc	54° 34' sti						

HS-Punkte auch $\pm 90^\circ$, 180° gültig

Astrologie: Mondeisprung

Abstand von Sonne auf Mond: 19° 16'

Eisprung:

1 Tage 14 Std. vor dem nächsten Neumond, entspr. 28 Tage 9 Std. nach dem letzten Neumond.

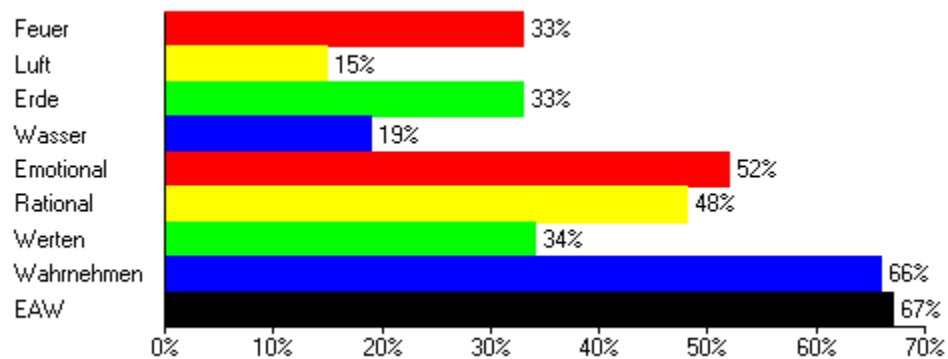
Die Fruchtbarkeits-Spanne liegt ca. \pm 2 Tage um den exakt errechneten Termin (Zeitorbis).

Astrologie: Elemente

Yang/+ 48%				Yin/- 52%			
Feuer	33%	Luft	15%	Erde	33%	Wasser	19%
Emotional	52%	Rational	48%	Werten	34%	Wahrnehmen	66%

Elementen-Ausprägungswert (EAW) = 67%

Kommentar: Ein etwas erhöhter, aber noch normaler Mittelwert. Über- oder Unterbetonungen einzelner Elemente und entsprechender Typologien werden in ihrer Präsenz nach außen teilweise deutlich sichtbar sein!

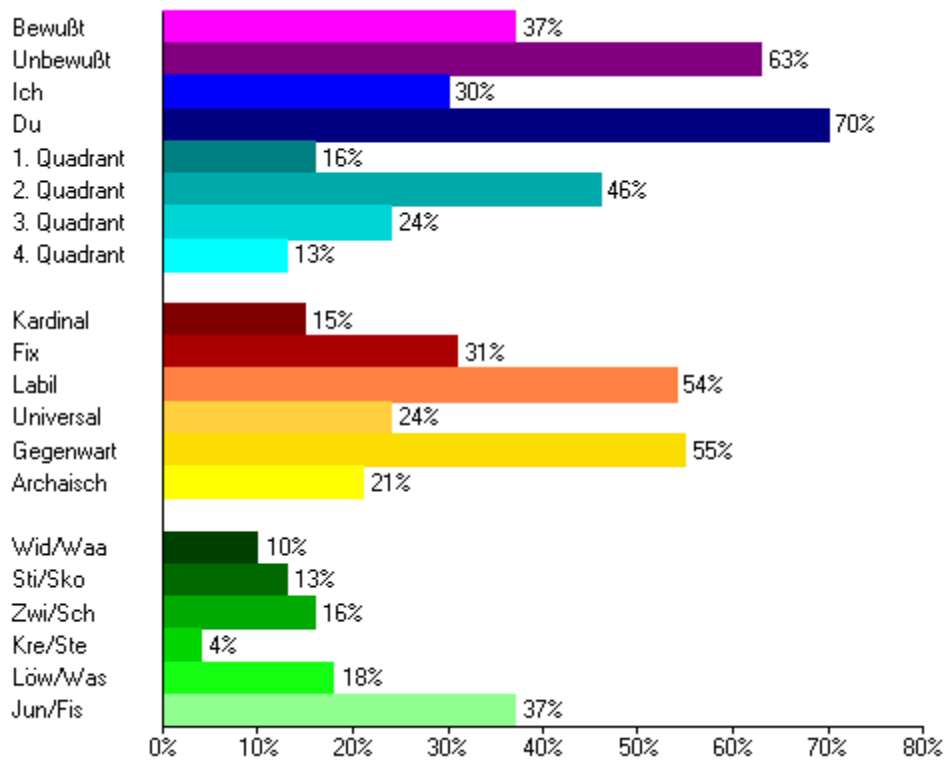


Astrologie: Strukturanteile

Bewußt/Unbewußt	Ich/Du		Quadranten	
37%	30%	70%	13%	24%
63%			16%	46%

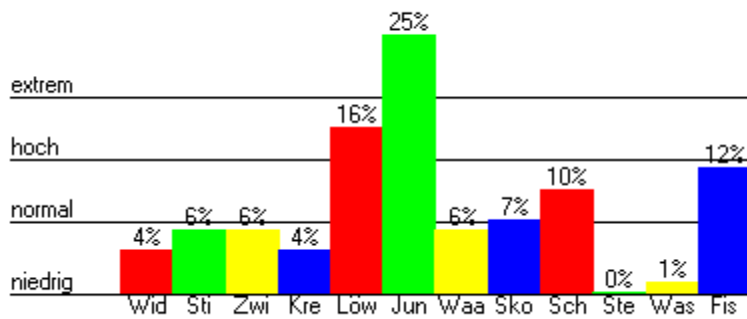
Kreuze		Lebensebene	
Kardinal	15%	Universal	24%
Fix	31%	Gegenwart	55%
Labil	54%	Archaisch	21%

Tierkreisanteile			
Widder/Waage	10%	Krebs/Steinbock	4%
Stier/Skorpion	13%	Löwe/Wassermann	18%
Zwillinge/Schütze	16%	Jungfrau/Fische	37%



Astrologie: Tierkreisanteile

Widder	4%	Waage	6%
Stier	6%	Skorpion	7%
Zwillinge	6%	Schütze	10%
Krebs	4%	Steinbock	0%
Löwe	16%	Wassermann	1%
Jungfrau	25%	Fische	12%



Astrologie: Sensitivpunkte

Tagesgeburt					Belegt von
Glück	= AC + Mond	- Sonne	27° 32'	Jungfrau	
Zukunft	= AC + Sonne	- Mond	18° 58'	Löwe	
Vater	= AC + Saturn	- Sonne	4° 20'	Steinbock	
Mutter	= AC + Mond	- Venus	20° 07'	Waage	
Kinder	= AC + Mond	- Jupiter	24° 12'	Krebs	
Geschwister	= AC + Jupiter	- Saturn	15° 28'	Krebs	
Liebe	= AC + Venus	- Sonne	15° 40'	Löwe	
Reisen	= AC + Merkur	- Mond	1° 30'	Jungfrau	Pluto
Wissen	= AC + Mond	- Merkur	14° 59'	Jungfrau	
Kunst	= AC + Merkur	- Venus	13° 21'	Waage	
Ruhm	= AC + Jupiter	- Sonne	11° 34'	Skorpion	
Erbschaft	= AC + Mond	- Saturn	1° 26'	Zwilling	
Prozesse	= AC + Mars	- Jupiter	27° 13'	Fische	
Krankheit	= AC + Mars	- Saturn	4° 27'	Wassermann	
Betrug	= AC + Neptun	- Sonne	17° 24'	Skorpion	
Handel	= AC + Mars	- Sonne	0° 32'	Zwilling	
Okkultismus	= AC + Neptun	- Uranus	27° 51'	Skorpion	
Astrologie	= AC + Merkur	- Uranus	1° 14'	Waage	Feld 2

Orbis ±2°

Medizin: Inhalt

Risikobereiche	13
Symptombilder	14
Bachblütenanalyse	18
Homöopathie	19

Medizin: Risikobereiche

Das durchschnittliche Erkrankungsrisiko beträgt 28%.

Die jeweils 2 Organ- und Körperbereiche auf 4 Ebenen ergeben im Einzelnen:

Erkrankungsneigung leicht erhöht: 34,7%

für Organbereich: Herz/ Kreislauf, Wirbelsäule, Verdauung, Leber/ Galle, Muskeln

für Körperbereich: Kopf, mittlerer Rumpf, Hüften, unteres Becken, Oberschenkel

Erkrankungsneigung unauffällig: 20,3%

für Organbereich: Lungen, Niere/ harnableitendes System, Haut, Nerven allg.

für Körperbereich: Oberer Rumpf, oberes Becken, Unterschenkel, Waden/ Knöchel

Erkrankungsneigung leicht erhöht: 34,7%

für Organbereich: Drüsensystem allg., Darm allg., Knochen, Augen und Ohren

für Körperbereich: Hals, Rachen und Nacken, unterer Rumpf, Kniebereich

Erkrankungsneigung unauffällig: 23,5%

für Organbereich: Magen, Blut/ Lymphe, Geschlechtsorgane, Hormondrüsen allg.

für Körperbereich: Brust/ mittlerer Rumpf, Becken und Lenden, Enddarm, Füße

Medizin: Symptombilder

ICH BIN EINZIGARTIG, ICH BIN SCHÖN

Saturn / Mond

Symptome:

Blasenleiden, Cholesterin erhöht (als Folge von z.B. Fresssucht), Erbkrankheiten, Erbrechen während der Schwangerschaft, Gemütskrankungen (bis endogene Depression), häufig Erkrankungen aufgrund tiefstzitzender, Hautkrankheiten, Knoten in der Brust, Krebsdisposition (bei mangelnder Ablösung vom Mutterprinzip bzw. fehlender Eigenidentität, Lympherkkrankungen, Magengeschwüre, manchmal Bluterkrankungen, manchmal erhöhte Möglichkeit von Zwillingsgelburten, manchmal Gehirnschäden, manchmal Muttermale, Milchunverträglichkeit (auch beim Säugling), Neigung zu schweren Geburten (auch Totgeburten), Neurosen (alle Ausdrucksuntertreibungen), oft Eisenmangel, oft schwerer Schlaf, Schleimhautdefekte, Störungen der Gewebeatmung, trockene Vagina (bei verdrängter Gefühlsfunktion [Frigidität]), ungelöster seelischer Probleme, verminderte Erythropoese, Warzen und Flechten, Zwölffingerdarkerkrankungen

Ursachen:

Mangel an wahrer frühkindlicher Zuwendung durch die Mutter. Angst, „ins Leben geboren zu werden“ (das Bild der „Welt ohne Liebe“). Lebensgefühl: „Ich werde nicht geliebt! Ich muss Kind bleiben, um es der Mutter recht zu machen und mich liebenswert zu machen.“

Lösungen:

Lernen, nicht wegzulaufen, wenn die gesuchte Liebe auftaucht. Wahre Liebe zu und in sich selbst finden. Den Weg der „Weisheit des Herzens“ gehen und dabei bei sich selbst und anderen auch schmerzhaft Erfahrungen als zum Leben gehörig akzeptieren lernen.

HEUTE ICH, MORGEN DU, BALD WIR

Uranus / Venus

Symptome:

Arterielle Blutungsneigung verstärkt (z.B. Nasenbluten), hysterische Zustände, manchmal Thrombosen, Nervenverspannungen im Halsbereich, nervöse Hautstörungen

Ursachen:

In früher Kindheit sehr geringe Kontinuität oder auch Verlässlichkeit in Bezug auf Menschen der Lebensumgebung. Lebensgefühl: Verbindungen zu anderen haben immer etwas Flüchtiges, Vorübergehendes; Beziehungen gleichen einem „vorläufigen Entwurf“.

Lösungen:

Lernen, für die Angelegenheiten anderer tiefen Ernst und empathische Fähigkeiten zu entwickeln. Es ist nötig, positive und dauerhafte Beziehungen als Grundlage humanen Zusammenlebens sehen zu lernen.

GEHEIMNISSE MUSS MAN WAHREN KÖNNEN

Uranus / Neptun

Symptome:

Beschwerden der Wirbelscheiben, Eindrucksallergien, Herzbelastungen, Hirnschlag, klassische Anlage für Multiple Sklerose, Leberkrankheit (Zirrhosen), manchmal Ausschlag, Neigung zu Knöchelbrüchen, Neigung zu Totgeburten, Psychosen, schwer einzuordnende Nervenleiden, sog. Schwindsucht, spinale Lähmungen (Kinderlähmung)

Ursachen:

Schockerlebnis kollektiver Natur, vollkommen unbewusst gebliebene vorgeburtliche Erfahrungen, die – wenn erforderlich – überhaupt nur mit speziellen spirituell-therapeutischen Methoden ans Licht gebracht werden können. Lebensgefühl: Unspezifisch, da die zu Grunde liegende Ursache unerlebt geblieben ist.

Lösungen:

Lernen, die eigene „merkwürdige“ Tiefensensibilität nicht abzutun, sondern sehr ernst zu nehmen. Bezügen zur Form des Dreiecks oder auch zum Land Ägypten nachgehen, hier liegen tiefe Lösungsmöglichkeiten verborgen.-----

ICH ERTRÄUME DICH MIR

Neptun / Venus

Symptome:

allgemein geschwächte Nierentätigkeit, Blasensteine, Drüsenausweitung- und -verkümmern, Nebennierenrindenunterfunktion, Schwäche der Zeugungsorgane

Ursachen:

Grundsätzliche Verunsicherung in Bezug auf andere Menschen. Leichte Täuschbarkeit und unter-schwellige Bereitschaft, enttäuscht zu werden. Lebensgefühl: Ich kann keine oder nur sehr schwer halt- und „greifbaren“ Beziehungen zu anderen aufbauen.

Lösungen:

Lernen, in Beziehungen Realitätssinn zu entwickeln. Den anderen nicht übermäßig idealisieren.

AM ANFANG WAR DAS WORT

Neptun / Merkur

Symptome:

Allgemeine Nervenschwäche, allgemeine Sehstörungen (wie Augenflimmern, Atmungslähmung, ev. Heiserkeit, Gleichgewichtsstörungen sowie Gehörschäden (Schwerhörigkeit) und Grauer Star, Krebsdisposition (bei fehlender Ich-Entwicklung), Krebsdisposition (bei fehlender Wahrnehmungsfähigkeit), Lichtempfindlichkeit), manchmal Koordinationsstörungen, Nebennierenrindenüber- oder -unterfunktion, Nervenlähmungen, Suchtdisposition, Taubheitsgefühl in den Gliedern

Ursachen:

Tiefes Gefühl der Stille, verbunden mit der Ahnung, im Leben nicht gehört zu werden (ähnlich einer Taub- und Stummheit). Lebensgefühl: „Ich bewege als das, was ich bin, ungesehen durchs Leben.“

Lösungen:

Lernen, entweder die Wahrheit – oder möglichst wenig zu sagen. („Reden ist Silber, schweigen ist Gold.“) Akzeptieren: „Weniger ist mehr.“

DAS LEBEN WEISST ÜBER SICH SELBST HINAUS

Neptun / Sonne

Symptome:

Bluterkrankungen, Gefahr des Medikamentenmissbrauchs in jeder Richtung, in der Regel empfänglich für Homöopathika - im besonderen für Hoch- oder LM-Potenzen, Keimdrüsenstörungen, Krebsdisposition (Neigung zu mangelhafter Ich-Entwicklung), manchmal erhöhte Möglichkeit von Zwillingsgeweburt, manchmal Parkinson Krankheit, Morbus Cushing, Nebennierenrindenüberfunktion, oft nur schwache Herzleistung, oft schnelle Erschöpfbarkeit, psychotische Anlage, sehr selten Bandscheibenvorfall, Sehschwäche eher links, Sehschwankungen in Stärke und Schärfe, unterentwickelte Brust

Ursachen:

Konkurrenzsituation gegenüber einem Familienmitglied, das über ähnliche Fähigkeiten wie man selbst verfügt. Emotional geht man bei Begegnungen diesem Menschen gegenüber „in Deckung“. Lebensgefühl: „Ich bin schwach, ich bin ein Spätentwickler.“

Lösungen:

Lernen, Gefühle zu zeigen und sie (als positive und negative) als die eigenen zu akzeptieren. Sämtliche verdrängten Eigenarten und Potenziale ans Licht bringen und zu ihnen stehen. Der eigenen Kreativität vertrauen lernen.

DIE WELT IST MAGIE

Neptun / Pluto

Symptome:

alle Tropenkrankheiten, Eiterungen, Giftansammlung verstärkt, Neigung zu chronischen bzw. sich sehr langsam entwickelnden Erkrankungen

Ursachen:

Starke, eher unbewusst erfahrene kosmische Kräfte üben unterschwelligen Einfluss auf das eigene Leben und auf das Leben Nahestehender aus. Häufig tiefe karmische Verstrickungen in Positives wie Negatives. Lebensgefühl: „Ich habe unterirdische Kräfte, die ich nicht genug kenne und vor denen ich mich eher ängstige. Der Blick in die Abgründe der menschlichen Seele ist gerade daher faszinierend.“

Lösungen:

Lernen, mit den inneren Kräften positiv umzugehen. Akzeptieren: „Magie gehört mit zum Leben.“ Lernen, dass das Vordergründige niemals ausreicht, um das Wesentliche zu verstehen. Der Versuchung widerstehen, den dunklen Lebenskräften zu viel Platz zu einzuräumen.

ICH WEISS ES GENAU

Pluto / Merkur

Symptome:

Anlage zu Flachatmung, Atembeklemmung, ev. Colitis ulcerosa, Nervenüberreizungen, Parkinsonsche Krankheit, Spastische Lähmungen, sympaticotone Überdrehung, Wucherungen (auch gutartige) im Darm sowie manchmal Blindheit oder Kurz-/ Weitsichtigkeit, Zwangsneurosen (Zwangsgedanken)

Ursachen:

Übermäßige Ausrichtung auf Intellekt und Rationales und Überbetonung der geistigen Welt. Übernahme von Sprachschatz und Artikulationsweise der Eltern. Lebensgefühl: „Ich muss wissen, ich muss verstehen – nur das bringt mich weiter.“

Lösungen:

Lernen, das Wissen allein nicht Macht ist, und dass der Verstand nur dazu da ist, seine eigenen Grenzen zu erkennen. Abbau des zwanghaften, grüblerischen Denkens zu Gunsten einer Integration der emotionalen Seite ins Leben.

ES GIBT VIEL ZU TUN

Jupiter / Mars

Symptome:

Entzündungen der Leber, ev. Hüftgelenksentzündungen oder schlechte Zähne (zuviel Zucker!)

Ursachen:

Sehr hohes Energieniveau im Familienverband, eventuell vom Vater ausgehend. Lebensgefühl: „Wohin mit meiner Kraft?“

Lösungen:

Lernen, die überschüssigen Kräfte gezielt, sinnvoll und dauerhaft abzubauen und/ oder einzusetzen, damit sie sich nicht unkontrolliert oder zerstörerisch entfalten.

DAS LEBEN IST SCHÖN

Jupiter / Venus

Symptome:

daher Talgdrüsenverstopfung- und -entzündungen, ev. fettiger Hauttyp, Krankhafte (auch vermehrte) Drüsenabsonderung sowie Neigung zu Fettleibigkeit

Ursachen:

Viele, aber eher oberflächliche menschliche Kontakte. Lebensgefühl: „Tag der offenen Tür.“

Lösungen:

Lernen, in entscheidenden Momenten nicht nur „Smalltalk“ zu machen, sondern Gefühle zu offenbaren. Menschliche Beziehungen ernster nehmen.

LAUT UND DEUTLICH

Mars / Merkur

Symptome:

allgemein erhöhte Neigung für Infekte verbunden mit Abwehrüberreaktionen, allgemeine Reflexsteigerung, Blinddarmentzündung, ev. Pseudo-Krupp, Morbus Crohn, Neigung zu Bronchial/Lungenleiden (Entzündung), Neigung zu Darmentzündungen, Nervenreizungen- und -entzündungen, Spastische Lähmungen

Ursachen:

Große Unruhe und Turbulenzen im Familienverband; wenige Nachdenklichkeit. Lebensgefühl: „Alles muss schnell erledigt sein.“

Lösungen:

Lernen, nicht immer vorschnell zu reagieren. Die denkerischen Kräfte gezielt für konkrete Arbeitsaufgaben einsetzen.

ICH UND DU

Mars / Venus

Symptome:

krankhafte Masturbationsneigung (bei oft starker Sexualität), Menstruationsanomalien, Nieren(becken)entzündung sowie Entzündungen der Haut, Vegetative Funktionsstörungen insbesondere der Nieren und des Darmes

Ursachen:

Stark ausgeprägtes Kontaktbedürfnis bei gleichzeitig nur oberflächlichem Interesse an anderen. Lebensgefühl: „Allein bin ich nichts. Ich kann mich nie wirklich für oder gegen etwas entscheiden.“

Lösungen:

Lernen, Entscheidungen nicht zu schnell und ohne Hilfe anderer zu treffen. Auf mitmenschlicher Ebene mehr Kontinuität und größere Tiefe entwickeln.

LEICHT ENTFLAMMT

Mars / Mond

Symptome:

Bluterkrankungen, Brustdrüsenentzündung, Entzündung der Bauchspeicheldrüse, Entzündungen aus Abwehrschwäche, Entzündungen der Schleimhäute (an Augen, Gefahr von Augenverletzungen eher rechts, im Magen etc.), im Mund, Kleinhirn-Hirnhautentzündungen, Magengeschwüre- und -übersäuerung, Mager- oder Fettsucht, oft leicht störrischer Schlaf, oft starke Adrenalinausschüttung, periodische Störungen (HS Pluto stark), Schleimbeutel, Sexualorgane, starke Fieberneigung

Ursachen:

Unterschwellige Aggression im Elternhaus. Cholerisches Naturell oft bei der Mutter. Lebensgefühl: „Ich werde von der Quelle vertrieben. Ich muss immer achtsam gegenüber Angriffen sein beziehungsweise ich muss mir alles erkämpfen.“

Lösungen:

Lernen, die unbewussten, oft kindlichen Aggressionen in den Griff zu bekommen.

Medizin: Bachblütenanalyse

Blüte	Konstellation	Erfahrungsbild
Honeysuckle	Saturn / Mond	Wenig Urvertrauen in das Leben; gefühlsmäßige Härte als Selbstschutz; Mutterproblematik. Lösung: Lernen, sich selbst zu lieben und gelebte Liebe in der Welt zu sehen. Überwinden von Selbstmitleid und Glücksneid. Neues Lebensmotto: „Es gibt nichts Gutes, außer man tut es.“
Walnut	Uranus / Stiervenus	Entwurzelungszustand; kein Zugehörigkeits- und Reviergefühl; Bestandsverluste. Lösung: Ein Mindestmaß an materieller Sicherheit aufbauen. Lernen, simple Lebensrealitäten mehr zu achten. Zum Selbstschutz temporäre Abgrenzungsstrategien entwickeln.
Star of Beth.	Uranus / Neptun	Stark vergeistigte Wesensstruktur. Schocknachwirkungen; das Nicht-im-Leben-sein. Lösung: Lernen, die irdische Daseinsform nicht als unnötigen Ballast zu sehen, sondern einen Platz in ihr zu finden. Konstruktives Verfeinern der feinstofflichen Wahrnehmungsfähigkeit.
Wild Rose	Neptun / Zwillingmerkur	Apathie im Denken; Kommunikationsstörungen; Wahrheitsproblematik. Lösung: Lernen, immer möglichst konkret und genau zu sagen, worum es geht. Missverständnissen in menschlicher Kommunikation muss vorgebeugt werden. Lieber nichts – als die Unwahrheit sagen.
Pine	Neptun / Sonne	Spätentwickler-Syndrom; passiv leidend; latente Unterlegenheitsgefühle. Lösung: beharrliches Entwickeln und Erfüllen eigener Bedürfnisse. Heraustreten aus dem Schatten anderer. Eigenes und fremdes Leid konkret benennen. Gesundes Selbstbewusstsein aufbauen.
Aspen	Neptun / Pluto	Archetypische, irrationale Angsterscheinungen; magisch-tiefgründige Ahnungen; innere Verwunschenheit und Rätselhaftigkeit. Lösung: Lernen, sich Ängsten offen zu stellen. Kreative Nutzung der eigenen Tiefgründigkeit durch Hinwendung zur Spiritualität.

Medizin: Homöopathie

Saturn / Mond

Homöopathika

1. Natrium-muriaticum
2. Aurum
3. Calcium-carbonicum
4. Pulsatilla
5. Lac-humanum
6. Carcinosinum

Darstellung

Welt ohne Liebe, klassische Disposition für (endogene) Depression, die frierende Seele, liebt sich nicht, die nicht heilende Wunde, sucht ganzes Leben lang nach der Liebe, tiefste Trauer, Abhängigkeit, sucht extreme Gefühlsübereinstimmung, extrem verletzlich, das „rohe Ei“, Sehnsucht nach dem Schmerz der einen heilt, weint nicht, läuft weg wenn die Liebe auftaucht, das ewige Kind, Einsamkeit, beklagt sich immer, kann kaum vertrauen, sich schnell angegriffen fühlen, Ungeborgenheit, „Karriere-Frau“, „Mann-Weib“, „graue Maus“, „Muttersöhnchen“, „Frauenhasser“, Vermeidungsstrategien.

Repertorisation

- SR 864 Traurigkeit, Verzagttheit
- SR 547 glaubt sich nicht geliebt
- SR 719 Schwermut durch enttäuschte Liebe
- SR 123 verlangt Liebkosung und Zärtlichkeit
- SR 720 will gestreichelt werden
- SR 124 will getragen werden
- SR 21 Kränkung
- SR 567 kann nicht weinen
- SR 570 Hass
- SR 106 Abneigung gegenüber Frauen
- SR 572 Frauenhass
- SR 109 vermännlichte Frauen

Uranus / Stiervenus

Homöopathika

1. Tuberculinum
2. Belladonna
3. Mercurius
4. Calcium-phosphorium

Darstellung

Bestandsverlust, Ungesicherheit, Leben „von der Hand in den Mund“, Globetrotter, revierlos, rastlos, grenzenlos, Leben in Übergangsstadien, nie ist was fertig, nie hat etwas Bestand, Durchgangsstationen.

Repertorisation

- SR 1030 Verlangen, zu reisen
- SR 849 umhertreibende Ruhelosigkeit
- SR 1061 will wandern, umherstreifen
- SR 1062 streift ruhelos umher
- SR 835 Unruhe, Ruhelosigkeit
- SR 441 Impuls, zu entfliehen
- SR 442 entflieht den Kindern
- SR 442 entflieht der Familie (Sippe)
- SR 442 entflieht, um wegzulaufen
- SR 432 weigert sich, zu essen

Uranus / Neptun

Homöopathika

1. Aconitum
2. Opium
3. Veratrum-album
4. Agaricum
5. Anhalonium

Darstellung

Meta-Physis, unerlebte Erfahrung (kollektiver Schockzustand), unerklärliche Ängste, Psychosen, ungreifbar, unsagbar, geheimnisvoll, Wunsch nach Besonderheit, nirgends zugehörig, Einsamkeit.

Repertorisation

- SR 23 Schock
- SR 95 Angst, plötzliche
- SR 87 gelähmt vor Angst
- SR 78 Angst nach einem Schreck
- SR 609 Apathie
- SR 548 Gefühl der Vereinsamung
- SR 1096 sich zurückziehen aus der Wirklichkeit
- SR 437 Selbstüberhebung
- SR 895 geheimnisvoll, Geheimniskrämer
- SR 801 prophetisch
- SR 716 Geschwätzigkeit mit Ekstase

Neptun / Zwillingssmerkur

Homöopathika

1. Nux-moschata
2. Gelsemium
3. Cannabis-indica
4. Thuja
5. Hyoscyamus
6. Morphinum

Darstellung

Rationalitätsprobleme, traut sich nicht zu denken, spricht leise, kollektives Sprachrohr, stilles Wesen, geistesabwesend, unklarer Ausdruck (Missverständnisse), Selbstbetrug, Lügen, Verwirrtheit, Legasthenie, Autismus.

Repertorisation

- SR 6 geistesabwesend
- SR 1015 Schwinden der Gedanken
- SR 416 Stumpfheit, Geistesträgheit
- SR 1011 Gedanken wie trunken
- SR 1011 Gedanken wie im Halbschlaf
- SR 167 Verwirrung wie im Traum
- SR 1016 Leere der Gedanken
- SR 1016 Unbestimmtheit der Gedanken
- SR 810 stilles Wesen
- SR 942 spricht leise
- SR 935 spricht unbeholfen
- SR 895 verschwiegen, Geheimniskrämer
- SR 411 unehrlich, unredlich
- SR 200 Lügner
- SR 935 gehaltloser Wortschwall
- SR 1055 macht Gedichte
- SR 750 Legasthenie, Fehler im Schreiben

Neptun / Sonne

Homöopathika

1. China
2. Aurum
3. Carcinosinum
4. Natrium-chloratum
5. Natrium-phosphoricum
6. Staphisagria

Darstellung

Das höhere Selbst, Selbstverhinderung, nicht gelebte Eigenart, hohe ethische Ziele, Unterwerfung/ Konkurrenz unter einen seelischen/ geistigen „Doppelgänger“, ungenutzte Talente, Verdrängung des Lebendigen/ Subjektiven, Mitleid, Selbstlosigkeit.

Repertorisation

- SR 833 zurückhaltend, reserviert
- SR 859 Verlangen, sich zurückzuziehen
- SR 1096 Verlangen, sich zurückzuziehen aus der Wirklichkeit
- SR 1051 kein Wille, etwas zu unternehmen
- SR 827 Flucht vor der Wirklichkeit
- SR 159 Mangel an Selbstvertrauen
- SR 896 Selbstlosigkeit, Altruismus
- SR 441 Neid auf die Eigenschaften anderer
- SR 675 Eifersucht unter Kindern
- SR 909 unterwürfig, servil
- SR 371 Wahnidee/ Vorstellung: er/ sie sei ungeeignet für diese Welt
- SR 331 fühlt sich gehindert
- SR 985 Mitgefühl
- SR 548 verbrüdet mit der Welt
- SR 793 Gefühl des „himmlischen Friedens“
- SR 141 Hellsehen

Neptun / Pluto

Homöopathika

1. Lachesis
2. Anhalonium
3. Opium
4. Anthracinum
5. Agaricus
6. Belladonna
7. Hyoscyamus
8. Morphinum
9. Belladonna

Darstellung

Gebundene kosmische Energie – Mensch steht mitten im Kraftfeld, unbewusster Einfluss, Schamane, Magier, Zauberer, Untergründiges, Unergründliches, dunkel, leise, tief, machtvoll, Verbotenes übt Faszination aus, starke Intensität von Lust, Masochismus in Bezug auf höhere Mächte, unheimliche Ängste, Alpträume, schauderhafte Fantasie, Unbehagen im Leben, fanatisch.

Repertorisation

- SR 310 wie unter mächtigem Einfluss
- SR 362 wie unter übermenschlicher Kontrolle
- SR 338 Wahnidee/ Vorstellung: er/ sie hat Macht über alle Krankheiten
- SR 319 Wahnidee/ Vorstellung: er/ sie sei ein Magier
- SR 743 Verschmelzen mit der Umgebung
- SR 435 Ekstase
- SR 1029 Trancezustand
- SR 141 Hellsehen
- SR 466 verwirrte Fantasien
- SR 471 widerliche Fantasien
- SR 471 unangenehme Fantasien
- SR 326 Ängste, unheimliche
- SR 337 Wahnidee, vergiftet
- SR 465 Fanatismus
- SR 633 Psychosen

Psychologie: Inhalt

Typologie	26
Grundstruktur	27
Basisprofil	28
Aufgabenprofil	31
Lösungsprofil	37
Sabische Symbole	50
Halbsummen	51
Pyramidenpunkte	53
Stichworte	54

Psychologie: Typologie

Frühkindliche Phase:

Orale und spät-orale Phase, 1. und 2. Jahr (Prägung 1 von 2)

entspr. Impuls:

Selbst- und fremdumdrehend. Hingabe- und Verlustängste

Dieser angeborene Impuls kann (ev. übersteigert) zutage treten als

- Charaktertyp: Schizoid + Depressiv (Prägung 1 von 3)
- Funktionstyp: Ohne bewertbare Tendenz, Aussagegrenze nicht erreicht...

Die Fließrichtung der psychischen Energie des Typus neigt zur Einstellung: Ohne bewertbare Tendenz, Aussagegrenze nicht erreicht...

Psychologie: Grundstruktur

Anlage, Verhalten, Verwirklichung und Ergebnis als Horoskop-Grundstruktur.

Anlage = Aszendent = Das Baumaterial = Start

Verhalten = Sonne = Das Bauen = Verwirklichung

Ergebnis = Medium Coeli = Das Erbaute = Ziel

Die Anlage

Aszendent Jungfrau mit Merkur in Feld 1

Reflexartige Aufmerksamkeit gegenüber schädigenden Lebensumständen: selektive Wahrnehmung und kritische Analyse von ursprünglich unzählbarer Lebenskraft, Eigenwille und Egoedürfnis. Auswirkung in energetisch hoch aufgeladenen und Reaktionsbereitschaft fordernden Lebensbereichen.

Das Verhalten

Sonne in Feld 12

Diese Anlagestruktur wird verwirklicht und erlebbar durch grundsätzliches Unangepasstsein und ein Losgelöstsein von persönlichen Notwendigkeiten entsprechend dem Verhalten eines ansich geläuterten, absichtslosen Menschen.

Das Ergebnis

Medium Coeli Zwillinge mit Merkur in Feld 1

Letztlich zielen die Anlage und das bewusste Verhalten auf das wertneutrale Sammeln, Erkennen und Verstehen von Informationen aus der real sichtbaren Welt ohne Angst vor seelischer Tiefe um das eigene Überleben in widrigen Umständen zu sichern: das dem Leben Abgerungene zu erhalten und immer siegreich sein zu wollen liegt in der Natur des Menschen.

Psychologie: Basisprofil

Mars/ - Venus2/ - oder Merkur3/ Neptun-Konstellation = analog Neptun im 1. Quadranten

Reaktives Verhalten ist bei dieser Konstellation quasi „aufgelöst“, die Reaktionsmöglichkeit gegenüber Umweltumständen ist gelähmt und die als Anlage zwar vorhandene Reaktionsfähigkeit findet kaum Einsatz, ist – so paradox es klingt – aus Selbstschutzgründen nicht aktiviert. Wäre Reaktionsfähigkeit ausgeprägt, würde der Mensch sich durch seine Reaktionen selbst gefährden. Dies macht das Revier, in das man geboren wurde, unsicher. Um nicht aufzufallen, wird man sich zum Selbstschutz tarnen. Das bedeutet nicht, dass man die Umwelt nicht mehr sieht, hört, riecht, schmeckt und fühlt, sondern dass man die Fähigkeit entwickelt, den jeweiligen Reiz wahrzunehmen, ohne wirksam (und für andere wahrnehmbar) auf ihn zu reagieren.

Biologisch entspricht dem eine verminderte sympathikotone Reaktion. Der Sympathikus läuft gleichsam „auf Sparflamme“. Die Folge sind verminderte Hormonproduktion und eine so genannte „artfremde Erscheinung“.

Für den erwachsenen Menschen wird solcher Schutz zum Problem. Die Angst, reagieren zu müssen (die Angst vor der eigenen Reaktion), die Angst, von den anderen gefressen zu werden, ohne sich wehren zu können, ist derart stark im Unterbewusstsein verankert, dass jede aktuell auftauchende Herausforderung die schon seit der frühen Kindheit andauernde Erfahrung der Reaktionsunfähigkeit wiederholt. Die Verbindung von Mitteilung und Ausführung ist gekappt. Man erfährt sich als schwach und der bedrohlichen Situation ausliefert. Schwäche wird zum Selbstverständnis und in einer Art Pseudokompensation als Unverbindlichkeit, Scheinüberlegenheit, Unberührtheit gelebt.

Der erwachsene Mensch schenkt – in diesem Selbstbild lebend – dem Realen und Konkreten wenig Beachtung. Man ist dem Materiellen, Sichtbaren, Offensichtlichen gegenüber großzügig und wohlgesonnen, ohne ihm eine Bedeutung beizumessen. In ausgeprägten Fällen tendiert man dazu, alle Lebensrealitäten schlicht zu übersehen oder zu ignorieren. In diesen Zusammenhang gehört auch eine Affinität zu Drogen. Wahn und Drogen werden als „Fliegenklatsche“ gegen die Reize der äußeren Realität benutzt.

Wird Revierangst empfunden, scheint kein realer (Lebens-)Raum zu existieren, in dem man sich niederlassen könnte. Und jedes Sichniederlassen erzeugt wiederum Angst und Furcht (zum Beispiel den Lebensraum anderer zu verletzen – und sich dann gegen deren mutmaßliche Angriffe verteidigen zu müssen). Daher versucht man einen Zustand der Schwerelosigkeit, des Schwebens zu erreichen. So kann der von dieser Konstellation geprägte Mensch kaum Erfahrungen aus sich selbst heraus machen, da er sich nicht in der Reaktion erleben kann. Das macht Fremdbestimmbarkeit wahrscheinlich und das Ausleben der eigenen Bestimmung unwahrscheinlich. Und: Man hofft auf Wunder und glaubt nicht an sie, wenn sie geschehen.

Saturn/ - oder Neptun/ Uranus-Konstellation = analog Uranus im 4. Quadranten

Man fühlt sich aufgerufen (zuweilen berufen), „dem Transzendenten“ auf Erden (im Menschen) den Platz zuzuweisen, der ihm zusteht. Die Schwierigkeit besteht hier nicht in der direkten oder indirekten realen Konfrontation mit dem Transzendenten, sondern vielmehr in seiner eigentlichen Sichtbarmachung. Anders ausgedrückt: Je willentlicher man sich bemüht, den Himmel zu erfahren, desto weiter entfernt er sich vom Erleben. Oder: Je höher man fliegt, desto mehr vergisst man, dass man fliegt. Es zeigt sich hier ein ständiges Sichentfernen, „ein Überziehen des Kredites“ – ohne es zu bemerken.

Man wird und sollte versuchen, transzendente Dimensionen in irgendeiner Weise beruflich zu integrieren. Geschieht dies jedoch nicht, so wird es zu häufigen beruflichen Veränderungen und Brüchen kommen. Dieses Bild entspricht der inneren Situation: Aufhebung von Zielvorstellungen. Die Entwicklungsbrüche entstehen aufgrund zu intensiver rationaler Orientierungen. Möglicherweise kommt es vor der realen Geburt zu einem kollektiven Schockerlebnis, welches vom Individuum (das im vorgeburtlichen oder frühkindlichen Stadium noch keinerlei Verarbeitungsmechanismen hierfür hat) ins Unbewusste versenkt wird.

In jedem Fall ist der „Himmel“ übermächtig, man ist im Grunde den Eindrücken chancenlos ausgeliefert. An der Entwicklungshöhe, an den Lebenserfahrungen wird sichtbar, ob man sich integrieren will oder desintegriert bleibt, ob die bestehende Entfernung zum Himmel (zur Wirklichkeit) überwunden wird.

Saturn/ - Uranus/ - oder Neptun/ Pluto-Konstellation = analog Pluto im 4. Quadranten

Als frühkindliche Keimsituation zeigt sich massive Einflussunterdrückung oder Reizüberflutung angesichts andrängender überpersönlicher und transzendenter Inhalte. Die Welt des Irrationalen und des eigentlich Unfassbaren gleicht in der Vorstellung des Kindes „einem Zimmer, das nie betreten werden darf“, „einer geheimnisvollen Insel, die niemand je gesehen hat“. Das Unbekannte hat eine starke Sogwirkung, was verboten ist, reizt. Das Kind beschäftigt sich in frühen Jahren kompensatorisch mit Fantasiewelten, die derartige Zusammenhänge ins Bild setzen (zum Beispiel werden Abenteuerbücher mit entsprechender Thematik „verschlungen“). Es besteht in späteren Jahren die Gefahr, diese frühkindliche Welt mithilfe der Vorstellung in aktuelle Phantasmagorien zu verwandeln. Der Erwachsene lebt dann das äußere Leben eines Erwachsenen, doch in seinem Inneren ist er zum Beispiel „ein Kind des Himmels“.

Problematisch werden Phantasmen, wenn sich der Mensch (in seiner Vorstellung) zu Gott macht. Hilfreich ist Fantasietätigkeit, wenn sich der Mensch das Fasziniertsein von Augenblickshafem bewahrt, dennoch auch aus Erfahrung weiß, dass er „göttlichen Wesens“ ist.

Mond/ - Sonne/ - oder Merkur/ Saturn-Konstellation = analog Saturn im 2. Quadranten

Wie kann ich zeigen, wer ich wirklich bin, ohne minderwertig zu erscheinen? Diese ängstliche Frage spielt in frühen Lebensjahren eine zentrale Rolle. Sie steht für die Gefahr, dass man im Rahmen dieser Konstellation in immer wähernder, zermürbender Selbstumkreisung und -beobachtung den Kontakt zu anderen verliert und auch vermeidet.

Das Wissen um das eigene Wesen und die eigene (auch geschlechtsbezogene) Identität ist eine Voraussetzung für die Möglichkeit, sich mit seinen Empfindungen, Emotionen und der seelischen Vernunft anderen und sich selbst als das zu präsentieren, was man ist. Das eigene Wesen ist bei dieser Konstellation zwar spürbar und belastbar da, aber dennoch schwer zugänglich. Es entsteht der Wunsch, den häufig vollkommen ungleich verteilten inneren seelischen Druck besser zu verteilen (zeitlich, quantitativ) und ihn eines Tages auf ein leichter lebbares Maß zu reduzieren.

Dies ist immer dann möglich, wenn man gewillt ist, zu begreifen, dass Entbehrungen (im gewissem Sinn auch eine Art „Askese der Seele“) mit zum eigenen Leben und damit zur eigenen Identität gehören. Das Leugnen der Tatsache, dass das Leben seine dunklen Seiten hat (bei dieser Konstellation eine übliche „Ablenkungsstrategie“), wird in der Regel zu einer unbewussten Fixierung auf gerade diese Seiten und damit zu einer ständigen unerklärlichen Wiederkehr mit ihnen verbundener Erfahrungen führen. Das eigentliche Problem ist das Verschließen der Augen vor einem möglichen Schrecken. Nicht so sehr der Gegenstand des Schreckens (er ist ja unabdingbar „einfach da“, sonst gäbe es den Schrecken nicht), sondern die seelische Reaktion auf ihn sollte überdacht („überfühlt“) werden.

Dieses Sichstellen führt (wenn mit Geduld betrieben) normalerweise langsam aber sicher zu der Erfahrung, dass die Angst vor der eigenen minderwertigen Subjektivität weicht und einer immer klareren, selbstsichereren und mit neuem Zentrumsgefühl ausgestatteten Wesenschau Platz macht. Dieser Weg ist einer der schwierigsten, weil er in der Regel auch nur allein (also zum Beispiel ohne therapeutische Hilfen, welche letztlich oft versagen) gegangen werden kann. Allerdings erhält man im Laufe des Lebens aber auch wirkliche Sicherheit, dass es sich um tatsächliche Veränderungen handelt und nicht um Scheinänderungen, die oft nur für kurzfristig die seelische Wunde behandelten, ohne sie heilen zu können.

„Ich muss es alleine tun!“ ist das Motto, nach dem gelebt werden sollte. Gemeint ist damit allerdings nur, Veränderungen aus eigenem Antrieb anzugehen und in eigener Entscheidung zu gestalten. Gemeint ist nicht, zum Beispiel allein zu leben, den Rat anderer Menschen nicht zu befolgen oder gar zum Einzelgänger zu werden (auch deshalb nicht, weil man ohnehin solche Tendenzen bereits hat).

Diese Anlagen werden von einer Sonne im 4. Quadranten umgesetzt.

Das Verhalten, welches das Anlagepotenzial dieser Konstellation in Erlebnissen dem Bewusstsein zugänglich macht, liegt grundsätzlich in „überpersönlichen“ Motiven begründet, die nichts mit subjektiv-persönlichen Notwendigkeiten der eigenen Person zu tun haben: Es besteht also die Gefahr, sich den Konsequenzen des eigenen Verhaltens entziehen zu wollen. Schlechtes Gewissen ist deshalb selten. Dies ist keine Bewertung, sondern einfach eine Beschreibung, dass die moralische und ethische Funktion des Gewissens zu Gunsten einer überpersönlichen Haltung zu sich selbst und anderen aufgehoben ist.

Das kann dazu führen, dass man sich die Welt und ihre Ordnung in einer neuen Struktur (in extremen Fällen „gottähnlich“) neu erschaffen will. Die geschieht dann in meist „besten Absichten“, doch ebenso unter Verkennen der Tatsache, dass andere Menschen andere Absichten haben und

nach anderen Notwendigkeiten leben. Solches Handeln ist Resultat einer ausgeprägten Ent-Subjektivierung des Verhaltens, also eines Nicht-Wissens und Nicht-Nachempfindens von seelischen Regungen. Diese allein garantieren aber Anteilnahme an persönlichem Schicksal. Wenn sie fehlt, kommt es oft zu einer für andere unerklärlichen Risikofreude, zu „halsbrecherischer“ Bereitschaft, für wenig „alles aufs Spiel zu setzen“.

Ohnehin ist für den Menschen bei dieser Konstellation das Leben einem Spiel vergleichbar – wobei bemerkenswert ist, dass er auch dazu neigt, mit dem Leben anderer zu spielen. Dabei geht es einem gar nicht um den anderen als Person (zum Beispiel um das Beherrschen des anderen), sondern um das Bedürfnis, die Dinge des Lebens beliebig bewegen, verschieben zu können. Dies hat seine Ursache in einer übersteigerten Angst vor Endgültigkeit, Endlichkeit und Festgelegtsein.

Es erscheint einem notwendig, dem Menschlichen (dem Subjektiven) als solchem mehr mitempfindende Achtung zu schenken. Es geht für einen dabei nicht um eine totale Hinwendung zu gefühlsmäßiger Versunkenheit (das ist anlagemäßig gar nicht vorgesehen), sondern um den oft nötigen Ausgleich der allzu weiten Entfernung vom Leben und all seinen Farben, Gerüchen, Klängen, in all seinen Leiden und Freuden. Diese Lebensentferntheit macht taub, blind und stumm, macht (im Negativbild) absichtslos. Absichtslosigkeit aber kann nur im Zustand der Erleuchtung ihren Segen verbreiten. Ansonsten führt sie aus subjektiver Sicht ins Chaos.

Psychologie: Aufgabenprofil

ICH BIN EINZIGARTIG, ICH BIN SCHÖN

Saturn / Mond

Wahrscheinlich depressive Mutter, die „Ungeborgenheitsgefühle“ auf das Kind überträgt. So entsteht Angst vor dem Geborenwerden und Lebenmüssen. Man kann sich – wenn überhaupt – nur schwer von der Mutter lösen. Es besteht die Möglichkeit einer klassischen Mutterstörung.

Bei einem männlichen Kind entwickelt sich im Laufe des Lebens die Hemmung, Frauen gegenüber nicht frei auftreten zu können („die Mutter ist (unbewusst) immer dabei“). Ehen sind durch „Mutter-Sohn-Beziehungen“ charakterisiert. Der erwachsene Mann sucht – aus der Angst, selbst geboren zu werden und zu leben – die starke Frau, die ihm die Richtung weist und ihm eine Ordnung garantiert, die Lebenssicherheit vermittelt. Dies kann auf Zeit (vor allem bei schweren Fällen von Mutterfixiertheit) wichtig sein, doch irgendwann muss der Mann ohne Hilfe „laufen lernen“. Überlegene Verhaltensweisen sind trügerisch. Oft strahlen die Männer eine Sicherheit aus, die ihnen anerzogen wurde – oder die sie sich aus kompensatorischen Gründen „selbst anerzogen haben“. Trügerisch ist diese Sicherheit auch, weil die Männer aufgrund einer Mutterstörung vor allem in jungen Jahren von ihrer „Anima“, ihrem weiblichen Seelenanteil, getrennt wurden und in diesem Sinne zur Ganzheit, die allein wahrhafte Stärke bewirkt, nicht fähig sind.

Für Frauen bringt die Mutterstörung vor allem die latente Angst mit sich, als Frau nicht angenommen zu werden. Die Spannweite reicht von leichten Komplexen bis zu schweren Hingabe- und Empfindungsstörungen und -verlusten. Es ist aus dem Geburtsbild allein nicht abzulesen, wie die innere Problematik des Nicht-geboren-werden-Wollens, eine also bis in vorgeburtliche Zeit reichende Problematik, bewältigt werden kann. Psychologen (vor allem an C.G. Jung orientierte) nennen eine solche Situation zuweilen „Kernneurose“. Dies meint, dass ein Urkonflikt wegen seines existenziellen Charakters ein Leben lang bleibt und im besten Falle als Entwicklungsreiz dient („das Positive der Neurose“).

Männer und Frauen müssen jedoch immer versuchen, die unwiederbringlich verlorene Liebe der Mutter sich selbst geben zu lernen und dürfen nicht, wie so oft, andere als „Zulieferer“ sehen (man läuft dann „wie noch mit der Nabelschnur behaftet“ herum). Letzteres erfolgt in den seltensten Fällen bewusst. Und durch den frühkindlichen Mangel ergibt sich zudem eine paradoxe Situation: Man sucht sehnsüchtig nach Liebe, doch wenn sie einem begegnet, hat man Angst vor ihr. Die fehlende Erfahrung verunsichert zutiefst. Bei keiner Problematik ist aber die Chance, zu wirklicher menschlicher Größe zu gelangen, größer als bei dieser!

Aufgabe: Lernen, nicht andere zu benutzen, um Empfindungsverluste auszugleichen.

ANGRIFF IST DIE BESTE VERTEIDIGUNG

Uranus / Mars

Die Mutter wird vom Vater des Kindes enttäuscht worden sein, vor allem bezüglich archetypisch männlicher Eigenschaften. Dies führt auch beim Kind zu einem geschwächten Vaterbild. Damit ist grundsätzlich eine extreme Richtungslosigkeit verbunden. Man lehnt sich an andere, um durch sie bestimmt zu werden – wie Efeu sich an die Hauswand anlehnt. Das geschwächte Männerbild bewirkt, dass der Durchsetzungsfähigkeit der feste Boden entzogen wurde (man läuft und läuft, wie eine hochgehobene Marionette). Die Effektivität des Handelns erscheint einem oft „gleich null“. Somit wird es im Laufe der Zeit gleichgültig, wohin man läuft. Es entsteht richtungslose, sich nur peripher entladende Aggressivität. Es fehlt einem ohnehin das Zentrumsgefühl, denn das würde binden. Man lebt „außerhalb der Zentren“, in gewisser Weise „ex-zentrisch“.

Es entsteht dabei hochgradige innere Unruhe (auch „vegetative Dystonie“ oder „psychogenes Syndrom“ genannt), da man sich ständig von sich selbst entfernen will, ohne zu wissen wohin. Die Unruhe im Realen wird durch Scheinüberlegenheit kompensiert. Man beschäftigt sich oft unbewusst mit dem Vater, der in den frühen Jahren im Sinne eines inneren Bezuges kaum anwesend war und/ oder aus mannigfaltigen Gründen als schwächlich empfunden wurde (die Mutter schimpft und lacht zum Beispiel über ihn) oder der generell einfach als „abhängige Figur“ erlebt wurde.

Da das Männliche sich (archetypisch) aggressiv durchsetzt, fehlt hier ein Aggressionen bindendes und Aggressivität entbindendes Bild und damit auch aggressives Verhalten selbst. Erlebte Aggression erzeugt Angst, die eigene Aggressivität verpufft. Man leidet daher häufig an fehlendem Vertrauen in die eigene Handlungsfähigkeit und zuweilen tritt Existenzangst auf. Man sucht sich scheinstarke Partner, die aber enttäuschen. (Versuch, sich vom anderen fremdbestimmen zu lassen.) Eine gründliche Revidierung des Vaterbildes und ein Sich-Öffnen für Transzendentes sind bei dieser Konstellation Voraussetzung für die Rückgewinnung des Vertrauens in die eigene Handlungsfähigkeit.

Aufgabe: Sublimierung der Aggression in überpersönliche Bewegung.

WIDER DIE SCHWERKRAFT

Uranus / Stiervenus

Bei der Geburt des Kindes herrschen in der Familie unsichere (weil häufig wechselnde) Lebensbedingungen in Bezug auf Materielles. Es entsteht ein Gefühl der „Wurzel- und Herdenlosigkeit“. Beim Erwachsenen resultiert daraus die Angst, festgelegt zu werden oder zu sein. Man lebt oftmals im Gefühl eines „energetischen Kurzschlusses“ beziehungsweise eines kurzfristigen Freiwerdens ungeheurer Energien, die einem „den festen Boden unter den Füßen wegreißen“. Daraus resultiert eine latente Angst, „anschlusslos“ und ohne Kraft zu sein („... und wo sind Steckdosen ...?“).

Dies hat frühkindliche Ursachen in einem Unsicherheitsgefühl der Eltern, welches auf das Kind übertragen wird. Es kann sich im Kontext finanzieller Schwierigkeiten zeigen oder durch ein „Lebensgefühl der unsicheren Werte oder Wertmaßstäbe“. Häufig fehlt in der Kindheit das eigene Zimmer, in das man sich zurückziehen könnte. Oder es herrscht (immer latent, manchmal virulent) familiäre Hektik, die Selbstbesinnung unmöglich macht. Man führt „ein Leben zwischen Tür und Angel“ und die Tür zum Leben steht – fast beängstigend – „sperrangelweit“ offen. Dies setzt sich im Leben des erwachsenen Menschen fort: Man ist unterwegs, ruhelos, standortlos; man ist „Globetrotter“; man fühlt sich nur sicher, wenn nichts sicher ist. Allerdings befähigt diese Anlage auch zur Erkenntnis, dass irdische Werte zwar relativ sind, man ihnen aber dennoch ausreichende Beachtung schenken sollte.

Es gilt aufgrund des Zugehörigkeitsproblems immer darauf zu achten, in welchen „Herden“ man sich (häufig aus Schutzgründen) aufhält. Oft kann im Rahmen dieser Konstellation das „Ausgegrenztsein“ (oder aktiv: das Einzelgängertum) eine letztlich sehr sinnvolle Lebensform sein.

Aufgabe: Aufbrechen, um reale Bindungen und Zugehörigkeiten zu überwinden.

GEHEIMNISSE MUSS MAN WAHREN KÖNNEN

Uranus / Neptun

Wahrscheinlich macht die Seele schon vorgeburtlich die Erfahrung eines tief greifenden Schocks. Das Erlebnis wird seiner Ungeheuerlichkeit wegen nicht in die Identität übernommen. Der Erwachsene zeigt in der Folge sehr schwer zu therapierende – weil schwer differenzierbare, diffuse – Angstsymptome, die zuweilen unbemerkt auftauchen und ihn stark verunsichern. Die verdrängte, versunkene, unerkannte Wirklichkeit wird in einem plötzlichen Geschehen als etwas Unerträgliches wahrgenommen und im Schock abgedrängt. Das Geschehen selbst ist kollektiver Natur! Beim Erwachsenen kehren phasenweise verdrängte Inhalte in Form unerklärlicher Ängste (Angst vor der Angst) wieder, wobei man aber immer „wie gelähmt“ den Eindrücken ausgeliefert erscheint. Bisweilen wird der Wunsch nach Besonderheit und „Abheben von der Masse“ zu einem Zwang, der unbewusst auch über die beschriebene Angstsymptomatik ausgelebt werden kann.

Häufig fühlt sich der unter dieser Konstellation lebende Mensch nirgendwo zugehörig, bisweilen nur extremen Randgruppen. Sozial gehemmt lebt man als Einzelgänger, man liebt sich in der Einsamkeit, findet wegen zu hoher Freundschaftsideale keine Freunde. Gefahr droht von Scheinwahrheiten und ihren Verkündern, denn der Wunsch nach Höherem, Besonderem ist stark ausgeprägt.

Wissende reden nicht! So kann man häufig beim eigenen Verhalten zwischen Prophetie und Schwätzertum wählen. Faktisch wird aber im Rahmen dieser Konstellation das Prophetische seltener gewählt. Eine innere Verbindung besteht zu Dreiecksformen (im engeren Sinne auch zur Pyramidenformen). Wenn diese Verbindung bereits bewusst ist, sollten Sinn und Bedeutung des Dreiecks als Symbol eruiert werden. Hier finden sich gegebenenfalls Wegweiser zu den verborgenen Erfahrungen einstigen Eingeweihtseins. Aber Vorsicht ist notwendig!

Aufgabe: Das Unmögliche möglich sein lassen, Weissagungen trauen ...

NICHTS HABEN UND ALLES SEIN

Neptun / Stiervenus

Im Familienverband herrscht zum Geburtszeitpunkt wenig oder kein Gemeinschaftsgefühl. Er bleibt (wenn es ihn überhaupt gibt) ohne stabilisierende Wirkung. Der erwachsene Mensch entwickelt daher nur schwer ein Gefühl der (Herden-)Zugehörigkeit. Er entwickelt die Haltung: „Die

Realität ist ein Traum, auf dem ich schwebe ...“ Die Kindheit ist durch unklare Wohnverhältnisse gekennzeichnet, sodass das Kind keine angemessene Abgrenzungsfähigkeit entwickelt und ohne Sicherheitsgefühl bleibt. Man lebt mit „aufgelösten Wurzeln“, der Boden unter den Füßen ist „wässrig“, man verkörpert die Frage: „... und wer kann schon auf dem Wasser laufen?“

Materielle Sicherheit wird infolge mangelnden Realitätssinns idealisiert oder als unnötig erachtet. Die Bandbreite der monetären Prägungen bei dieser Konstellation reicht von Geldekel bis zu betrügerischen Aktionen, um möglichst viel Geld anzuhäufen (oft ohne dann etwas damit anfangen zu können).

Die Sexualität trägt oft masochistische, stark passive und unkörperliche Züge. Häufig wird ihre „Triebhaftigkeit“ abgewehrt: Man neigt zur Kompensation durch demonstrative Zärtlichkeit und bilderreiche Fantasien, „um dem Primitiven zu entgehen“. Oralität ist in der Regel verdrängt. Persönliche Wertvorstellungen sind oft unrealistisch („nicht machbar“). Bei positiver Wendung kann aber das Nicht-gesichert-Sein eine in schwierigen Situationen rettende Flexibilität begünstigen, ohne die man den realen Zwängen schutzlos ausgeliefert wäre.

Aufgabe: Erkennen, dass persönliche Kraft nur aus der Stille kommt.

AM ANFANG WAR DAS WORT

Neptun / Zwillingenmerkur

Die sprachliche Ausdrucksweise der Eltern irritiert das Kind. Oft ist eine Rede- und/ oder Schreibschwäche gegeben. Da Sprache aber auch ein Mittel ist, um Wirklichkeiten angemessen auszudrücken, ist die Gefahr von realen Funktionseinschränkungen gegeben. Oft ist das Kind Anfeindungen von außen konfrontiert, ohne diesen sprachlich angemessen begegnen zu können. Rationale Fähigkeiten eines auch sprachlich verfassten Alltagsbewusstseins sind unterentwickelt.

Man traut sich nicht, zu denken. Tut man es dann doch, erlebt man häufig Missverständnisse, da man sich nur unklar ausdrücken kann. Anstelle des treffenden sprachlichen Ausdrucks wird dann Kommunikation auf anderen Ebenen oder in anderen Medien gesucht. Es scheint möglich, „ein Sprachrohr des Kollektiven“ zu sein, wenn man dem Geistigen erlaubt, „von transzendenten Kräften“ gespeist zu werden. Ein „Hängenbleiben“ im bloßen Intellekt führt dagegen zu Mitleid erweckendem Hochmut. Man neigt dazu, intuitive, lyrisch veranlagte Gedankenkraft zu Manipulationszwecken zu missbrauchen.

In der Kindheit konnte man wahrscheinlich nie wirkliche Gespräche mit Bezugspersonen führen. Wirkliche Kommunikation ist mit Menschen dieser Konstellation deshalb oft schwer. Einer ihrer positiven Züge ist das Leitmotiv: „Sag die Wahrheit.“ Bei dieser Konstellation gilt es, den Mut zu entwickeln, die Fähigkeit einzusetzen, die im augenblicklichen Erkennen von Wirklichkeiten besteht – auch dann, wenn man damit bei anderen auf Verständnislosigkeit stößt.

Aufgabe: Den persönlichen Ausdruck in den Dienst des Wahren stellen. Lernen, den Verstand seine eigenen Grenzen erkennen zu lassen.

DAS LEBEN WEISST ÜBER SICH SELBST HINAUS

Neptun / Sonne

In der Familie existierte ein Wesen, das dem Kind in einem wichtigen Persönlichkeitsmerkmal sehr ähnlich ist. Dieses Merkmal wird nicht entwickelt, was zu unterbewusster Selbstverhinderung in wichtigen Situationen führt. Diese Verhinderung ist zunächst ein Schutz, formt sich dann aber zum Problem. Hier steht nicht die Geschlechtlichkeit (im Sinne ureigener Natur) sondern die bewusste Kernhaltung, das Ich, die individuelle Persönlichkeit im Vordergrund. Diese Persönlichkeit darf nicht gelebt werden, da sie im Grunde im Familienverband schon vorhanden ist.

Es ist dies die Doppelgängersituation in dem Sinne, als sich das Kind während des Älterwerdens in Vater, Bruder, Freund, in Mutter, Tante oder Freundin selbst wiedererkennt – und der jeweils andere dies auch weiß. Hieraus entsteht Konkurrenz und in der Folge ein Unterwerfungsritual. Daher traut man sich als erwachsener Mensch nicht, eigene – aber in anderen auch wiedererkannte – Persönlichkeitsanteile zu zeigen oder wichtige Positionen einzunehmen, weil diese bereits von Stärkeren (früher Dagewesenen) besetzt sind.

Im Kontext dieser Konstellation ist es wichtig, eine realitätsgeprüfte Sichtweise der eigenen Fähigkeiten zu gewinnen, sich aber auch ein spirituelles Ziel zu setzen. Einerseits wird oft abgelehnt, die Wahrheit über sich selbst zu sehen, von anderen zu hören. Andererseits kann man sich aber durchaus höheren Wahrheiten öffnen und ungeahnte Kreativität freisetzen. Das Visionäre will gelebt und erlebt sein. Da hier die Fessel der normalen Folgerichtigkeit durchbrochen werden kann, ist eine sichere Lebensverankerung (auch materieller Art) von großer Wichtigkeit. Den Maßstab der Absicherung muss man jedoch unbedingt selbst setzen lernen, in keinem Fall darf

man sich an "sippen- oder gruppenspezifische" Vorgaben anlehnen. Tut man dies doch, käme das wiederum der Tarnung im Sippenverband oder einer entsprechenden Interessengruppe gleich.

Aufgabe: Anerkennen des eigenen, mit der Wahrheit verbundenen Wesens.

DIE WELT IST MAGIE

Neptun / Pluto

Stätten der Vergangenheit erscheinen dem Kind als Schauplätze der Magie und Zauberei. Dies führt schon in frühen Jahren zu einer zurückhaltenden, auf andere Menschen wunderbarlich wirkenden Grundhaltung. Der erwachsene Mensch ist häufig von diffusen Ängsten geplagt, die durch aus Versunkenheit auftauchende Erinnerungen bedingt sind. In vielen Fällen ist dabei die Bindungsfähigkeit an Partner eingeschränkt! Man empfindet von Zeit zu Zeit ein Gefühl des Ausgeliefertseins an chaotische Mächte, verbunden zugleich mit dem Wunsch, sich ihnen wie einer „süßen und heißen Sucht“ hinzugeben.

In früher Kindheit faszinieren vage bleibende Fantasien, die sich aber nie verwirklichen werden. Es zeigt sich beim Kind eine tiefsitzende Orientierungslosigkeit (als fehlendes Leitbild) der Eltern zur Zeit seiner Geburt. Man lebt als Grenzgänger (Borderline-Syndrom). Der erwachsene Mensch ist in dieser Konstellation trotz oder gerade wegen konstellationsbedingter Bindungsunfähigkeit zu geistigen und seelischen Extremsituationen verurteilt. Wenn die Vorstellungskraft des Geistigen nachlässt oder gar ausfällt, kompensiert dies der seelische Generator „auf Hochtouren“.

Dies zeigt sich oft durch ein schwer durchschaubares starkes Traumleben. Auch demonstratives Interesse an Mystik und okkulten Philosophie zeigt den Wunsch, „auf der Grenze“ leben zu wollen. Gelegentlich ergeben sich im Realen sehr gefährliche Situationen, denen man jedoch traumhaft sicher entkommt, „ohne zu wissen, wie einem geschieht“.

Aufgabe: Die Essenz der Dinge ist für die Vorstellung zu groß!

MIR ENTGEHT NICHTS

Pluto / Jungfrauerkur

Frühkindliche Lebensumstände zwingen dem Kind aufgesetzte Anpassungsmechanismen auf. Es kommt zu selektiver Wahrnehmung: Vor allem diejenigen Umweltmodalitäten, die man selbst beherrschen kann, werden Gegenstand der Aufmerksamkeit. Angst vor der Macht anderer geht damit einher.

Häufig ist der Mensch wirklichkeitsfremden Vorstellungen ausgeliefert, die er entweder übernommen oder selbst produziert hat. Wahrgenommen wird nur, was im Rahmen der eigenen Vorstellungswelt erwartet wird. Es entsteht echte selektive Wahrnehmung. Diese bringt die Gefahr mit sich, dass man sich groteske Bilder von den eigenen Lebensumständen macht. Kein Widerspruch hierzu ist, sich widrigen Umständen geradezu „auszuliefern“, wobei Anpassung bisweilen sowohl mit Eifer als auch nach Plan betrieben wird. Ernüchterungsdrang kann letztlich dazu führen, dass man (wie schon die Eltern) dem Leben mit all seinen Unberechenbarkeiten nicht traut. Vernünftigkeit dominiert so („man wird an der Luft der Vernunft getrocknet“), dass „das ganze Leben“ keine Chance hat, sich zu entfalten. An die Stelle innerer Reinheit und an die Stelle des Gefühls „mit sich selbst im Reinen zu sein“ (im Sinne von Psychohygiene), treten äußerliche Reinheitszwänge.

Aufgabe: Das Ausgeliefertsein und seine Bewegungslosigkeit überwinden.

ES GIBT VIEL ZU TUN

Jupiter / Mars

Lebensantrieb und subjektives Lebensgefühl unterliegen einem starken expansiven Impuls. Dieser führt vor allem im Handeln zu oftmals übertriebenen Reaktionen. Dies kann in Zeiten, in denen Energieüberschüsse und auch Hoffnungsfähigkeit nötig sind, (auch für andere) sehr hilfreich sein. Es ist aber wichtig, Realitätssinn für die eigene Persönlichkeit zu entwickeln, denn Wunsch-Ich und Real-Ich klaffen auseinander. Der Unterschied wird häufig nicht wahrgenommen oder bewusst außer Acht gelassen, um sich weiterhin der Suggestion einer bewusst gefügten Lebenseinstellung hinzugeben.

Aufgabe: Wissen durch tatsächliche Erfahrungen lebendig machen.

GIB MIR MEHR

Jupiter / Stiervenus

Bei dieser Konstellation sind die finanziellen oder real-materiellen Lebensbedingungen der Eltern zur Zeit der Geburt des Kindes besonders gut (beziehungsweise hätten aus gutem Grund auch besonders schlecht sein können), was beim dann Heranwachsenden und Erwachsenen ein Gefühl von immer währendem materiellen Überfluss („Glück“) hinterlassen kann. Oft führt dieses Sicherheitsgefühl dazu, dass den seelischen und geistigen Dimensionen des Lebens zu wenig Raum gegeben wird.

Sind die materiellen Lebensbedingungen der Eltern eher „normal“, so fördert dies einen „gesunden Mittelweg“ zwischen übermäßiger Wertehäufung und asketischem Lebensstil und eine entsprechende Einstellung des Menschen. Wenn auch nicht immer im Verhalten sichtbar, so prägt sich doch ein Drang aus, den realen Bestand anschaulich zu machen: Die zur Sicherung der Realperson für notwendig erachteten körperlichen und seelischen Modi werden auch als „Aushängeschild“ oder als „Grenzmarkierung“ des eigenen Reviers benutzt. In der Folge davon kommt es fast immer zwingend zu Abgrenzungszwängen.

Aufgabe: Allgemeine Relativierung der real-konkreten Lebensformen.

DER ANZIEHENDE GEGENSATZ

Mars / Stiervenus

Schon in den frühen Kindheitstagen hat Körperlichkeit für das Kind (und die Eltern) eine besondere Bedeutung. Das heißt nicht notwendigerweise, dass das Körperliche besonders betont wird. Es kann auch im Gegenteil zu wenig Beachtung finden (das Kind muss um die Achtung seiner Körperlichkeit kämpfen). Geschieht dies, so kompensiert der Erwachsene die mangelnde Anerkennung dadurch, dass er das Körperliche, das Materielle und allgemein Grobstoffliche besonders intensiv lebt und erlebt.

Eine positive Ausprägung erfährt dies zum Beispiel bei schöpferischen Aktivitäten (etwa Bildhauerei, Töpfern, allgemein handwerkliches Geschick). Hierbei machen sich auch triebhafte Wesenszüge geltend. Diese aus dem Trieb- oder Instinktbereich stammenden Züge haben in der Regel einen ausgeprägten, auf oralen Genuss bezogenen Charakter.

Aufgabe: Lernen, sich nicht unreflektiert auf Materielles zu beziehen.

LEICHT ENTFLAMMT

Mars / Mond

Die gleichgeschlechtliche (familiäre) Bezugsperson der Kinderzeit ist durch die eingeschränkte Fähigkeit oder auch die Unfähigkeit gekennzeichnet, Aggressionen natürlich auszuleben und ist impulsiv und unbeherrscht veranlagt. Das führt beim Kind (aufgrund gleicher Anlage) zu ängstlicher Unterdrückung eigener Aggressionen. In extremen Situationen schnellen diese jedoch unkontrolliert aus dem Triebbereich hervor und können erheblichen seelischen – zuweilen auch körperlichen – Schaden anrichten.

Allgemein kommt man nicht zur Ruhe, ist „von den Quellen vertrieben“. Selbstbeherrschung fällt schwer, da eine bewusste Kontrollinstanz (in Form von Skrupeln oder als „schlechtes Gewissen“) nicht in den Geschehensprozess integriert ist. Das Seelische, das persönlich Unbewusste ist reaktiv. Damit ist es aus sich richtungslos und unbestimmt, braucht Wesensfremdes, Außerhalb Liegendes, braucht den anderen, um erlebbar zu sein. Ungewollte Spontaneität und/ oder Reaktionsgeschwindigkeit sind die Konsequenzen.

Aufgabe: Verstehen lernen, dass Gefühle vom Eigenimpuls abhängen.

DIE GENAUIGKEIT

Mars / Jungfraumerkur

Die frühkindlichen Lebensumstände sind gekennzeichnet von Unstetheit beziehungsweise Richtungslosigkeit seitens der Eltern, es gibt keinen „vernünftigen roten Faden“. Es ist möglich, dass sich das besonders in der beruflichen Tätigkeit eines der oder beider Elternteile niederschlägt. Die tägliche Arbeit der Eltern birgt ständig unerwartete Herausforderungen, gegen die man meint, ankämpfen zu müssen. Dies setzt sich in der alltäglichen Arbeit des erwachsenen Menschen fort. Damit ist auch das Spektrum der Wahrnehmung auf das Naheliegende beschränkt, was oft zu einer verengten Betrachtungsweise der Lebensumstände führt. Phasen seelischer Ruhe sollten bei dieser Konstellation unbedingt eingelegt werden.

Aufgabe: Das Ausgeliefertsein an Umstände und das Verharren im Reaktiven überwinden lernen.

Psychologie: Lösungsprofil

ICH BIN EINZIGARTIG, ICH BIN SCHÖN

Saturn / Mond

Erscheinungsform (Auswirkung):

Sie haben es wahrlich nicht immer leicht. An dieser Stelle „darf kein Blatt vor den Mund genommen werden“ – selbst, wenn Sie dies gerne selbst tun oder tun würden. Denn bei dieser Konstellation geht es einerseits um ein existenzielles Problem, andererseits um eine große Herausforderung in Ihrem Leben, um eine unabschätzbare Chance! Seien Sie ehrlich: Sehr häufig empfinden Sie Ihre Gefühle als „blockiert“, als sei der freie Fluss der Lebensenergien behindert und die „Lebhaftigkeit Ihrer Lebensgeister gestört“. Der Kontakt zu Ihrer eigenen seelischen Natur, zu dem, was Sie ganz tief im Innern letztlich ausmacht, ist oft unterbrochen, ist gestört. Vor allem dann, wenn es um negative Empfindungen geht. Man muss die Dinge beim Namen nennen, nur so verlieren sie ihre Macht über uns: Was sich in Ihnen oft so schmerzlich anfühlt, ist das Fehlen von Urvertrauen zum Leben als solchem.

Sind Sie wirklich erwachsen geworden? Haben Sie sich wirklich von allem, was „damals“ war, gelöst? Ihr Geburtsbild tendiert zu einem „eher nicht“. Tiefenpsychologisch betrachtet dreht es sich bei Ihnen um seelische Ablöseprozesse von Ihrer Mutter und um die damit verbundene Aufgabe, erwachsen und eigenständig zu werden. Diese Aufgabe – wenn sie denn gemeistert ist – ermöglicht es Ihnen, ein bewusstes, freies und erfülltes Leben zu führen.

Sie sollten davon ausgehen, dass Sie bereits als ungeborenes Wesen den Wunsch hatten, nicht in diese Welt hineingeboren zu werden. Dies resultierte aus einem von Ihnen bereits im Mutterleib erfahrenen „Ungeborgenheitsgefühl“ Ihrer Mutter. Und dieses Gefühl Ihrer Mutter übertrug sich auf Sie. Vielleicht fühlte sich Ihre Mutter nicht von der Familie Ihres Vaters akzeptiert oder sie war gesundheitlich (seelisch oder körperlich) sehr be- und überlastet. Vielleicht gab es auch vor Ihrer Geburt unklare Verhältnisse, etwa Wohnungsprobleme, Trennung von Ihrem Vater. Wie auch immer: Die Empfindungen Ihrer Mutter übertrugen sich schon vorgeburtlich auf Sie.

Es ist wahrscheinlich, dass Ihre Geburt eher schwierig war. Trifft dies zu, so spiegelte dieser Umstand die unbewusste Angst Ihrer Mutter wider, selbst Mutter zu werden. Die schwere Geburt symbolisiert den späteren Zustand, sich nicht voneinander lösen zu können, im Guten wie im Schlimmen. So dürften Sie in einem gewissen Sinne bei einer Identifikation mit Ihrer Mutter stehen geblieben sein. Ihre daraus entstehende Befürchtung, Ihre Mutter zu verlieren, konnte oder kann sehr dominant werden.

Möglicherweise begannen Sie instinktiv und frühzeitig damit, alle Verhaltensweisen, die „Disharmonie“ und „Ungeborgenheit“ bedeuteten, zu vermeiden. Sie wurden sehr ruhig, sehr artig, sehr zärtlichkeitsbedürftig, sehr rücksichtsvoll und allgemein verzichtend – aus Angst, die Mutter und damit die Liebe zu verlieren. Um dies zu vermeiden, suchten Sie – zumindest unbewusst – Gefühlsübereinstimmungen.

Die gefühlsmäßige Übereinstimmung mit Ihrer Mutter führte aber wahrscheinlich zu einer gewissen Verkümmern Ihres eigenen Selbst. Sie lernten eigene Gefühle nicht wirklich kennen, denn eigene Gefühle entspringen immer der eigenen Natur. Diese aber haben Sie zu häufig zu Gunsten Ihrer Mutter aufgegeben und zu selten schnell genug wiedergefunden. So wurden Sie von „Gefühlsübereinstimmungen“ abhängig, zunächst bei Ihrer Mutter, später bei Personen ihrer Umgebung. Die Umwelt wird Ihnen in vielen Fällen zum „erweiterten Mutterschoß“. Leben Sie nicht eigentlich mit dem Anspruch, von allem und jedem geliebt zu werden und verfallen Sie nicht in tiefe Traurigkeit, wenn die erhofften Zuwendungen ausbleiben?

Sie sollten ehrlich sein! Sie befinden sich in der Gefahr, eigentlich ewig Kind bleiben zu wollen. Als Erwachsener dürften Sie daher nur schwer in der Lage sein, zum Beispiel partnerschaftlich notwendige Ablösungsprozesse innerlich wirklich zu vollziehen, also die scheinbare Geborgenheit aufzugeben. Erst wenn ein neuer Partner bereitsteht, wagen Sie den Sprung. Andererseits gehen Sie vielleicht auch bei nur geringer emotionaler Vertrautheit sehr schnell eine neue Verbindung ein.

Wahrscheinlich gehören Sie zu den Menschen, die im Partner unterschwellig „das Unberührte“ suchen. Das „Unberührte“ erinnert an ein Kind, erinnert an das Kind im eigenen Innern. Ihre wunderbare Fähigkeit wird dadurch aktiviert, die Fürsorglichkeit. Sie sollten aber aufpassen, dass Sie den anderen über Ihr „Kümmern“ nicht aus seiner Erwachsenenrolle verdrängen.

Hinweis: Dieses Persönlichkeitsprofil wirkt sich vorrangig auf den seelischen Ebenen aus.

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Vorgeburtliche Angst, ins Leben hinaus geboren zu werden. Frühkindlich empfanden Sie mit großer Sicherheit einen Mangel an wahrer Zuwendung und Liebe durch die Mutter. Ihr Lebensgefühl in dieser und der folgenden Zeit: „Ich werde nicht genug geliebt! Darum muss ich ein Kind bleiben, um es der Mutter recht zu machen und um mich auch liebenswert für andere zu machen.“

Empfehlung (Lösungsweg)

Suchen Sie in Beziehungen nicht nur die wahre Liebe, sondern lernen Sie auch zu bleiben, wenn Sie sie gefunden haben. Oft flüchten Sie vor genau dem, was Sie so sehr suchen!

Laufen Sie nicht weg, wenn in der Ferne die Liebe auftaucht. Und beherzigen Sie immer die tiefe Wahrheiten: „Wer nicht in sich selbst zu Hause ist, ist nirgendwo zu Hause.“ Und: „Wer das Dorf nicht kennt, aus dem er kommt, wird das Dorf, das er sucht, nie finden.“

Wahre Liebe finden Sie zunächst nur in sich selbst. Kein anderer Mensch, so sehr Sie auch nach ihm suchen mögen, kann Ihnen von außen geben, wozu Sie selbst einen Schritt zu machen nicht bereit sind. Das müssen Sie in aller Einfachheit und Klarheit sehen! Lernen Sie sich selbst innerlich wertzuschätzen und zu lieben! Dies ist das größte Lebensgeschenk, das Sie sich machen können, ein großes Glück. Seien Sie dankbar für das Geschenk des Lebens und nehmen Sie sich immer wieder vor, das Bestmögliche daraus zu machen. Seien Sie positiv egoistisch, kümmern Sie sich vorrangig immer erst um sich selbst! Diesen besonderen Weg der „Weisheit des Herzens“ zu gehen und dabei auch schmerzhaft Erfahrungen als zum Leben dazugehörig zu akzeptieren, wird Ihnen den ehrlichen Respekt und die Würdigung vieler Mitmenschen sichern. Lieben Sie sich so, wie Sie sind! Dann werden andere es auch tun.

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Gemütskrankungen (bis zur endogenen Depression), Magengeschwüre, Gastritis, erhöhtes Cholesterin, Krebs, Milchunverträglichkeit (oft seit dem Säuglingsalter), alle Essstörungen von Mager- bis Fresssucht, Lymph- und Bluterkrankungen, Parodontose, Migräne.

ANGRIFF IST DIE BESTE VERTEIDIGUNG

Uranus / Mars

Erscheinungsform (Auswirkung):

In der Psyche eines jeden Menschen liegen männliche und weibliche Anteile in einem individuellen Mischungsverhältnis vor. Deshalb reagiert man ganzheitlich auf alle Lebensanforderungen, ohne aufgrund des jeweiligen biologischen Geschlechts anagemäßig benachteiligt zu sein. In der Regel kann der Mensch also auf die Wirksamkeit und Nutzbarkeit beider geschlechtlichen psychischen Anteile vertrauen.

Genau dieses Vertrauen dürfte Ihnen in Bezug auf Ihre männlichen Persönlichkeitsanteile (psychologisch auch „animus“ genannt) bisweilen oder in der Regel nur schwer möglich gewesen sein. Sie sind – gleichgültig ob im biologischen Sinne „Mann“ oder „Frau“ – mit einem nicht unerheblichen Vertrauensmangel dem männlichen Lebensprinzip gegenüber zur Welt gekommen. Dem entspricht das Bild eines Vaters, der für Sie in frühen Jahren vielleicht nur selten oder auch gar nicht körperlich oder seelisch anwesend war (zum Beispiel auf Grund seines Berufes oder seiner Stellung und Verpflichtungen innerhalb der Gesellschaft).

Entscheidend ist in diesem Zusammenhang ist, dass Sie mit Ihrem Vater unbewusst und unabhängig von seiner realen Erscheinung oder seinem tatsächlichen Verhalten die Vorstellung von „Schwäche“ verbanden. Erlebten Sie von Zeit zu Zeit, dass Ihre Mutter vor Ihren Augen über Ihren Vater „schimpfte und lachte“? Dann vermittelte sich Ihnen schon als Kind der Eindruck: „Männer sind immer irgendwie schwach! Vertraue ihnen nicht einfach so!“ Auch eine Scheidung der Eltern könnte diesen Eindruck verstärkt und bestätigt haben.

Obwohl sich Männliches archetypisch auf der Basis einer biologischen Anlage aggressiv durchsetzt, kann in Ihrem Fall ein zielgerichtetes und energisches Verhalten häufig nicht richtig greifen. In der Steinzeit musste der täglich zur Jagd gehende Mann die Familie mit Fleisch und anderer Nahrung versorgen und gegen gefährliche Angreifer körperlich verteidigen. Dieser männliche Anteil, der sehr stark auch die eigene Überlebensfähigkeit symbolisiert, war bei Ihnen – unabhängig von Ihrem Geschlecht – wenig entwickelt. Als äußere Bestätigung (beziehungsweise Projektionsfigur) für Ihre innere Anlage diente Ihnen unbewusst der „nächste Mann“ in Ihrer Umgebung: Ihr „männlich schwacher“ Vater.

Sie dürften in der Folge mehr oder weniger bewusst an einem fehlenden Vertrauen in Ihre eigene Handlungs- beziehungsweise Durchsetzungsfähigkeit „zu knabbern gehabt haben“, zuweilen trat oder tritt auch heute noch Existenzangst auf. In Zusammenhang damit dürften Sie sich vermutlich auch nicht selten so genannte „scheinstarke“ Partner gesucht haben (Frauen tun dies in der Regel häufiger als Männer). Diese Partner mussten Sie selbst aber oft enttäuschen oder Sie wurden von ihnen enttäuscht. Da Sie innerlich dem Männlichen als solchem und damit ebenfalls dem jeweiligen individuellen Menschen nicht recht vertrauen können, dürften Sie von Zeit zu Zeit auch in Partnerschaften mit den Folgen Ihrer unbewusst angelegten „Bereitschaft zu Enttäuschen oder Enttäuscht zu werden“ zu tun gehabt haben.

Die „Entpolarisierung“ des männlichen Prinzips in Ihnen bewirkt nicht nur, dass Ihnen Ihre wahre und authentische Durchsetzungsfähigkeit manchmal „wie aus den Angeln gehoben“ erscheint und dass Sie die Effektivität des eigenen Handelns oft als nicht sonderlich hoch erachten („Prinzip der verpuffenden Energie“). Die „Entpolarisierung“ führt auch von Zeit zu Zeit dazu, Ihre unterschwel-

lige Tendenz zum Zuge kommen zu lassen, sich vom anderen fremdbestimmen zu lassen. Dies ist leicht erklärlich, denn aus einer „schwachen eigenen inneren Statik“ entsteht oft unbewusst ein „Anlehnungsbedürfnis an starke Schultern“ (dem Efeu an der Hauswand nicht unähnlich). Ihre dabei jedoch unterschwellig bestehende Gewissheit, dass der andere Ihren Bedürfnissen letztlich doch nicht standhält, verwirklicht sich vermutlich nicht selten im Sinne einer „self-fulfilling prophecy“. Enttäuschungen sind somit leider nicht gänzlich vermeidbar.

Möglicherweise vermissen Sie zeitweise auch eine Art „Zentrumsgefühl“. Es entsteht in Ihnen dann eine starke innere Unruhe, medizinisch gern auch als „vegetative Dystonie“ oder „psychogenes Syndrom“ bezeichnet.

Hinweis: Dieses Persönlichkeitsprofil wirkt sich vorrangig auf den körperlichen und spirituellen Ebenen aus.

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Sie sind mit einer angeborenen Schwäche des männlichen Archetypus ausgestattet. Dies hatte schon früh einen ausgeprägten Mangel an innerer seelischer Statik zur Folge. Zur Projektionsfläche Ihrer inneren Anlagestruktur wurden das Verhalten und die Einstellung Ihrer Mutter Ihrem Vater gegenüber. Aus Ihrer Sicht schenkte sie seiner Kraft und Stärke nicht ausreichend Vertrauen. Sie „demonstrierte“ Ihnen das schon als Kind, direkt oder indirekt. Das Resultat war später ein nicht immer ausreichender Glaube an die eigene Durchsetzungsfähigkeit im Leben. Ihr Lebensgefühl könnte lauten: „Meine Kraft verpufft, mein Handeln ist oft nicht effektiv genug, ich schwanke und bin oft richtungslos und im Handeln nicht entschlossen genug.“

Empfehlung (Lösungsweg)

Kein Mensch ist in einem absoluten Sinne wirklich schwach. Auch Sie besitzen – wie jeder Mensch – eine Überlebenskraft, die Ihnen vor allem in Notsituationen zur Verfügung steht. Dagegen ist aber die Kraft, die Sie zur Bewältigung des „normalen“ Lebens brauchen, zuweilen durchaus geschwächt oder in ihrer Effektivität gemindert. Sie sollten unbedingt auch weiterhin daran arbeiten, innere Stabilität und Ruhe zu erlangen und Ihren Hang zu energieaufwändigen, aber oft eher ineffektiven Handlungen mindern. Lernen Sie, wenn überhaupt nötig, nur möglichst sehr wenige Dinge gleichzeitig zu tun. Besser wäre es, wenn Sie sich konzentriert mit einer Sache beschäftigen und anderes erst später „angehen“. Sie „verzetteln“ sich sonst zu schnell – und am Ende „kommt sonst jeweils zu wenig dabei heraus“.

Bauen Sie als Frau Ihr Misstrauen gegen die Kraft des Partners ab und bauen Sie als Mann Ihre Unterlegenheitsgefühle anderen Männern gegenüber ab. Partnerschaftliche Beziehungen funktionieren auf Dauer nur dann, wenn der Mann ein Mann ist und von seiner Frau auch als solcher akzeptiert wird und wenn die Frau eine Frau ist und ihrem Mann seine Rolle nicht streitig macht.

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Bindegewebsschwäche (blaue Flecken), erhöhte Fieberneigung, Ischias, Stottern, Krampfadern, Knochenschwund (auch Osteoporose), Nervenentzündungen aller Art, Potenzstörungen, Entzündungen der Venen, Zähneknirschen, Thrombosen, Neigung zu Verbrennungen.

WIDER DIE SCHWERKRAFT

Uranus / Stiervenus

Erscheinungsform (Auswirkung):

Kennen Sie das „Gefühl einer Luftwurzel“? Es ist paradox: Sicherheit trotz fehlenden Haltes! Nun, dieses paradoxe Lebengefühl dürfte Ihnen nicht ganz unbekannt sein. Fühlen Sie sich nicht eigentlich am sichersten, wenn vieles sehr unsicher ist? Würden nicht unabänderbare Festlegungen Ihr Leben für Sie zum Teil schier unerträglich werden lassen? Brauchen Sie nicht eine „unsichere Sicherheit“, eine immer offene Grenze, um von einem zum anderen Tag weiterleben zu können? In Afrika gibt es einen Eingeborenenstamm, dessen Mitglieder nach kurzer Zeit sterben, wenn sie eingesperrt werden, zum Beispiel in einem Gefängnis. Ihnen würde es vielleicht ähnlich ergehen, Sie kennzeichnet im Grunde auch ein derartiges „Nomaden-Syndrom“ ...

Wie ein Nomade sind Sie also am liebsten immer in Bewegung. Ihrem Persönlichkeitsprofil angemessener müsste man allerdings sagen: Sie sind in einem gewissen Sinne revierlos und können nicht sesshaft werden. Hatten Sie früher als Kind ein eigenes Zimmer? Wenn ja, dann sind Sie dabei eine der seltenen Ausnahmen! Vermutlich mussten Sie sich aber ein Zimmer mit Ihren Eltern oder gegebenenfalls Ihren Geschwistern teilen oder Ihr Zimmer war eine Art Durchgangszimmer (Flügeltür-Effekt), „durch das jeder hindurchging“ – natürlich ohne anzuklopfen! Und eine Art unsichtbarer Hektik machte Selbstbesinnung, Abgrenzung oder ein „Sichzurückziehen“ nur schwer möglich.

Eine kindliche Privatsphäre war Ihnen wahrscheinlich eher unbekannt, die räumliche Abgrenzung gegenüber anderen oft gar nicht möglich. Nun, als Kind werden Sie dies vielleicht noch nicht als bedauerlich empfunden haben; aber wie ist das heute? Fehlt Ihnen nicht manchmal die Fähigkeit,

einmal laut und deutlich „Nein“ zu sagen, wenn Sie „Nein“ auch meinen? Können Sie häufig nicht widerstehen, obwohl Sie widerstehen sollten?

Solange das Leben keine Reserven fordert, scheint alles in Ordnung. Ist aber zum Beispiel Lebenssicherung oder ein „materieller Rückhalt“ gefordert, dann bekommen Sie schnell ein „mulmiges“ Gefühl. Fühlen Sie sich dann schnell „wurzellos und ohne Kraft“ und suchen Sie dann hastig nach einer „Steckdose“, um Ihre „Akkus“ neu aufzuladen? Solches Verhalten beziehungsweise Erleben findet seinen lebensgeschichtlichen Hintergrund in einem mehr oder weniger fehlenden, wenig ausgeprägten materiellen Sicherheitsgefühl Ihrer Eltern, welches sich auf Sie übertrug, und zwar unabhängig davon, wie die materiellen Umstände in Ihrer Kindheit tatsächlich und objektiv gewesen sind. Entscheidend war das subjektive Bild, das sich Ihre Eltern von dieser Lebenssituation machten.

Führen Sie heute ein Leben „zwischen Tür und Angel“? Leben Sie „von der Hand in den Mund“? Ist nicht Geld „genau so schnell wieder ausgegeben wie zuvor verdient“? Sind das wirkliche „extreme Fragen“ oder entsprechen sie nicht im Kern den Tatsachen? Vielleicht haben Sie auch sehr viel Geld. Dann meinen Sie es durchaus ehrlich, wenn Sie sagen, dass Sie dieser für andere Menschen glückliche Umstand „nicht wirklich interessiert“. Falls dies so ist, so ist das keine Schande und nicht schlecht oder gar verwerflich. Im Gegenteil: Es zeigt Ihre Befähigung zu der Erkenntnis, dass alle irdischen Werte relativ und letztlich dem Verfall anheim gegeben sind. Auch Physiker wissen, dass alle Materie nur „eine Tendenz“ hat zu existieren und dass ihr Verfall im Universum sogar dafür sorgt, dass neue Energie entsteht. Wirklichen Bestand haben die Dinge der äußerlichen Welt nicht. Sie unterliegen dem dynamischen Wandel. Warum also sollte man sich so an sie klammern? Wenn Sie eines nicht sind, dann ein Materialist. Falls Sie es aber dennoch sind (oder sein wollen), dann kompensieren Sie etwas. Vielleicht eine irrationale Angst: „Ich will niemals arm sein!“ („Mooshammer-Effekt“). Aber letztlich wird sich bewahrheiten: Der Spruch „Das letzte Hemd hat keine Taschen“ könnte von Ihnen stammen!

Hinweis: Dieses Persönlichkeitsprofil wirkt sich vorrangig auf den materiellen Ebenen aus.

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

In den ersten Lebensjahren sahen Sie sich unbewusst und unterschwellig einer prinzipiellen Ungesicherheit der Lebensumstände konfrontiert, was vornehmlich auf die subjektive Wahrnehmung der materiellen Gegebenheiten durch Ihre Eltern zurückzuführen war. Möglicherweise empfanden Sie daher schon in der Kindheit, dass es im Leben prinzipiell wenig wahre Reserven zur nötigen dauerhaften Lebenssicherung gibt. Es etablierte sich das Lebensgefühl: „Ich bin irgendwie ungesichert im Leben und meine Batterien sind schnell leer.“

Ebenso ursächlich für Ihre heutige Abgrenzungsschwäche und schon früh darauf hindeutend waren die damals unklaren beziehungsweise nicht geregelten Wohnraumverhältnisse. Das vermutliche Fehlen eines eigenen Rückzugsreviers, das Sie möglicherweise nicht einmal vermisst haben, ließ Ihnen aber kaum Möglichkeiten, ein notwendiges Abgrenzungsgefühl im Hinblick auf andere Menschen zu entwickeln. Kurzum: Die „Physis des Lebens an sich“ war eine eher dürftig ausgestattete Dimension des Daseins.

Empfehlung (Lösungsweg)

Sie sollten sich immer vergewissern, ob Sie im Leben Reserven aufbieten können und wenn ja, wie viele. Kümmern Sie sich um ein Mindestmaß materieller Sicherheit im Leben – nicht mehr, aber auch auf keinen Fall weniger! Sollten Sie eine Tendenz zur Sorglosigkeit haben, so laufen Sie Gefahr, einen Großteil des verbliebenen Bestandes (woran auch immer) zu verlieren. Zwar wissen Sie besser als jeder andere, dass die Dinge vergänglich sind. Solange sie aber noch nicht vergangen sind, lohnt es sich, sie zu beachten und sich um sie zu kümmern. Beugen Sie also wirksam der für Sie charakteristischen Tendenz vor, „zu gehen, wenn es im Leben einmal eng wird“! Manchmal ist „bleiben“ für Sie und andere einfach besser als „gehen“.

Achten Sie in dieser Hinsicht auch auf Ihren Körper. Beachten Sie ihn! Huldigen Sie seiner! Verwöhnen Sie ihn! „Anti-Aging“ und andere „Jungbrunnen-Produkte“ werden Sie zwar in Ihrem tiefsten Innern wahrscheinlich fast als das Lächerlichste ansehen, was die Menschheit je meinte, erfinden zu müssen. Doch können Sie sich Ihrer fast mythologischen Faszination für Verfallsfragen und Vermeidung von Verfall nur schwer entziehen! Tiefenpsychologisch betrachtet charakterisiert Sie eine fundamentale Angst vor der größten und sichersten Determination des Lebens an sich: dem Tod. Daher müssen Sie sich auch hüten, sich zu unbekümmert und zu lange ungeschützt in seiner Nähe aufzuhalten. Der Festgelegtheit durch das Sterbenmüssen zu entgehen wäre für Sie einerseits eine unglaubliche Herausforderung, ein unglaubliches Ziel: die transzendierte Materie, der Zeit entrissen, „Körper ohne Alter“. Doch genau dann würde andererseits jedes Kümmern um den eigenen Körper unnütz, wäre es sinnloses Handeln, wäre der Körper doch gegen alle „Gravuren der Zeit“ geschützt. Also doch: Achten Sie Ihren Körper – wie ein Yogi, der mit der Laterne des Yoga täglich die Gänge seines Körpers mit Leichtigkeit und Gelassenheit erkundet. Der Körper lehrt Sie, eine gewisse Beständigkeit und Kontinuität in Ihr Leben zu integrieren. Wie schön!

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Arterielle Blutungsneigungen (zum Beispiel Nasenbluten), Unterleibserkrankungen, Nervenverspannungen im Halsbereich, manchmal Thrombosen, Operationen, bei denen etwas weg- oder entnommen werden muss.

GEHEIMNISSE MUSS MAN WAHREN KÖNNEN

Uranus / Neptun

Erscheinungsform (Auswirkung):

In Ihrem Persönlichkeitsprofil spiegeln sich die geheimnisvollsten, unergründlichen und im wahren Sinne des Wortes unbeschreiblichsten metaphysischen Wesensformen wider, die –wenn auch nur mit allerfeinsten Messantennen – an und in einem Menschen nachweisbar sind. Um im Folgenden nicht den Boden der Seriosität zu verlassen und gleichzeitig aber die in diesem Zusammenhang empirisch gesammelten Erfahrungsbilder ernst zu nehmen, werden die Schilderungen dessen, was eigentlich nicht zu beschreiben ist, so genau wie möglich sein. Dies wird hier unabhängig von den Inhalten geschehen, die auch aus Ihrer Sicht zunächst nicht wirklich nachvollziehbar sein würden (trotz der Ausnahmen, die es auch in diesem Zusammenhang immer wieder einmal gibt). Ein unbeschreibbares Naturell liegt „in der Natur“ der Persönlichkeit dieses Profils. Und beim Versuch seiner Beschreibung müssen wir nun für einen Moment den Boden all der im persönlichen Leben nachweisbaren Erfahrungen verlassen, die Spuren zeitigen, die sie wiederholbar machen und die eine gewisse Vertrautheit erwecken, wenn man auf sie stößt.

Überlassen Sie sich beim Lesen zunächst einfach nur den auftauchenden Bildern, Gedanken und Gefühlen. Tun Sie dies ohne Bewertungen. Nehmen Sie einfach an, was geschieht. Lassen Sie sich ruhig von Ihren Assoziationen leiten, sträuben Sie sich nicht. Sie betreten nun ... unbekanntes Land:

Vor langer Zeit, lange vor ihrer Geburt, die Sie in ihre heutige Existenz führte, lebten Sie schon einmal. Sie besitzen einen reichen Schatz: den eines weit in die Zeit zurückreichenden Karmas, wahrscheinlich sogar direkt verbunden mit der Erfahrung vieler verschiedenartiger Existenzen in unterschiedlichen Zeitaltern. Dieser Schatz wurde von Ihnen aber vermutlich in Ihrer jetzigen Existenz noch nicht entdeckt – und wenn doch, dann wären Sie eine ganz große Ausnahme! Zu jedem Schatz – das wissen Sie – gibt es eine Schatzkarte, auf der die wesentlichen Dinge verzeichnet sind, die man wissen muss, um den Schatz zu finden. So ist es auch in Ihrem Fall. Diese Schatzkarte ist in gewissem Sinne Ihr hier beschriebenes Persönlichkeitsprofil.

Ihr karmischer Weg reicht sehr weit zurück – bis ins alte Ägypten. Welches Geschlecht, welche gesellschaftliche Stellung, welche Persönlichkeit Sie hatten, kann nicht mehr nachvollzogen werden. Eines jedoch – und das ist innerhalb Ihres Persönlichkeitsprofils das Entscheidende – scheint sicher: Sie waren ein sehr weit entwickelter Mensch, vor allem im metaphysischen und spirituellen Sinne. Dieses sehr hohe Entwicklungsniveau hatten Sie sich vermutlich in vielen Jahren härtester geistiger Disziplin erarbeitet und es dürfte Sie viele Jahre Ihres damaligen Lebens gekostet haben und Sie dürften auf Ihrem Wege keine Mühen gescheut haben, letztlich nur ein einziges Ziel zu erreichen – das für Sie damals allerhöchste, vornehmste und entfernteste aller Ziele: „Erleuchtung“.

De facto dürften Sie zur damaligen Zeit versucht haben, ein so genanntes „Einweihungsritual“ zu bestehen. Dabei ging es – und dies ist heute weitgehend gesicherte ägyptologische und archäologische Erkenntnis – um das Ablegen einer geistig-spirituellen Prüfung. Dieses Ritual wurde in der Großen Pyramide von Cheops abgehalten. Nach Bestehen der Prüfung wären Sie aufgenommen worden in den Kreis der Erleuchteten, jener Menschen, die alles Wissen und alle Sanftmut und alles Mitgefühl der Welt im Hier und Jetzt in sich vereinen, die nicht mehr auf das Rad des Karmas geflochten sein müssen, die im Nirvana jenseits von Gut und Böse wandeln – jenem Land, in dem der Wind des ewigen Karmas nicht mehr weht. Sie wären nach erfolgreichem Durchlaufen des Initiationsritus in den Kreis derer aufgenommen worden, auf deren klarer Stirn das Wort geschrieben steht, das als einziges aller Menschenworte die Zeiten überdauern konnte und auch heute noch zählt: das Wort „Om“ – „die Vollendung“.

Doch – soweit kam es wahrscheinlich in Ihrem Falle nicht. Sie dürften – so schmerzlich dies gewesen sein mag – damals an dieser großen Aufgabe gescheitert sein. Aller Erfahrung nach kann gesagt werden, dass Sie vermutlich diese größte und letzte aller Prüfung nicht bestanden und – das ist möglich, aber keinesfalls sicher – dass Sie damals keinen zweiten Versuch machten, diese Hürde der Prüfung zu nehmen. Sie dürften aber aufgrund Ihres damaligen, enorm hohen spirituellen Entwicklungsniveaus ein ebenso hoch entwickeltes Nervenkostüm gehabt haben. Und genau das ist es, was Sie aus Ihrer damaligen Existenz bis heute behalten haben: ein höchst sensibles und auf feinste Stimmungen eingestelltes „Nerveninstrument“, eine hoch entwickelte „Seelenaura“. Dies ist Ihr großer Schatz!

Sie wurden in Ihre jetzige Existenz geboren, als die Zeitqualität auch Bilder dieses lange zurückliegenden und in Vergessenheit geratenen Nichtgelingens in sich trug. Diese Sie damals sicherlich sehr ernüchtert oder gar schockiert habende Erfahrung sollte jedoch im jetzigen Leben ihrer Ungeheuerlichkeit wegen nicht nochmals erlebt werden müssen. Deshalb dürften Sie diese

versunkene, unerkannt gebliebene Wirklichkeit vor Ihrer heutigen Geburt unbewusst abgedrängt – also verdrängt haben. Sie haben sich geschützt. Gleichzeitig aber haben Sie dadurch – und das ist hier von großer Wichtigkeit – Ihre Schatzkarte aus den Augen verloren. Der Weg, der auf dieser Schatzkarte eingezeichnet ist, ist der Weg zu einer unversehrten spirituellen Verfassung in diesem Leben. Ein Indiz für die Möglichkeit, eine solche Verfassung zu erreichen, ist Ihre aktuelle nervliche Konstitution.

Diese als „nervliche Konstitution“ bezeichnete Verfassung kann auch bei Ihnen sehr großen situationsbedingten Schwankungen unterliegen. Möglicherweise zeigt(en) sich Ihnen beim Erwachsenwerden von Zeit zu Zeit die verdrängten Bilder Ihrer einstigen Existenz in Form rätselhafter, unerklärlicher Wünsche. Vielleicht zeigten sie sich auch in Form merkwürdiger Träume, deren Inhalte Ihnen aus Ihrem Ihnen bislang bekannten lebensgeschichtlichen Zusammenhang nicht erklärlich sind (tiefenpsychologisch als „Kollektivträume“ bezeichnet). Vielleicht haben Sie in manchmal auch einfach Angst davor, Angst zu haben und empfinden sich dann als „schrecklich albern“ und „naiv“. Kennen Sie ein diffuses Gefühl von Einzelgängertum oder einer Randgruppen-Zugehörigkeit? Ein sehr ernst zu nehmender Zustand: Vermutlich waren Sie in extremen Situationen scheinbar „wie gelähmt“ einer Übermacht an Eindrücken und unterschwelligem Erinnerungen ausgeliefert.

Die Konfrontation mit solchen Kräften erfordert Ihren ganzen Mut und oftmals den wissenden Beistand anderer! Wenn Sie Derartiges so (noch) nicht erlebt haben, so steht es Ihnen vielleicht noch bevor. Die „ruhende einstmalige Erfahrung“ kann eigentlich zu jeder Zeit erweckt werden, was aber im positiven Sinne auch dem Finden Ihres Schatzes gleichkommt. Dann allerdings sollten Sie wissen, was zu tun ist. Lesen Sie die entsprechenden Hinweise bei der Beschreibung der Lösungswege nach ...

Jedenfalls sollten Sie in Ihrem Leben immer aufpassen, dass Sie nicht irgendwelchen Scheinwahrheiten und deren Verkündern „aufsitzen“, denn der Wunsch nach „Höherem und Besonderem“ ist stark in Ihnen ausgeprägt. Vielleicht steht er nicht immer im Vordergrund, aber stark ist er dennoch. Auch aus diesem Grunde ist das vorliegende Profil am besten auch von Ihnen selbst mit aller gebotenen Vorsicht und Zurückhaltung zu betrachten. Die in ihm gemachten Aussagen werden dadurch nicht geschmälert – doch es bedarf eines sehr verantwortungsvollen Umganges mit ihnen. Tun Sie sich diesen Gefallen!

Hinweis: Dieses Persönlichkeitsprofil wirkt sich vorrangig auf den spirituellen Ebenen aus.

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Es dürfte bei Ihnen vor langer Zeit ein tief greifendes und beeindruckendes Erlebnis von Nichtgelingen beziehungsweise Scheitern gegeben haben, das Ihre heutige Persönlichkeit zwar in der Regel unbemerkt, aber doch sehr tief und nachhaltig prägt. Dieser tiefe Eindruck erzeugt anlagemäßig um den Zeitpunkt der Geburt herum eine gewisse Sprachlosigkeit in Bezug auf viele Vorgänge, eine Art „Paralyse der Seele“, eine „Eindrucksallergie“. Die scheinbar „fehlenden Informationen“ haben Sie aber – ohne es zu wissen – in Ihrem astrologischen Geburtsbild und im Sinne des hier gegebenen Persönlichkeitsprofils „abgelegt“.

Sie haben vollkommen unbewusst gebliebene vorgeburtliche spirituelle Erfahrungen gemacht, die – wenn nötig werdend – heute nur mit speziellen spirituell-therapeutischen Methoden „ans Licht gebracht“ werden könnten. Sie müssen selbst abwägen, ob Sie Derartiges möchten oder nicht. Ihr Lebensgefühl, das mit der einzigartigen Erlebnisqualität dieser Konstellation in Zusammenhang steht, ist nicht mit Worten beschreibbar, da die basalen Ursachen in Ihrem jetzigen Leben unerlebt bleiben werden. Worte stoßen daher an dieser Stelle an ihre Grenzen.

Empfehlung (Lösungsweg)

1. Nehmen Sie sich selbst in allen Dingen Ihres Profils ernst! Sie sind im klassischen Sinne weder krank noch verrückt, könnten dies aber in einer sehr entscheidenden Lebenssituation werden, die eine derartige große Herausforderung darstellt, dass Sie sie nicht ohne fremde Hilfe meistern können.
2. Nehmen Sie Hilfe an, beziehungsweise kümmern Sie sich aktiv darum! Vor allem dann, wenn Sie körperliche Symptome bemerken, die neu sind, vorrangig im Bereich der Nervenbahnen. Solche Symptome weisen eindeutig auf ein bereits zu langes Warten bezüglich der spirituellen Weiterentwicklung hin!
3. Arbeiten Sie an Ihrer spirituellen Intelligenz! Verfeinern und vertiefen Sie sie. Sie haben in dieser Hinsicht eine hohe Intelligenz, ob Sie es bislang wussten oder nicht.
4. Lernen Sie weiterhin, Ihre eigene „merkwürdige Tiefensensibilität“ nicht als „Psychokram“ oder Ähnliches abzutun. Nehmen Sie sie sehr ernst. Schätze nimmt man ernst! Ist es nicht so?
5. Gehen Sie unbedingt eventuellen Bezügen zur Form des Dreiecks (entspricht einer unbewussten Assoziation zur Seitenansicht einer Pyramide) oder auch zum Land Ägypten mit aller Ihnen zur Verfügung stehenden Entschlossenheit und Hartnäckigkeit nach! Hier liegen tiefe Lösungsmöglichkeiten und Erfahrungsquellen verborgen, die Sie in diesem Leben unbedingt nutzen sollten. Diese „Quellen, aus denen die Lösungen sprudeln“ sind gewaltig. Sie liegen in Ihnen, sie sind die Ihren!

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Herzschlag, Hirnschlag, Heuschnupfen, Nystagmus, spinale Lähmungen (Kinderlähmung), Schwindelanfälle, Leberkrankheit (Zirrhosen), schwer einordbare Nervenleiden, Multiple Sklerose, Psychosen.

NICHTS HABEN UND ALLES SEIN

Neptun / Stiervenus

Erscheinungsform (Auswirkung):

Ihre Kindheit ist im Wirkungsbereich dieser Konstellation durch unklare beziehungsweise von – damals „unverständlichen“ – Wohnverhältnissen gekennzeichnet gewesen, sodass Sie als Kind nur eine eingeschränkte Abgrenzungsfähigkeit und wenig wahres Sicherheitsgefühl in der realen Welt erfahren konnten. Fragten oder fragen Sie sich manchmal, wohin Sie eigentlich gehören, welches „Revier“ oder „Milieu“ das Ihre ist, warum Sie sich oftmals so wenig zugehörig fühlen? Sie leben mit „aufgelösten Wurzeln“, der Boden unter Ihren Füßen scheint oft wässrig zu sein – und wer kann schon auf dem Wasser laufen?

Ihr Familienverband hatte in diesem Sinne keine stabilisierende Wirkung, im Extremfall bestand er gar nicht. In der Folge fühlten Sie sich keiner „Herde“ angehörig und hätten beliebig die Zugehörigkeiten wechseln können. Es gab keine Grenzen, die ein Verlassen Ihres vorgegebenen Lebensraumes hätten verhindern können.

Materielle Sicherung dürfte infolge mangelnden Realitätssinns von Ihnen übermäßig idealisiert oder sogar als unnötig erachtet werden. In finanzieller Hinsicht gibt es eine ganze „Bandbreite“ Ihrer Idealisierung: Sie reicht von „Geldekel“ bis zu betrügerischen Aktionen, um möglichst viel vom Geld zu haben. Oft jedoch können Sie in der Folge aber „nicht wirklich etwas damit anfangen“.

Sexualität trägt bei Ihnen oft passive, masochistische und unkörperliche Züge. Häufig wird sie in ihrer triebhaften und damit auch sich körperlich zeigen wollenden Dimension verneint. Sie neigen zur Kompensation durch Zärtlichkeit und bildreiche Fantasien, um „dem Primitiven“ zu entgehen. Orales ist in der Regel verdrängt oder auch mit irrationalen Verboten belegt. Diese Verbote sind oft nur „vage Kindheitserinnerungen an vermeintliche Aussagen Erwachsener“ und werden von Ihnen häufig mittels ausgeprägter Fantasie auch heute noch „am Leben gehalten“. Ein Nicht-Zulassen körperlicher Bedürfnisse und in der Folge fehlende Körperbezogenheit sind die Folge.

Ihre persönlichen Wertvorstellungen, vor allem in Hinblick auf „materielle Lebenswerte“ sind oft ohne realen Bezug, sind oft schlicht unrealistisch und undurchsetzbar. Von Geld träumen macht nicht reich – aber auch nicht arm. Träumen ändert real nichts. Einzig wenn Sie konsequent versuchen, Ihren Träumen in der Realität einen nachweisbaren Ausdruck zu verleihen, könnten Ihre Träume etwas ändern. Geben Sie den Traumwesen Ihrer materiellen Fantasien eine Gestalt, falls sie bereits einen leichten Fußabdruck in der Realität hinterlassen haben.

Hinweis: Dieses Persönlichkeitsprofil wirkt sich vorrangig auf den materiellen Ebenen aus.

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Ihre im Grunde fehlende Sicherung und Verankerung im Realen führte dazu, dass Sie physisch „auf Abbau programmiert wurden“. Dies ist nicht im Sinne einer allgemein gültigen Vergänglichkeit gemeint, welche alles Leben betrifft, sondern im Sinne einer „konstitutionellen Un-Körperlichkeit“. Hätten Sie die Wahl, so würden Sie auf „Ihren“ Körper verzichten wollen, würden also ohne ihn selbst und die zu seinem Erhalt nötigen Einstellungen auskommen wollen.

Eventuell haben Sie auch ein reales „Ich-muss-verhungern-Erlebnis“ gehabt. Das Gefühl, durch Aufnahme von Nahrung im Leben verbleiben zu können, in realer Existenz gesichert zu sein, ist bei dieser Konstellation oft nicht gegeben. Es wurde „ersetzt“ durch die Erfahrung, dass der eigene Körper eher empfunden wurde als eine Art „Last, die es los zu werden oder zu tilgen gilt“. Die – auch biologische – Tatsache, dass Ihr Körper „nicht nachgegeben“ hat, mag einst als solche Last empfunden worden sein. Lebensgefühl: Alles ist in der Schwebelage, die Bewältigung der realen Anforderungen des Lebens stellt ein oft unerträgliches, „penetrantes“ Problem dar.

Empfehlung (Lösungsweg)

Möglicherweise wissen Sie es noch nicht: Aber eigentlich sind Sie „der geborene Wellness-Typ“! Lernen Sie, Ihre „immateriellen“ oder „anti-materialistischen“ Tendenzen zu relativieren beziehungsweise den realen Notwendigkeiten im Leben einen angemessenen Stellenwert zu gewähren. Der Körper und das Körperliche als solche sind keine Last (unter der man permanent droht zusammenzubrechen), sondern sie sind, wie Geist und Seele, gleichwertige und daher als mit diesen gleichrangig zu bewertende Ebenen des Lebens.

Lassen Sie sich also (und „sich“ meint hier vornehmlich auch Ihren Körper) verwöhnen, machen Sie Ihren Körper auch im Sinne des Wellness-Gedankens zu einer Stätte, an und in der geistiges und seelisches Wohlbefinden ihren Platz finden können. Hüten Sie sich andererseits aber vor einer

zu großen Idealisierung des körperlichen Aspekts im Leben (das wäre dann eher eine Kompensationsform), zum Beispiel mit der Folge übertriebener körperlicher Aktivitäten oder einer Vernachlässigung der seelischen und geistigen Ebenen. Erst alle drei zusammen schaffen den richtigen „Wellness-Zustand“.

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

allgemein Drüsenerkrankung, verstärkte Giftansammlung im Körper.

AM ANFANG WAR DAS WORT

Neptun / Zwillingmerkur

Erscheinungsform (Auswirkung):

Oft sind Sie als Kind mit „unverständlichen Ansprachen“ oder gar Anfeindungen aus der Außenwelt konfrontiert gewesen, ohne diesen mit angemessener Sprache begegnen zu können. Die rationalen Fähigkeiten (das Alltagsbewusstsein) sind bei Ihnen oft weit gehend zurückgedrängt, „man traut sich nicht, zu denken“. Tut man es dann doch, erlebt man häufig Missverständnisse, da man sich nur unklar und ungezielt ausdrückt. Im übertragenen Sinn gesagt „spricht man zu leise“.

Kennen Sie das: Anstelle des richtigen Wortes oder des sprachlichen Ausdrucks überhaupt werden dann oft passiv abwartend „1000 Antennen aufgestellt“ oder Kommunikationsmöglichkeiten auf einer anderen als der realen Ebene gesucht. Es ist bei dieser Konstellation möglich, zum Sprachrohr des Kollektiven zu werden, wenn man dem Geistigen erlaubt, von transzendenten Kräften gespeist und gelenkt zu werden. Sie sollten sich der Möglichkeit, eine Erweiterung Ihrer geistigen Lebensräume zu erfahren, in Ruhe öffnen. Sie wissen innerlich doch sehr genau, dass der Intellekt sehr wohl und sehr oft ein vergleichsweise nur beschränktes und beschränkendes Werkzeug sein kann.

Man muss sich in Acht nehmen, die mit dieser Konstellation gegebenen Fähigkeiten der intuitiv ausweichenden Gedankenkraft nicht manipulativ zu missbrauchen. Dies wäre eine Form der „Verweigerung“, über die man sich der Erfahrung entziehen will, selbst nicht „erhört“ zu werden. In der Kindheit hat man wahrscheinlich nie „richtige“ Gespräche mit den Eltern führen können und so dürfte „wirkliche“ Kommunikation oft unmöglich gewesen sein. Haben Sie aber dennoch oder gerade deshalb nicht häufig das Bedürfnis, sich mit vertrauten Menschen über das auszutauschen, was Sie wirklich bewegt? Kein „Smalltalk“, sondern „die Wahrheit und nichts als die Wahrheit“? Man sagt zwar: „Reden ist Silber, Schweigen ist Gold“, aber das vergoldete Schweigen kann zuweilen schnell zu Blei werden. Und so kommt dann in Momenten, in denen Selbstdarstellung gefordert ist, alles nur schwer und zögerlich.

Zum echten Selbstbetrug kann es kommen, wenn man durch sprachlicher Unklarheit andere bewusst hintergeht. „Geschädigte(r)“ ist man dann aber letztlich selbst, denn man wird von anderen Antworten erhalten, die nur ebenso unklar sein können. Dadurch entsteht ein „diffuser sprachlicher Nebel“, in dem das Missverständnis prächtig gedeiht. Man zeigt ein falsches Gesicht, sieht sich selbst falsch und betrügt sich letztlich selbst.

Hinweis: Dieses Persönlichkeitsprofil wirkt sich vorrangig auf den geistigen und den spirituellen Ebenen aus.

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Das tief im Innern empfundene Gefühl „eigentümlicher Stille“, verbunden mit der (Vor)Ahnung, „draußen im Leben nicht gehört zu werden“ (ähnlich einer Taub- und Stummheit), dürfte in den frühen Lebensjahren einen Teil Ihres Verhaltens stark geprägt haben. Daraus entwickelte sich eine Art „Schutzreflex“: „Ich darf mich nicht bewegen.“ Bewegungen, die ins Leben hinaus führten, mithilfe derer man „den Raum hätte erobern können“, wurden früh verhindert. Diese „Bewegungslosigkeit“ erzeugte bei Ihnen und vor allem in Ihrer Umgebung den Eindruck, Sie seien unentschlossen, zögerlich, desinteressiert, antriebschwach.

Anlagemäßig sind Sie das aber durchaus nicht. Nur war Ihnen nur wenig Möglichkeit gegeben, einen „anderen Eindruck zu machen“. Sich zu artikulieren, sich verständlich zu machen, sich erkenntlich zu zeigen, dies fällt jemandem, der „die Stille in sich trägt“ unendlich schwer, denn: Wie teilt sich die Stille mit?

Im Grunde war Ihnen schon immer klar, was anderen schon immer unklar war. Diese Tatsache ist als solche kaum auslebar und so kam es zu einer Art „Verdoppelungseffekt“: Ein Teil Ihrer Persönlichkeit bewahrte diese Tatsache (im Sinne einer verdrängten Anlage), der andere Teil verkehrte die Anlage in ihr Gegenteil. So meinten Sie oft, andere würden Sie in Ihrer Unklarheit klar erkennen. Das bedeutete, dass Sie einerseits „erkannt“ wurden (als „Unklare“ oder „Unklarer“), andererseits aber in Ihrer Klarheit (Ihrem wahren Grundzustand) unerkannt blieben. Sie lebten also mit sich (und Ihre Umwelt mit Ihnen) in einem eklatanten Missverständnis bezüglich Ihres wahren Naturells.

Empfehlung (Lösungsweg)

Krass formuliert: Lernen Sie, die Wahrheit zu sagen und möglichst nur wenig zu sagen. Weniger ist auch hier oft mehr. „Weniger“ bedeutet hier auch, dem „Verdopplungseffekt“ (der Vervielfältigung) vorzubeugen. Das wenige Gesagte sollte im positiven Sinne beschränkt sein auf das „klare Aussprechen einer Wahrheit“. Dies ist eine äußerst anspruchsvolle Aufgabe, der Sie sich aber nicht entziehen sollten!

„Einschränkungen“ gibt es, das wissen Sie genau. Aber „überstrapazieren“ Sie Ihren Intellekt in seiner „Beschränktheit“. Überwinden Sie die „natürlichen Grenzen“ des Verstandes, lernen Sie, mehr und mehr kontemplativ zu werden, also den Verstand und seine Grenzen auch einmal „hinter sich zu lassen“. Schauen Sie, als ein „Meditierender im Geiste“, nach vorn und verweilen Sie an Orten gedanklicher Ruhe und Erholung.

Gönnen Sie sich in solchen Stunden gute Literatur, aber lesen Sie nicht dauernd „kritisch“ oder über das Gelesene reflektierend, lesen Sie gleichsam „über den Zeilen“, schwimmen Sie wie ein Fisch durch sie hindurch, an ihnen entlang. Poesie und Lyrik sind die Farben, in denen Ihre Gedanken die Welt malen. In dieser „Farbgebung“ wird sich Ihnen auch jener Teil Ihrer inneren und äußeren Welt erschließen, der bislang noch im Verborgenen lag – gleich einem Schläfer, der um seinen Schlaf nicht weiß und nicht um die Welt, die ihn schlafen lässt.

Das Lebensgefühl, sich ungesehen durchs Leben bewegen zu können, gibt eine gewisse Sicherheit. Sie sind sicher, unerkant zu bleiben. Doch irgendwann wird jemand auf Sie zeigen und fragen: „Wer ist das?“ Irgendwann wird man Ihnen „auf den Grund gehen wollen“. Wenn Sie selbst diese Frage beantworten wollen und es nicht jemand anderes für Sie tun soll, dann müssen Sie „Ihre Gründe“ kennen lernen, dann müssen Sie das Schweigen brechen.

Ein „Wellness-Gefühl“ stellt sich bei Ihnen ein, wenn Sie „im Kopf wieder klar werden“. Lassen Sie sich vom Wohlklang des Wortes „ansprechen“. Lassen Sie Gedanken wie Wolken kommen und wieder ziehen, hängen Sie niemals einem Gedanken nach aus Angst, Sie könnten ihm nie wieder begegnen. Menschen wie Sie können jeden gedanklichen Weg gehen, können jeden Gedanken fangen, weil sie ihn auch wieder lassen können – wann immer sie es wollen.

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

allgemeine Nervenschwäche, Nervenlähmungen, multiple Sklerose, Suchtdisposition, Atmungslähmung, Heiserkeit, Legasthenie, Taubheitsgefühl in den Gliedmaßen, Lese- und Schreibschwäche, Autismus.

DAS LEBEN WEISST ÜBER SICH SELBST HINAUS

Neptun / Sonne

Erscheinungsform (Auswirkung):

Gibt es einen sich zuweilen bewusst machenden Teil Ihrer Persönlichkeit, der im Verhältnis zu allen anderen Teilen nach Ihrer Einschätzung zu wenig entwickelt ist? Wenn dies – wie innerhalb Ihrer konstellativen Veranlagung anzunehmen – so ist, dann dürfte dieser wenig entwickelte Persönlichkeitsanteil innerhalb Ihres Familienverbandes in einer anderen Person „schon vorhanden sein“. In diesem Sinne gibt es ihn dann „doppelt“.

Sie befinden sich also in einer „Doppelgängersituation“. Schon in frühen Jahren dürften Sie sich oft als Kind entweder im Vater oder – wenn vorhanden – in Bruder oder Schwester, in der Mutter, in einer Tante oder einem Onkel, aber auch in einem Freund oder einer Freundin erkannt haben; wie in einer „Spiegelung“, die Ihnen nur einer der Genannten (immer wieder) möglich machen konnte. Der oder die andere wusste und weiß das auch. Schließlich entsteht Konkurrenz und in der Folge ein Unterwerfungsritual, welches in seiner Konsequenz dazu führt, dass Sie nur schwer Ihre wahre Persönlichkeit zeigen und es vermeiden, wichtige (Lebens-)Positionen einzunehmen („weil diese bereits von den Stärkeren besetzt sind“).

Es ist wichtig für Sie, eine realistischere Sichtweise Ihrer eigenen Fähigkeiten herauszuarbeiten und im Leben auch ein spirituelles Ziel vor Augen zu haben. Ohne dieses werden Sie den Facettenreichtum Ihrer Persönlichkeit nur schwer erfassen und ihm generell nur schwer gerecht werden können. Sie tendieren dazu, Wahrheiten über sich selbst zu übersehen oder von anderen nicht hören zu wollen. Obwohl Sie eine eigenartige „Immunität“ gegen Schmerz haben, sollten Sie ihn kontrolliert und bewusst suchen. Schmerz kann in Ihrem Falle eine „Verbindung ins Leben(dige)“ sein und auch entstehen, wenn man der eigenen Wahrheit ins Auge blickt.

Sie können dann „den Visionär in sich“ leben, den Sie – zuweilen auch aus der Sicht anderer – zu sehr verkümmern lassen. Ihre oftmals zu geringe Sorge um das eigene Wohlergehen kann Sie leicht auf unnötig schwere oder irriige Lebenswege und -abschnitte führen. Das Bild, das sich aus diesen Zusammenhängen ergibt, ist eines der unterschwelligen Selbstverhinderung, des fehlenden Selbstbewusstseins und eines „Entwicklungsstaus“. Sollten Sie ein so genannter „Spätzünder“ sein, so warten Sie nicht auf „die Zündung“, sondern suchen Sie selbst ein Feuerzeug, um Ihr Leben zu entfachen!

Hinweis: Dieses Persönlichkeitsprofil wirkt sich vorrangig auf den seelischen und den spirituellen Ebenen aus.

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

In Ihrer Anlagestruktur im Rahmen dieser Konstellation zeigt sich als wichtiger Faktor Konkurrenz gegenüber einem Mitglied Ihres Familienverbandes, welches über ähnliche Fähigkeiten (in einem fest umrissenen Lebensbereich) wie Sie selbst verfügt („Doppelgängerhaftigkeit“). „Ihr“ Platz – „eigentlich für Sie reserviert“ – war also schon besetzt. Die Konkurrenz ist nicht an die gleichgeschlechtlichen Personen des Familienverbandes gebunden, sondern kann auch im Verhältnis zu „einem Vertreter oder zu einer Vertreterin“ des anderen Geschlechts entstehen.

Die Konkurrenz gründet auf der Ähnlichkeit von ausgeprägten Fähigkeiten, die aber von Ihnen dem Konkurrenten gegenüber nicht ausgelebt werden konnten. So ergab sich in Ihrem Innern zwangsläufig eine „Anstauung des Lebendigen“, das Sie, um ihm zu entgehen, in sich und an sich unbewusst zu verdrängen suchten. Solche Verdrängung kostete Sie viel Energie – und diese könnten Ihnen möglicherweise heute fehlen.

All dies geschah häufig in Verbindung damit, dass Sie versuchten, vor Ihrem „Doppelgänger“ emotional „in Deckung zu gehen“. Ihr Lebensgefühl lautet in diesem Zusammenhang: „Habe ich überhaupt ein „Ich“? Ansonsten bin ich eher schwach als stark, bin ich eher ein Späentwickler.“

Empfehlung (Lösungsweg)

Lernen Sie, Ihre Gefühle zu zeigen. Dann steht Ihnen die Entwicklung zu einem durch Emotionalität sich auszeichnenden Wesen offen. Alles, was sich dann (im Positiven wie im Negativen) hervorbringt und zeigt, sollten Sie akzeptieren. Die Annahme des eigenen (emotionalen) Wesens ist in Ihrem Fall ein Schlüssel zur Selbstverwirklichung. Ziehen Sie sämtliche verdrängten Eigenarten (damit Potenziale) ans Licht, sowie sich „ihre Spitzen“ zeigen. Und stehen Sie zu Ihren Eigenarten! Lernen Sie, Ihrer eigenen Kreativität zu vertrauen.

„Selbstbewusstsein“ heißt, sich über sich selbst bewusst zu sein – und zwar in Hinblick auf alle Aspekte der Persönlichkeit. Wahres Selbstbewusstsein ergibt sich im Zustand hoher Bewusstheit über das eigene Wesen in seiner Ganzheit. Wenn Sie auf Ihr Inneres blicken, so erkennen Sie möglicherweise einen „matten Stolz“ (und bisweilen auch den eindeutig „falschen Stolz“), der Ihnen eigentlich am und in Ihrem Wesen unangenehm ist. Wenn Sie diesen Stolz betrachten, so prüfen Sie, ob und wie Sie sich von ihm verabschieden können. Wer seinen so gearteten Stolz ziehen lassen kann, erlangt Würde. Dies wird Ihnen das Tor zu höheren Wahrheiten – auch in Bezug auf das Leben als Ganzes – öffnen und ungeahnte Kreativität und Lebenskräfte freisetzen.

Kümmern Sie sich neben allem anderen auch um eine sichere Lebensverankerung (auch materieller Art), denn diese kann in Krisenzeiten für Sie von großer Wichtigkeit sein.

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Krebsdisposition (Neigung zu mangelhafter Ich-Entwicklung), Wassersucht, Legasthenie, Haarausfall (verfrüht) oder spärlicher Haarwuchs allgemein, in der Regel empfänglich für Homöopathika, oft nur schwache Herzleistung.

DIE WELT IST MAGIE

Neptun / Pluto

Erscheinungsform (Auswirkung):

Sie sollten davon ausgehen, dass Sie seit den frühen Kinderjahren in Verbindung mit Phänomenen stehen, deren „Realität“ nicht objektiv nachweisbar ist, die aber gerade deshalb umso faszinierender für Sie sind. Fühlen Sie sich nicht manchmal nur unterschwellig erspürbaren Einflüssen ausgesetzt? Oder fühlen Sie nicht manchmal, in welchem großem Ausmaß Sie selbst subtilen Einfluss auf Menschen und Dinge Ihrer Umwelt nehmen könnten? Vielleicht taten und tun Sie dies bereits?

Hier rational etwas nachvollziehen zu wollen, kann nicht gelingen. Hier geht es im Grunde um Magie! Aus diesem Stoff sind Zauber und Mythen, aber auch die irrationalsten und tiefst sitzenden Ängste der Menschheit.

Ihr Inneres ist gekennzeichnet durch ein ganz bestimmtes „Klima“. Dieses ist vergleichbar mit einem tropischen Dschungel: heiß, feucht, voller unbekannter Geräusche, nicht direkt aber „irgendwie latent bedrohlich“, dennoch still und in sich friedlich, immer aber fremd und faszinierend. Ihr Inneres gleicht hier jenen Orten, an denen sich Schamanen einfanden, um dort ihre Geheimnisse zu verwahren.

In Ihnen liegen Orte „verdichteter Wahrheit“. Diese Orte waren den Menschen von jeher heilig und als sie noch „real“ waren, da lagen sie außerhalb der menschlichen Ansiedlungen in unbekanntem und nicht für jeden zugänglichen Gegenden. An solchen Orten versammelten sich die Heiligen. Was tun Sie also mit Ihrem „inneren Ort“; kennen Sie ihn eigentlich schon? Wie weit sind Sie bislang die Pfade in dieses „unwegsames Gelände“ Ihrer Seele gegangen?

Sie werden vielleicht einen „Führer“ brauchen (zögern Sie nicht, ihn sich zu nehmen), denn der Pfad verlässt schnell vertraute Gefilde und führt in tiefere Schichten Ihrer Seele. Er wird alsbald an verfallenen Häusern vorbei und durch dunkel-dichte Wälder verlaufen, lässt Sie tiefe, unbekannte, breite Flüsse überqueren, Gerüche atmen, die Ihnen noch nie in die Nase stiegen, und Töne vernehmen, die nur wenige Ohren hörten. Und er wird Sie eine Sonne „unendlich“ lange untergehen sehen lassen, wie es nur wenige Augen sehen. Alles scheint „so gar nicht erklärlich“, fremd, abstoßend und magisch anziehend zugleich. So erkunden Sie Ihre Seele.

Dabei sollten Sie Ihre Seele nicht mit der Seele eines oder einer anderen verwechseln. Vielleicht ist Ihnen das schon einmal passiert – und plötzlich mündete der nur scheinbar richtige Pfad in ein „zwischenmenschliches Dickicht aus Irrungen und Wirrungen“, das sich nie ganz durchdringen ließ? Oder vielleicht hat Ihnen schon einmal jemand gesagt: „Ich kann machen, was ich will, ich verstehe dich einfach nicht.“ Und Sie haben geantwortet: „Ja, ich dich auch nicht!“ Entweder ging man danach seiner Wege oder man litt noch eine Weile gemeinsam an den heißen Wunden, die man sich in letztlich sinnlosen Kämpfen beigebracht hatte. Auch Leiden kann verbinden, nicht wahr? Blieb nicht am Ende aber doch eine Art „süße Verwunderung“ – und eine stille Ahnung, dass da etwas „Tiefeführendes“ war, etwas, das man nur in ausgesuchten Momenten „in den Gefühlsradar“ bekam? War das alles vielleicht gar keine „Verwechslung“, sondern Ausdruck der Magie von „Ich bin du und du bist ich“?

Hinweis: Dieses Persönlichkeitsprofil wirkt sich vorrangig auf den seelischen, den geistigen und den spirituellen Ebenen aus.

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Seit Beginn Ihres jetzigen Lebens (und mit großer Wahrscheinlichkeit auch schon davor) üben starke kosmische Kräfte unterschwellig einen dominanten Einfluss auf Ihr eigenes Leben und auf das Leben Ihnen Nahestehender aus. Sie sollten davon ausgehen, dass häufig tiefe karmische Verstrickungen (positive wie negative) Ihren Werdegang deutlich (mit)bestimmen. Wenn es eine Anlagestruktur gibt, bei der sich der Karmagedanke unabwendbar aufdrängt, dann ist es die dieser Konstellation.

Unbewusst warten Sie auch auf den Kontakt mit diesen Seelenkräften, gleich einem Seemann, der in der Flaute auf Wind hofft. Und wenn der Wind dann kommt, dann kommt er gewaltig. Der Seemann lässt sich erfassen, treiben, was bleibt ihm auch übrig, er steuert nicht dagegen, diesen Kampf würde er verlieren, er überlässt sich seinem Schicksal. Und bald muss er im Sturm des Lebens dem Schicksal einen Vertrauensvorschuss gewähren. Ihm bleibt nur dieses (blinde) Vertrauen in die höheren Kräfte, dass sie ihn an Ufer treiben mögen, an denen es sich gut verweilen oder sogar lange in Frieden leben lässt. Dieses tiefe Vertrauen tragen Sie anlagebedingt in sich. Hüten Sie es wie einen kostbaren Schatz!

Ihr Lebensgefühl, „unterirdische Kräfte“ zu besitzen, die Sie nicht genug kennen und vor denen Sie sich eher ängstigen, trägt Sie nicht. Der Blick in die Abgründe der menschlichen Seele hat seine Ursache in Ihrem Naturell.

Empfehlung (Lösungsweg)

Sie sollten unbedingt (auch unter Anleitung) lernen, mit Ihren inneren Kräften positiv umzugehen. Magie gehört für Sie zum Leben. Das Vordergründige reicht Ihnen niemals aus, um darüber das Wesentliche zu verstehen. Sie sollten aber immer der lockenden Versuchung widerstehen, den „dunklen Lebenskräften“ (zu viel) Platz zu gewähren. Denn es geht hier nicht um Dinge, die Sie „einfach selbst“ beeinflussen und manipulieren können – gerade wie es Ihnen beliebt.

Es geht um „Dämonen und Drachen“ in Ihrem Innern, denen Sie Einlass gewähren mussten und wollten. Seither hüten hohe Mächte „Ihren persönlichen Gral“. Wenn Sie diese als wesentlichen Teil Ihrer persönlichen Eigenart annehmen und akzeptieren, werden Ihnen diese Seelengeschöpfe unglaubliche Kräfte verleihen – vor allem in Situationen der Not. Wenden Sie sich ihnen (und damit eigentlich sich selbst) mit Respekt und Ehrfurcht zu. Und Sie können sich auch ruhig ab und zu einmal verneigen – vor einem Spiegel stehend.

Des Weiteren sollten Sie sich und die Welt mit einem „Tiefenblick“ betrachten, das heißt: sich nie von Oberflächlichkeiten oder dem reinen Verhaltens- oder Erscheinungsbild von Menschen und Dingen allein ablenken lassen. Das Wesentliche, das Magische Ihrer Persönlichkeit liegt hier in den Tiefen des Seelischen und des Geistes zugleich verborgen. Eine der wichtigsten Auswirkungen der Anlagestruktur dieser Konstellation für Sie ist, dass Sie sich irgendwann im Leben die Frage stellen und beantworten müssen: „Wie komme ich an diese meine magische Kraft und wie setze ich sie konstruktiv und hilfreich ein?“

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Neigung zu chronischen beziehungsweise sich sehr langsam entwickelnden Erkrankungen, Eiterungen, Furunkel, Geschwüre unter der Haut, verstärkte Giftansammlung.

MIR ENTGEHT NICHTS

Pluto / Jungfraumerkur

Erscheinungsform (Auswirkung):

Kennen Sie den „starren Blick“? Und das damit oft verbundene Gefühl, von dem gebannt zu sein, was Ihren Blick auf sich zieht? Sind Sie nicht häufig teilweise in Ihren jeweils herrschenden Lebensumständen „gefangen“? Kommen Sie schwer heraus aus Situationen, in die Sie sich „selbst hinein manövriert“ haben? Fehlt Ihnen nicht des Öfteren eine Art „bewusst herbeigeführter Gleichgültigkeit“, um einmal leichter und schneller „abschalten“ zu können?

Sie dürften sich wahrscheinlich zu häufig an „Bildern in Ihrem Kopf“ orientieren, die Ihren Wahrnehmungsradius als solchen zu sehr einschränken. Sie tragen zu oft zu enge Scheuklappen. Man spricht in diesem Zusammenhang auch von „echter selektiver Wahrnehmung“. Ihre Wahrnehmung der äußeren und auch Ihrer inneren Welt ist in solchen Augenblicken ausschließlich auf das gerichtet, was Ihrer jeweils momentanen Vorstellung entspricht. Und auch Ihr Handeln orientiert sich dann ausschließlich an diesem momentanen Wunsch. Das ist im Prinzip eine vollkommen normale menschliche Verhaltensweise, in Ihrem Fall dürfte solches Verhalten aber durch Ihre Anlagestruktur sehr übersteigert sein und viele Ihrer Lebenssituationen mitbestimmen und kennzeichnen.

Beispiel: Wenn Sie in einer fremden Stadt Brötchen kaufen wollen, so müssen Sie eine Bäckerei suchen. Ihre Wahrnehmung ist dann, während Sie durch die Straßen fahren „auf Bäckerei gepolt“. Anderes wird solange ausgeblendet (verbleibt für eine Zeit im Dunkeln), bis Sie eine Bäckerei gefunden haben. In Ihrem Fall wäre nun davon auszugehen, dass Sie in dem Zustand „Bäckerei finden“ auch dann noch bleiben, wenn Sie die Brötchen längst gekauft haben. Das wäre nicht weiter schlimm, wenn nicht eben derweil vieles andere, was im Leben auch eine wichtige Rolle spielen kann, unbeachtet bliebe. Stellen Sie sich (innerhalb dieser fiktiven Szene) einmal vor, Sie schauten weiter rechts und links nach Bäckereien während Sie Auto fahren – und ein Kind läuft auf die Fahrbahn ...

Ein anderes Beispiel: Stellen Sie sich vor (und Derartiges ist in der Realität schon oft wirklich passiert), Sie passierten mit Ihrem Auto einen Bahnübergang, blieben mit Motorschaden mitten auf den Gleisen stehen, die Schranken senkten sich, und ein Zug käme um die nahe Kurve herangerast. Ihre Wahrnehmung wird – im wahrsten Sinne des Wortes – in diesem Augenblick ausschließlich auf diesen Zug gerichtet sein, der in wenigen Sekunden ...

Sie sind also oftmals entweder „von Kleinigkeiten abgelenkt“ oder andererseits (dem gleichen Prinzip selektiver Wahrnehmung folgend) von etwas „Unvorstellbarem“ vollkommen vereinnahmt. Das Ausmaß des „Gebanntseins“ ist aber bei Ihnen in beiden Fällen gleich und nicht etwa bei der „Kleinigkeit“ geringer als bei der „Unvorstellbarkeit“! Das heißt, dass die Verhältnismäßigkeit Ihrer Aufmerksamkeit den Dingen gegenüber nicht von der Dringlichkeit oder Wichtigkeit der Dinge selbst gesteuert wird, sondern einzig von Ihrer Sie leitenden Vorstellung. Im Fall des „heranrasenden Zuges“ ist natürlich klar, dass jeder Mensch so reagieren würde. Nicht aber im Fall der „Bäckerei“.

Dadurch sind Sie prinzipiell sehr leicht von außen steuerbar und können von anderen (die das gerne ausnutzen wollen) ohne Ihr Wissen fremdbestimmt werden. Im psychologischen Jargon spricht man in dieser Hinsicht auch von „Extraversion“. In der Realität Ihres Lebens kann es dabei aber auch zu im Grunde grotesken Situationen kommen, wenn Sie sich von einer eigenen Vorstellung so vereinnahmen lassen, dass Ihr Handeln einzig von der Erfüllung eines Wunsches geleitet wird, der „eigentlich“ bereits erfüllt wurde. Zum Beispiel wenn Sie sich zu Weihnachten innigst ein Paar Strümpfe wünschen (als hätten Sie noch keine), aber bereits ca. zwanzig Paar in Ihrer Schublade liegen. Und wenn Sie dann „alles außer Strümpfen geschenkt bekommen“, sind Sie „böse“.

Natürlich sind diese ganz unterschiedlichen Beispiele „fiktional“. Doch kennzeichnen sie prinzipiell nicht die Auswirkungen Ihrer hier beschriebenen Anlagestruktur recht gut?

Hinweis: Dieses Persönlichkeitsprofil wirkt sich vorrangig auf den seelischen Ebenen aus.

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Ihre stark selektive, damit in Bezug auf das Ganze eingeschränkte Wahrnehmungsfähigkeit gründet in einer unbewussten Angst, „lebensschädigende Dinge“ in Ihrem persönlichen Umkreis zu übersehen. Damit ist auch gemeint, dass Sie dem Leben als solchem unbewusst „unterstellen“, es würde „schädigende Einflüsse“ (auch für Sie) bereithalten. Nun, diese „Unterstellung“ (man kann auch sagen „unbewusste Grundeinstellung“) ist natürlich objektiv vollkommen richtig, denn das Leben bietet dem Menschen immer Unabwägbarkeiten und Überraschungen verschiedenster Art an.

Vermutlich gab es – auch schon vorgeburtlich oder gar karmisch begründet – auch berechtigten Grund zur Besorgnis. Es mögen sich Vorgänge ereignet haben, die heute weder in Teilen, geschweige denn im Ganzen „aufklärbar“ sind. In Ihrer Anlagestruktur ist aber eine Art „bildhafter Erinnerung“ (eine Art „immanente Codierung“) abgespeichert, die sich dem zeitlichen Vergessen widersetzt. Diese bewirkt, dass bei vermeintlicher oder tatsächlicher „sich nähernder“ Gefahr

Alarm ausgelöst wird. Dieser Alarm bewirkt dann das zuvor beschriebene Verhalten. Sie sind eine Art „Revierwarner“ (bezogen auf Ihr eigenes, inneres Revier wie auch auf fremde Reviere). Wenn Gefahr im Verzug ist, dann richten Sie alle Aufmerksamkeit auf diese, um auszuschließen, dass „Dinge wie damals“ noch einmal geschehen.

Das daraus resultierende Lebensgefühl lautet: „Ich muss vorsichtig sein, ich muss Fehler und Makel an mir (und anderen) aufspüren und eliminieren. Ich muss herausfinden, „woran es lag“ oder „was es war“. Sie sind wie „Sherlock Holmes“ (oder „Miss Marple“). Sie haben „eine Spürnase“ in die Wiege gelegt bekommen (und auch gleich aufgesetzt und aufbehalten). Setzen Sie sie ruhig von Zeit zu Zeit ab, sonst könnten Sie häufiger und in vollem Eifer auf falschen Fährten stoßen und auf diesen entlanglaufen.

Empfehlung (Lösungsweg)

Lernen Sie, sich nicht zu sehr von Ihren Wünschen „hinreißen“ zu lassen. Sie laufen dabei Gefahr, viele andere, wichtige Belange Ihres Lebens aus den Augen zu verlieren. Dies bezieht sich vornehmlich auf Wünsche, die im Grunde auf „Kleinigkeiten“ gerichtet sind. Lernen Sie, nicht zu schnell in „Finten“ zu laufen, lassen Sie sich nicht durch „Kleinkram“ von Wichtigerem ablenken. Lernen Sie, selbst zu bestimmen, worauf Sie Ihr Augenmerk legen und prüfen Sie nach einer Entscheidung lieber zweimal, ob sie auch richtig ist.

Lassen Sie Fehler zu („nobody is perfect“). Sie machen – wie alle anderen Menschen (vergessen Sie das nie!) – auch dann Fehler, wenn Sie meinen, durch Ihre „übertriebene Aufmerksamkeit“ gegenüber einem bestimmten Lebensumstand „fehlerlos“ zu bleiben. Innerhalb Ihres jeweiligen „Betrachtungsraumes“ mag dies sogar richtig sein, doch außerhalb dieses Betrachtungsraumes „übersehen“ Sie alles. Vielleicht machen Sie dadurch sogar mehr Fehler als andere!

Eine leichte Übung, die Auswirkungen auf Ihre körperlichen, seelischen und geistigen Ebenen haben wird, sollten Sie täglich ausführen. Man könnte diese Übung den „Ganzheitsblick“ nennen: Suchen Sie sich einen unbeweglichen Gegenstand (zum Beispiel eine bemalte Blumenvase auf dem Tisch) und fixieren Sie einen kleinen Teil der Bemalung (vielleicht das Auge eines Vogels). Schauen Sie sich das kleine Vogelauge auf der Vase ganz genau und bis ins Detail an – ohne selbst Ihre Augen zu bewegen und wenn möglich auch ohne Lidschlag. Noch während Sie dies tun, lassen Sie Ihre innere Aufmerksamkeit (nicht Ihre Augen!) in einem immer größer werdenden Radius um das Vogelauge herumwandern. Betrachten Sie nun die im Umkreis auftauchenden Dinge ebenso. In diesem Moment wird, da Ihr Auge auf das Vogelauge schaut (ohne es mehr anzuschauen), das Vogelauge Teil seiner Umgebung. In Ihrer Wahrnehmung „betten“ Sie damit das Vogelauge in einen größeren Zusammenhang ein. Dies ist eine gute Übung zur Erweiterung Ihrer Wahrnehmungsfähigkeit.

Wenn Sie darin gut genug geübt sind, können Sie den „Ganzheitsblick“ auch bei sich bewegenden Gegenständen oder Menschen versuchen. Wenn Sie zum Beispiel mit dem Auto aus einer verdeckten Toreinfahrt über den Bürgersteig auf die Straße fahren wollen, so werden Sie normalerweise, langsam vorrollend, erst nach rechts, dann nach links, dann wieder nach rechts, dann wieder nach links schauen – ob Passanten auf dem Bürgersteig kommen oder ein kleiner Hund usw. Schauen Sie in einer solchen Situation nun einmal ausschließlich geradeaus, ohne dabei etwas bestimmtes im Blick zu fixieren. Sie werden feststellen, dass Sie dabei rechts und links gleichermaßen gut sehen können. Sie sehen alles, ohne Ihren Kopf bewegen zu müssen. (Natürlich sollten Sie das zunächst als Beifahrer(in) testen ...)

Übertragen Sie dieses Beispiel auf Ihr ganzes Leben und Sie werden sich reich beschenkt fühlen.

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Wucherungen (auch gutartige) im Darm, manchmal Blindheit oder Kurz-/ Weitsichtigkeit, eventuell Colitis ulcerosa.

Psychologie: Sabische Symbole

24 Grad Löwe - Das Verhalten mit Sonne = Unterweisung

Symbol: Ein voll konzentrierter Yogi still sitzend, äußerlich verwehrt.

Schlüssel: Nach innen gerichtetes Bewusstsein auf Kosten äußerer Feinheiten.

13 Grad Jungfrau - Die Gefühle mit Mond = Verklärung

Symbol: Ein mächtiger Staatsmann überwindet den Zustand politischer Hysterie.

Schlüssel: Verkörperung von Massenidealen; Umformung von explosiver Energie.

6 Grad Jungfrau - Das Denken mit Merkur = Verklärung

Symbol: Aufgeregte Kinder fahren mit einem lärmenden, grellen Karussell.

Schlüssel: Vergnügungskultur als wandelnde Kraft; furchtloses Hineintauchen.

1 Grad Löwe - Die Beziehungen mit Venus = Sicherung

Symbol: Das Blut steigt einem Mann in den Kopf, der vor Ehrgeiz strotzt.

Schlüssel: Ungestümer, gefährlicher Zutritt in das Reich der Seele.

16 Grad Stier - Der Eigenwille mit Mars = Vergnügen

Symbol: Ein alter Lehrer versucht vergebens, überliefertes Wissen zu lehren.

Schlüssel: Unangemessenheit spirituellen Wissens in Krisenzeiten.

27 Grad Waage - Die Sehnsucht mit Jupiter = Offenbarung

Symbol: Ein Segelflugzeug gleitet hoch und still in blauen Himmeln.

Schlüssel: Gelassene objektive Beobachtung; stille innere Stärke.

20 Grad Schütze - Das große Lebensziel mit Saturn = Loslösung

Symbol: Eis wird aus gefrorenem Weiher geschlagen, um es im Sommer zu nutzen.

Schlüssel: Opfer der Gegenwart für die Zukunft; Vorbereitung auf Folgephasen.

13 Grad Löwe - Der große Lebensgegensatz mit Uranus = Sicherung

Symbol: Ein alter Kapitän im Schaukelstuhl auf der Veranda seines Hauses.

Schlüssel: Der ruhig gewordene Geist; selbst erlangte Milde und Reife.

3 Grad Skorpion - Der große Lebenstraum mit Neptun = Zurückhaltung

Symbol: Zum Bau eines Hauses tragen alle Nachbarn eines kleinen Ortes bei.

Schlüssel: Gemeinschaftsgefühl zeigt sich in gemeinsamen Anstrengungen.

2 Grad Jungfrau - Die große Lebenswandlung mit Pluto = Verklärung

Symbol: Ein großes weißes Kreuz steht allein auf dem Gipfel eines Hügels.

Schlüssel: Weisheit und Mitgefühl, erworben durch Erfahrung von Leiden.

9 Grad Jungfrau - Am Beginn des Lebens mit Aszendent = Verklärung

Symbol: Ein expressionistischer Künstler bemalt eine eigenartige Leinwand.

Schlüssel: Ausdruck individualisierter Werte ohne Rücksicht auf Traditionen.

4 Grad Zwillinge - Am Ende des Lebens mit Medium Coeli = Begeisterung

Symbol: Stechpalme und Mistel bringen Weihnachtsstimmung in ein Heim.

Schlüssel: Sehnsucht nach vorintellektuellem Bewusstseinszustand; Wärme.

Psychologie: Halbsummen

Orbis: 3°

SONNE / Mond = Merkur

Man nimmt häufig Stellung bzw. macht sich Gedanken zum männlichen und weiblichen Lebensprinzip (Yin/ Yang). Gedankliche Verbindungen von Mann zu Frau und umgekehrt sind sehr häufig. Gedanken an Heirat.

Sonne / Mond = Pluto

Karmische Verbindungen werden häufig zur schicksalhaften Lebensbestimmung. Man ist zu oft seelisch zwiespältig beziehungsweise einseitig eingestellt; dies führt dennoch zu fruchtbaren Entwicklungskrisen und Trennungen.

Sonne / Merkur = Pluto

Sehr suggestive Redekunst, schwankend zwischen Demagogie und positiver Überzeugungskraft. Oft sehr weit gehende Lebenspläne.

Sonne / Venus = Uranus

Sehr eigenwilliges Liebesleben: wenig berechenbar. Hang zur Raffinesse oder luststeigernden Verfeinerung. Große Aufgeschlossenheit.

Sonne / Aszendent (AC) = Pluto

Man versucht, sich Einfluss zu verschaffen. Man kämpft gegen Abhängigkeit. eventuell besonders viele schicksalhafte Wendungen im Leben.

Mond / Merkur = Aszendent (AC)

Sich prinzipiell gerne mit anderen unterhaltend. Eventuell Jugendbekanntschaften, die lange gepflegt werden.

Mond / Venus = Sonne

Familiäre Fürsorglichkeit. Anmut; Kunstsinn; schauspielerisches Talent.

Mond / Saturn = Neptun

Oft Minderwertigkeitsgefühle. Melancholie aufgrund der tief sitzenden Frage, ob man zum Leben berechtigt ist oder nicht. Man empfindet das Leben oft als leblose Kulisse. Spirituelle Neigungen und Möglichkeiten.

Mond / Pluto = Merkur

Man hat weit gehende Pläne. Umfassende Ideen mit großem Eifer oder auch Fanatismus verfolgend. Eventuell hervorragender Redner oder Schreiber.

Mond / Pluto = Aszendent (AC)

Man reagiert heftig auf Umwelteinflüsse, beziehungsweise beunruhigt die Umwelt häufig durch das eigene eindringliche Verhalten. Starke Ausstrahlung.

Psychologie: Pyramidenpunkte

Venus auf individuellem Pyramidenpunkt

Im karmischen Sinne ist für den durch diesen Pyramidenpunkt ausgezeichneten Menschen eine gewisse Selbstbeschränkung des Genusses angeraten, weil diese auch damals fehlte. Die Beschränkung sollte sich auf körperlicher, geistiger oder/ und seelischer Ebene vollziehen, sonst ist die Gefahr einer stillen Sucht gegeben. „Still“ meint hier, dass man nicht unbedingt mit negativen Folgen der eigenen Maßlosigkeit zu rechnen hat. Daher sieht man auch keine Notwendigkeit, das Verhalten wirklich zu ändern. Die hier übliche Devise: „Man lebt nur einmal!“ erweist sich letztlich als grundlegend falsch. Das Maß der Übertreibung entspricht dem Maß der Beschränkung, die das Schicksal in der Folge vornimmt.

Psychologie: Stichworte

ICH BIN EINZIGARTIG, ICH BIN SCHÖN

Saturn / Mond

Nicht entwickeltes Urvertrauen. Mutterproblematik. Leicht verwundbar.

Die Welt ohne Liebe: ist die größte Angst im Herzen der Menschen.

Der Empfindungstau: ist das Bild der Angst, sich anderen zu zeigen, wie man ist.

Die Ungeborgenheit: ist auflösbar, in dem man lernt, sich selbst zu lieben, wie man ist.

Das ewige Kind: muss, um erwachsen werden zu können, das Geschenk des Lebens annehmen und selbst weitergeben.

ANGRIFF IST DIE BESTE VERTEIDIGUNG

Uranus / Mars

Vaterbild von Mutter geschwächt. Richtungslosigkeit führt zu Anlehnung.

Die Unkalkulierbarkeit der Kräfte: führt zuweilen auch zu ungeahnten Lösungen.

Der Mangel an innerer Statik: sollte nicht mit unreflektiertem Anlehnungsbedürfnis kompensiert werden.

Das nicht folgerichtige Handeln: kann im Sinne paradoxer Wendungen überraschende Zusammenhänge sichtbar machen.

Gasgeben bei durchgetretener Kupplung: lässt im Verhältnis zur frei werdenden Energie nur wenig Effektivität erwarten.

WIDER DIE SCHWERKRAFT

Uranus / Stiervenus

Wurzellos; kann haltlos sein. Fühlt sich sicher, wenn alles unsicher ist.

Der Bestandsverlust: ist Abbildung der generellen Vergänglichkeit der Dinge.

Die Ungesicherheit: ist Folge zu geringer Ausrichtung auf materielles Lebensgewicht.

Die leere Batterie: hat sich nach Kurzschluss der Pole entladen.

Das Leben zwischen Tür und Angel: macht im Sinne eines Nomaden unabhängig von Standorten.

GEHEIMNISSE MUSS MAN WAHREN KÖNNEN

Uranus / Neptun

Eine von der einzelnen Seele nicht zu verarbeitende Erfahrung; kollektiver Schock.

Die Meta-Physis: ist die unerklärbar bleibende Form von Wirklichkeit.

Die unerlebte Erfahrung: ist das Bild von etwas Dazugehörigem, das nicht als solches gelebt werden kann.

Der Schockzustand: als Bild totalen Schutzes in extremen Situationen.

Die Unausgesprochenheit: des Lebens führt in Ahnungen, Vermutungen und Hypothesen, die ungreifbar wie Rauch verfliegen.

NICHTS HABEN UND ALLES SEIN

Neptun / Stiervenus

Abgrenzungsprobleme; Verteidigungs- und Revierschwäche. Defizite im Zugehörigkeitsgefühl.

Der Immaterialismus: ist die Ausformung von etwas, das die Form verweigert.

Das In-der-Schwebe-Sein: ähnelt Rauch in unbewegter Luft.

Die fehlende Sicherung: ist ein Lebensmerkmal, welches in einem materiell ausgerichteten Umfeld zum Außenseiter machen kann.

Die Realitätsprobleme: sind Abbildung einer Weigerung, physische Notwendigkeiten des Lebens anzuerkennen.

AM ANFANG WAR DAS WORT

Neptun / Zwillingmerkur

Rationale Ausdrucksschwächung, daher Lyriker. Eventuell reale Funktionsausfälle.

Die Stille: gleicht hier dem nicht gesprochenen Wort.

Das kollektive Sprachrohr: ist nur von jenen hörbar, die auf leise Töne warten.

Die Lyrik: ist die Ausdrucksform der Wahl, wenn das Unsagbare gesagt werden soll.

Der Verlust der Intellektualität: ermöglicht es dem Verstand, seine eigenen Grenzen zu erkennen.

DAS LEBEN WEISST ÜBER SICH SELBST HINAUS

Neptun / Sonne

Charakterbedingte Konkurrenz. Gefahr unterbewusster Selbstverhinderung.

Der Ozean: ist das Bild vom ewig unbekanntem Schoß des Lebens.

Das „Höhere Selbst“: ist die Zufluchtsstätte der an sich selbst erkrankten Subjektivität.

Die Verdrängung des Lebendigen: ist das Nicht-Annehmen und Nicht-Weitergeben des Geschenks des Lebens.

Die Selbstverhinderung: ist unbewusste Selbstbestrafung für eine Tat, von der man nichts weiß.

DIE WELT IST MAGIE

Neptun / Pluto

Orientierung durch Magie; Grenzgänger. Undurchschaubares (Traum-) Leben.

Die Magie: ist der geheime Ort, an dem sich die nach Wahrheit hungernde Seele einfindet.

Die gebundene kosmische Energie: ist in ihrer sowohl schlimmen wie heilenden Kraft ohnegleichen.

Der Schamane: weiß um die Welten jenseits der sichtbaren Erscheinungen und begeht sie.

Der unbewusste Einfluss: ist oft mächtiger als jeder menschliche Wille, man kann ihm erliegen oder sich mit ihm umgeben.

MIR ENTGEHT NICHTS

Pluto / Jungfraumerkur

Oft in Lebensumständen gebannt. Selektive Wahrnehmung erschwert Weitblick.

Die makellose Welt: ist die Sehnsucht der Ängstlichen.

Die Suche nach Unvollkommenem: ist ein Urtrieb des Menschen und nicht zu tilgen.

Die Scheuklappen: lassen Weniges deutlich werden und vieles unbesehen.

Die selektive Wahrnehmung: kann in der Not Leben retten.

ES GIBT VIEL ZU TUN

Jupiter / Mars

Will Anschauungen durchsetzen. Eventuell zu abstrakte, unfundierte Vielwisserei.

GIB MIR MEHR

Jupiter / Stiervenus

Gut abgegrenzt. Sehr produktiv! Eventuell zu starke Fixiertheit auf Konkretes.

DER ANZIEHENDE GEGENSATZ

Mars / Stiervenus

Körperbetont. Eventuell Sublimierung starker Sexualität in künstlerische Bestrebungen.

LEICHT ENTFLAMMT

Mars / Mond

Aggressives Selbstbild; seelisch richtungslos; reaktiv. Quellensucher.

DIE GENAUIGKEIT

Mars / Jungfraumerkur

Anpassungsproblem! Arbeitswut. Hoher, schwer erreichbarer Perfektionswille.

Dies sind 27% der Gesamtheit aller in Geburtsbildern erfassbaren Konstellationen.

Wellness: Inhalt

Ernährungstipps	57
Therapien	62
Sporttipps	67

Wellness: Ernährungstipps

ICH BIN EINZIGARTIG, ICH BIN SCHÖN

Saturn / Mond

Auf Ihrem Speiseplan sollten (falls Sie keine Abneigung dagegen haben) viele Milchprodukte, wie Milch, Quark, Käse usw. stehen. Wichtig ist für Sie eine gute „Vorverdauung“: Kauen Sie die Bissen gut durch. Als Basisnahrungsmittel sollten Sie Müsli und viel frisches, sonnenbetanktes Obst bevorzugen. Sie sollten unbedingt immer viel trinken (reines stilles Quellwasser ist für Sie am besten), denn Sie haben auch eine starke Neigung zu ausgetrockneten Schleimhäuten. Lieben Sie Süßigkeiten und dienen diese Ihnen bisweilen als „Liebesersatz“? Reduzieren Sie diesen „Ersatz“ mehr und mehr. So schaffen Sie „Platz“ für die wahre Liebe!

Sollten Sie unter weitergehenden ernst zu nehmenden Essstörungen leiden (zum Beispiel weil Sie aus Kummer essen – oder nicht essen), so sollten Sie unbedingt professionelle therapeutische Hilfe in Anspruch nehmen, da derartige Probleme immer die genannten oder andere sehr tief liegende Ursachen haben.

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Carotin, Vitamin B2, C, Niacin, Zink.

Als individuell passende Diäten kommen für Sie die "Null-Diät" beziehungsweise das Heilfasten und die "Rosemary Conley-Diät" als betont eiweißreiche Diät infrage.

Null-Diät und Fasten

Die Küche bleibt kalt. Abgesehen von reichlich Wasser – ca. drei Liter am Tag – und einer Vitamin- und Mineralstoffsubstitution (Kapsel) kommt nichts in den Magen. Beim Saftfasten werden Kräutertees und Säfte getrunken. Fasten oder „Null-Diät“ bedeutet Verzicht auf feste Nahrungsaufnahme. Der Körper soll zur Deckung seines Energiebedarfs vor allem auf die eigenen Energievorräte zurückgreifen. Angestrebt ist ein Abbau der Fettdepots. Aus physiologischen Gründen ist eine solche Beschränkung aber kaum möglich, weil bei dieser „krassen Diät-Variante“ der Kalorien einschränkung immer auch Proteinbestände mit abgebaut werden. Lebensnotwendige Nährstoffe wie Wasser, Vitamine und Mineralstoffe müssen dagegen beim Fasten täglich zugeführt werden. Das so genannte „proteinmodifizierte Fasten“ sieht als einzige Nahrung mit Eiweiß angereicherte Getränke oder Trinkmolke vor, damit der Eiweißabbau des Körpers während der Diät gering bleibt. Die „Null-Diät“ beziehungsweise das Fasten kommt, wenn nicht übertrieben ausgeführt, dem Bedürfnis nach wahrer Reduzierung (der Reduzierung auf das Wahre) entgegen. Daher ist der seelische Effekt dieser Diäten mindestens so hoch zu bewerten wie ihr körperlicher Effekt.

Rosemay-Conley-Diät

Die Bestseller-Autorin Rosemary Conley setzt in ihren Diätbüchern auf eine kohlehydratbetonte und energiereduzierte Mischkost und verkauft diese eigentlich einfache Botschaft geschickt als positives Lifestyle-Konzept. Bestseller mit so vielversprechenden Titeln wie "Iss dich schlank" und "Positiv leben" machten Rosemary Conley in der internationalen Diät-Gemeinde bekannt. Die erfolgreiche Autorin setzt auf eine kohlenhydratreiche Ernährung im Kampf gegen „unerwünschte Speckröllchen“. Fit- und Schlankmacher in ihren Diät-Konzepten sind Vollkornprodukte, gelb-rote und grüne Gemüse sowie fettarme Eiweißträger. Verboten sind bei ihr alle Fettbomben wie Butter, Margarine, Sahne, Nüsse, Avocados, Eigelb, fettreicher Käse, fetter Fisch, Geflügelhaut, fettreiche Fleischteilstücke, fettreiche Wurst, in Öl eingelegte Lebensmittel und panierte und in Fett gebratene Speisen – kurz, bei reichlichem und häufigem Verzehr die „klassischen Dickmacher“. Soßen und Dressings sollen laut „Conley-Diät“ ganz ohne Fett zubereitet werden. Ein Löffel hochwertiges Pflanzenöl sollte allerdings erlaubt sein, denn es versorgt unseren Körper mit mehrfach ungesättigten Fettsäuren und dem wichtigen Vitamin E. Und die Diätautorin rät außerdem zur ergänzenden Einnahme von Vitaminpräparaten.

ANGRIFF IST DIE BESTE VERTEIDIGUNG

Uranus / Mars

Verdauung erfordert sehr viel Energie. Die indische Ayurveda-Medizin spricht vom „Verdauungsfeuer“, welches im Solarplexus „brennt“. Da Ihre Energiereserven eher gering sind, sollten Sie schwere, vor allem fetthaltige Kost prinzipiell meiden, um Energie für anderes zu sparen beziehungsweise zu verwenden. Ansonsten müssen Sie mit nervlichen Irritationen rechnen, zum Beispiel mit häufigen Durchfällen. Essen Sie generell eher auch über den Tag verteilt viele kleine Portionen als eine reichhaltige Mahlzeit. Sie können durchaus kräftig und scharf würzen, sollten dabei aber Ihren Hang zu Übertreibungen „im Auge behalten“. Wenn Sie nach einem zu scharfen Essen „im Dreieck springen“ und den Rest des Tages daraufhin keine Energie mehr für anderes zur Verfügung haben, ist Ihnen nicht gedient. Wenn Sie also mehr Spaß am und beim Essen haben wollen, so essen Sie vor allem maßvoll und in Ruhe. Mehr braucht es eigentlich nicht.

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Calcium, Phosphor, Magnesium,

Eisen, Kupfer.

WIDER DIE SCHWERKRAFT

Uranus / Stiervenus

Sie vertragen keine allzu süßen Speisen? Dann sollten Sie diese auch meiden. Ebenso ist Kohlensäure Ihrem eventuell nervösen Magen nicht zuträglich. Wenn Sie essen, sollten Sie das – wenn möglich – an der frischen Luft tun, auf einer Terrasse, auf einem Balkon oder zumindest am offenen Fenster. Das klassische „Picknick im Grünen! könnte ebenso von Ihnen erfunden worden sein wie der „Holzspieß mit Würstchen am Lagerfeuer“! Essen Sie weiterhin vornehmlich locker aufgeschlagene Speisen, keine „schweren Klöpfe Marke Hausmannskost“ oder „wie bei Müttern“, sondern eher Speisen der „Nouvelle Cuisine“. Allerdings: Die Rechnung sollte dennoch nicht größer sein als die Portionen auf dem Teller. Achten Sie also immer auf eine Mindestquantität an täglicher Nahrungsaufnahme.

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Jod.

Als individuell passende Diät kommt für Sie die „Schalttage-Diät“ infrage.

Schalttage-Diät

Auf „kalorienarm“ umschalten: Ein bis zwei Tage lang wird bewusst anderes und wenig verzehrt, zum Beispiel nur Äpfel oder Weintrauben. Empfohlen werden auch Weizendiät- und Reistage und Trinktage (an denen gar nichts gegessen wird, sondern nur Obst- beziehungsweise Gemüsesäfte getrunken werden). Folgende Schalttage sind etwas „gehaltvoller“ als die reinen „Flüssigkeitszeiten“:

Reistage: Entweder mit Fertigprodukten oder nach Rezept. (Zum Beispiel zweihundert Gramm Vollkornreis ohne Salz mit Wasser kochen, in fünf Portionen aufteilen und jeweils mit zwei Esslöffeln ungesüßtem Apfelmus verrühren oder ungesüßtes Obst dazugeben. Mit etwas Zitronensaft und flüssigem Süßstoff abschmecken.)

Weizentage: Fertigprodukte aus Reformhaus oder Drogerie nach Anweisung des Herstellers zubereiten und in fünf Portionen über den Tag verteilt verzehren. Auch gut geeignet, um einen „derangierten Magen“ nach ausgiebiger Völlerei wieder „zu versöhnen“.

Obsttage: Achten Sie auf Verträglichkeit der Früchte für Sie (zum Beispiel Äpfel, Trauben, Birnen). Rund eineinhalb Kilo Früchte müssen pro Tag „verdrückt“ werden. Alles möglichst langsam essen und gut kauen. Dazu nur Mineralwasser und ungesüßte Tees trinken.

Gemüsetage: fünf Gemüseahlzeiten am Tag je nach Geschmack und Verträglichkeit (jeweils zweihundertfünfzig Gramm geputztes Gemüse). Zwei Portionen sollten roh als Frischkost gegessen werden. Die übrigen werden, der Geschmacks- und Nährstoffhaltung wegen, gedünstet und mit frischen Kräutern und Hefeflocken abgeschmeckt. (Sie können auch Gemüsesuppen zubereiten.) Dazu wird etwa ein Liter Mineralwasser oder Tee getrunken.

Formula-Tage: Einen Schalttag kann man durchaus mit einem speziellen Diätprodukt (Formula-Diät) bestreiten. Die Zubereitung ist einfach und die zeitliche Begrenzung auf einen Schalttag hat den Vorteil, dass „geschmackliche Eintönigkeit“ nicht so schnell entsteht. Die „Schalttage-Diät“ kommt im Rahmen dieser Konstellation dem ständigen Bedürfnis nach Wandlung (Abänderung) des Bisherigen entgegen.

GEHEIMNISSE MUSS MAN WAHREN KÖNNEN

Uranus / Neptun

Leiden Sie zeitweise oder dauerhaft an einer Störung Ihres Geruchsempfindens? Glauben Sie öfter, dass Speisen nicht mehr genießbar seien, obwohl dies faktisch nicht stimmt? Leiden Sie nach dem Essen häufig an körperlichen oder seelischen Verstimmungen, die weder Ihnen noch anderen wirklich erklärlich sind? Wenn Sie diese Fragen eindeutig und sofort mit „Ja“ beantworten können, so benötigen Sie ein grundsätzliches „Ernährungs-Brainstorming“, eine Art „Generalcheck“ in Bezug auf Ihre bisherige Nahrungsmittelauswahl und Essensgewohnheiten. Es wird Ihnen gut tun, sich mit dem Thema „Essen“ in Bezug auf Ihre Vorlieben und Abneigungen bewusst auseinander zu setzen.

Generell fehlt Ihnen vermutlich ein geschärftes Bewusstsein zum Thema „Ernährung“. Kaufen Sie sich Fachbücher, gehen Sie zu Vorträgen oder Workshops, die sich direkt oder indirekt mit dem Thema „Essen“ auseinander setzen, machen Sie das „Stiefkind“ zu Ihrem „Lieblingskind“. Gründe für Ihre gegebenenfalls sogar „ignorante Einstellung“ gegenüber Ihrer körperlichen Verfassung liegen vermutlich in Ihrer extrem tiefen und auf das hintergründig Spirituelle ausgerichteten Persönlichkeit. Da haben „vordergründige Dinge“ wie Körper, Gesundheit oder Essen eher wenig Platz.

Trifft hiervon Ihrer Einschätzung nach nichts oder manches nur gelegentlich auf Sie zu, so sollten Sie zumindest regelmäßige Essenszeiten beachten. Außerdem schadet es Ihnen keinesfalls, immer eine ausreichende Menge zu essen, auch wenn Sie eher dazu neigen, zu wenig zu essen. Eine ernst zu nehmende Gefahr von Magersucht besteht zwar innerhalb Ihres Persönlichkeitsprofils nicht. Aber Ihre „jenseitige Ader“ wird Sie in der Diesseitigkeit zuweilen zu wenig hervortreten lassen wollen. Also ganz einfach: Erden Sie sich und essen Sie regelmäßig und ausreichend! Wie sagten vielleicht auch Ihre Eltern schon: „Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen“. Und da ist etwas Wahres dran ...

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Vitamin B1, Kalium.

NICHTS HABEN UND ALLES SEIN

Neptun / Stiervenus

Lieben Sie Süßigkeiten, vertragen sie leider aber nicht gut? Ihre oft schwache Darmperistaltik lässt die allgemeine Verdauungsleistung zuweilen stark absinken. Daher sollten Sie mindestens zu solchen Zeiten sehr leichte Kost bevorzugen, um sich nicht unnötig zu belasten. Möglicherweise leiden Sie öfter an einer Nahrungsalergie, welche Ekzeme und Ähnliches hervorbringen kann. Ebenso besteht generell eine hohe Giftsensibilität.

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Vitamin B12.

Als individuell passende Diäten kommen für Sie die „F-Plan-Diät“ und die „Mayr-Kur“ infrage.

F-Plan-Diät

„F“ leitet sich vom englischen Wort „Fiber“ (Ballaststoff) ab. Diät-Bestseller Autorin Audrey Eyton hat die Erkenntnisse der Ballaststoff-Forschers Dr. Burkitt und des Kohlenhydrat-Verfechters Pritikin geschickt vermarktet. Diätprinzip: Etwa fünfzig Gramm Ballaststoffe pro Tag sind Pflicht. Nach einem Müsli am Morgen stehen auch tagsüber reichlich Ballaststoffe in Form von Vollkorn, Hülsenfrüchten und Gemüse auf dem Plan. Obst ist erlaubt, süße Leckereien allerdings nicht. Die „F-Plan-Diät“ gibt es für drei Energiestufen: 1000, 1200 und 1500 Kilokalorien.

Mayr-Kur

Die Kur sorgt für eine Schonung und Regenerierung der Verdauungsorgane, für die Entschlackung des Körpers und für die Wiederertüchtigung der Körperfunktionen. Dazu sollen mehrere Bausteine beitragen. Bekannt wurde F.X. Mayr durch die Kur, bei der man Milch und Semmel isst. Die Schonungs- und die Säuberungsphasen sollen nach Mayr zu einer „veränderten Esskultur“ führen: Zeit für Mahlzeiten nehmen, kleine Portionen, kleine Bissen gründlich kauen, keine Zwischenmahlzeiten, kleine Abendmahlzeit, keine schwer verdaulichen Speisen, keine Rohkost und kein Obst nach 16 Uhr, keine feste Nahrung nach 18 Uhr. Bewertung: Die gesamte Kur ist aufgrund der vielen Bausteine nicht einfach in Eigenregie durchführbar, jedoch gibt es „Zentren“, in die man sich für eine solche Kur begeben kann. Langzeiterfolge kann sie nur bei einer dauerhaften Ernährungsumstellung haben.

AM ANFANG WAR DAS WORT

Neptun / Zwillingssmerkur

Da die Fermentproduktion oft nicht ausreichend ist, nur kleine Mengen und nie spät abends essen. Überhaupt ist das „Häppchen-Essen“ eine gute Strategie, denn einzelne große Mengen sind Ihnen nicht zuträglich. Sie sind vermutlich gegenüber verdorbenen Nahrungsmitteln noch empfindlicher als andere und können deshalb auch rechtzeitig vor deren Genuss warnen.

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Vitamin A, Niacin.

Als individuell passende Diäten kommen für Sie die „Atkins-Diät“, die „Lutz-Diät“ und die „Punkte-Diät“ infrage.

Atkins-Diät

Diät-Revoluzzer Dr. Atkins schwört auf fett- und eiweißreiche, aber extrem kohlenhydratarme Kost. Fleisch, Sahne, Eier, Butter, Wurst, Käse – all das darf man nach Herzenslust schlemmen. Kartoffeln, Nudeln, Reis und Getreideprodukte sind verpönt. Prinzip: Der hohe Fettgehalt soll eine gute Sättigung bewirken. Getreideprodukte wie Brot, Obst und zuckerhaltige Lebensmittel haben dagegen keinen Platz auf dem Speiseplan. Was werden Sie also frühstücken? Gebratenen Frühstücksspeck mit Eiern zum Beispiel. Oder ein Omelette.

Lutz-Diät

Der österreichische Arzt Dr. Wolfgang Lutz gehört zu den Verfechtern kohlenhydratarmer Diäten. Sein Ansatz lautet, stark vereinfacht: „Mehlerzeugnisse machen jeden Fleischesser dick.“ Sie werden in seinem Programm deshalb vom Speiseplan gestrichen. Dr. Lutz schlägt den Bogen von

der „Eiszeitjäger-Diät“ bis zum Selbstversuch und kommt zu dem Schluss: Mit den Kohlenhydraten kamen die Zivilisationskrankheiten. Und gegen Fettleibigkeit setzt er auf konsequenten Verzicht von Kohlenhydraten. Fett darf dagegen (reichlich) gegessen werden. Die Umwandlung von Nahrungskohlehydraten in Körperfett findet allerdings nach neueren Untersuchungen keineswegs in dem Maße statt, wie Dr. Lutz behauptet. Der Ansatz einer kohlenhydratarmen Ernährung als Schlankheitsdiät ist out; vielleicht ist das Diätprinzip nach Rücksprache mit einem Arzt bei bestimmten Darmerkrankungen einen Versuch wert, wobei dann auf wenig Zucker und mehr Ballaststoffe gesetzt wird. Eine generelle Empfehlung für ein „Leben ohne Brot“ (so heißt das Diätbuch von Dr. Lutz) kann keinesfalls gegeben werden. Im Gegenteil, Brot und andere Getreideprodukte sind – neben Obst, Gemüse und Kartoffeln – die Säulen einer „Fitmacher-Ernährung“.

Punkte-Diät

Die Punkte-Diät ist ähnlich wie die Atkins-Diät eine Fett-Eiweiß-Diät. Die Zufuhr von Kohlenhydraten wird drastisch eingeschränkt. Statt der Kalorien werden Kohlenhydrate in Form von Punkten gezählt. Alkohol ist erlaubt.

Bewertung:

einseitige Ernährung, rascher Gewichtsverlust zu Anfang vor allem durch Wasserverlust, Gefahr des Vitamin-, Ballaststoff- und Mineralstoffmangels. Führt leicht zu erhöhter Cholesterin- und Purinzufuhr. Führt häufig zu Verstopfung, Mundgeruch, Benommenheit und Müdigkeit. „Viel trinken“ ist bei dieser Form der Diät lebensnotwendig, damit die Nieren die gebildeten Ketonkörper und die Harnsäure ausscheiden können. Besonders Schwangeren, Nieren- und Leberkranken sowie Alkoholikern ist aus medizinischer Sicht von dieser Diät unbedingt abzuraten. Erhöhtes Risiko für Herz- und Gefäßerkrankungen, Gicht und Arteriosklerose. Ähnlich zu bewerten sind auch andere kohlenhydratarme Diäten wie Lutz-Diät, Mayo-Diät, Gayelord-Hauser-Diät und andere.

DAS LEBEN WEISST ÜBER SICH SELBST HINAUS

Neptun / Sonne

Sie sollten vorzugsweise vegetarisch leben, also Ihren Fleischkonsum – falls nicht bereits geschehen – drastisch senken und langfristig „auf null herunterfahren“. Aber bitte: Verwechseln Sie nicht Zielstrebigkeit auf dem Weg mit Zwang oder Dogmatismus. Fleisch ist für Sie bei dauerhaftem Genuss ein Nahrungsmittel, das Ihr spirituelles Potenzial angreift. Dieses sollten Sie nicht verspielen sondern pflegen!

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Vitamin B1, C, Niacin.

Als individuell passende Diäten kommen für Sie die „Eskimo-Diät“ und die „Scarsdale-Diät“ infrage.

Eskimo-Diät

„Gesundheitshoch aus dem Norden“: Diese typisch nordische Diät sieht auf dem Speiseplan reichlich Seefisch vor, vorzugsweise Lachs, Makrele und Hering mit ihrem hohen Gehalt an mehrfach ungesättigten Omega-3-Fettsäuren. Sie halten Blutgefäße und Fettstoffwechsel gesund. Neben den „fetten Flossentieren“ gehören auch magere eiweißreiche Fische wie Schellfisch, Scholle, Seelachs, Steinbeißer, Rotbarsch etc. zum Speiseplan. Seefisch ist jodreich und damit ein wichtiger „Fitmacher“ für unsere Schilddrüse, die unsere Stoffwechselaktivitäten steuert. Die Fischmahlzeiten werden ergänzt mit Kartoffeln, Reis, Salaten und Gemüse, damit die Ernährung nicht „kopflastig“ an Eiweiß und Fett wird. Morgens gibt es Müsli und Vollkornbrötchen.

Scarsdale-Diät

Die „Scarsdale-Diät“ ist eine reine Eiweiß-Diät. Die Zufuhr von Kohlenhydraten wird drastisch eingeschränkt. Bewertung:

einseitige Ernährung, rascher Gewichtsverlust zu Anfang vor allem durch Wasserverlust, Gefahr des Vitamin-, Ballaststoff- und Mineralstoffmangels. Führt leicht zu erhöhter Cholesterin- und Purinzufuhr. Führt häufig zu Verstopfung, Mundgeruch, Benommenheit und Müdigkeit. Die Empfehlung, viel zu trinken, ist bei dieser Diät lebensnotwendig, damit die Nieren die gebildeten Ketonkörper und Harnsäure ausscheiden können. Besonders Schwangeren, Nieren- und Leberkranken sowie Alkoholikern ist aus medizinischer Sicht von dieser Diät unbedingt abzuraten. Erhöhtes Risiko für Herz- und Gefäßerkrankungen, Gicht und Arteriosklerose.

DIE WELT IST MAGIE

Neptun / Pluto

Für Erkrankungen des Verdauungssystems besteht bei Ihnen vermutlich eine große erbliche Veranlagung – vor allem zu Ablagerungen im Darm, zu Fettansatz und zu Gewebestauungen. Sie sollten – auch aufgrund der Neigung zu Vergiftungen – regelmäßig innere Körperreinigungen vollziehen (zum Beispiel aryuvedabasiert) und täglich mindestens zwei bis drei Liter Flüssigkeit zu

sich nehmen. Sie sollten auch Ihre „Unvernunft“ beim Würzen von Speisen „unter die Lupe nehmen“ – und sich hierbei freiwillig und bewusst einschränken. „Weniger ist mehr“ – auch bei Gewürzen. Und ganz wichtig: Vegetarische Ernährung sollte langfristig die Ernährungsweise Ihrer Wahl werden.

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Zink.

MIR ENTGEHT NICHTS

Pluto / Jungfraumerkur

Da Sie eine ausgeprägte Tendenz zu Verstopfungen und Blähungen haben, sollten Sie Kohl vermeiden. Insgesamt ist bei Ihnen auch die Magen- und Darmträgheit verstärkt und Sie neigen zu zum Teil auch gutartigen Geschwülsten im Verdauungssystem. Essen Sie generell einfach bewusst und gesund.

Als individuell passende Diäten kommen für Sie die "Nutripoint-Diät" und die "G-Index-Diät" infrage.

Nutripoint-Diät

Kalorienzählen ist bei der „Nutripoint-Diät“ passé. Stattdessen müssen die richtigen Lebensmittel nach ihrer „Nährstoffdichte“ ausgewählt werden. Diese zeigt das Vitamin-Mineralstoff-Kalorien-Verhältnis in der Nahrung. Die in den USA entwickelten „Nutripoints“ bewerten Lebensmittel nach einem Punktesystem: Berechnet wird die Nährstoffdichte jeweils für einen lebensnotwendigen Nährstoff, zum Beispiel Kalzium in der Milch oder Vitamin B1 im Vollkornbrot. Lebensmittel mit hoher Dichte (zum Beispiel Gemüse, Obst, Hülsenfrüchte, Vollkorn sowie Milchprodukte, Fleisch und Fische mit geringem Fettanteil) sind von Natur aus leicht. Mithilfe von Datenverarbeitung werden alle positiven Eigenschaften (zum Beispiel Vitamine, Mineralstoffe, Ballaststoffe) mit „bedenklichen“ Inhaltsstoffen (zum Beispiel Fett, Zucker, Alkohol, Kochsalz) verrechnet, deren Aufnahme eingeschränkt werden sollte. Heraus kommt ein „Nutripoint“. Es gilt die einfache Regel: Je mehr „Nutripoints“ ein Lebensmittel hat, desto besser, je weniger, desto schlechter. Gemüse ist in der Liste „Spitzenreiter“. Gleichwohl müssen Produkte aus verschiedenen Nahrungsgruppen den täglichen Speiseplan komplettieren – und zwar nach einer je nach Diätziel vorgegebenen „Gesamtnutripoint-Zahl“ (zum Beispiel „100“ als „Abnahmestufe“ oder „200“ als „Erhaltungstufe“). Bei den verschiedenen „Nutripoint“-Nahrungsgruppen schneiden die folgenden Lebensmittel besonders gut ab:

Gemüse: Spinat, Römer-Salat, Brokkoli, Grünkohl, Feldsalat und Paprika. Getreide: alle Vollkornprodukte sowie Hülsenfrüchte und Ölsaaten, Sojasprossen, Erbsen, Linsen, Sesam, Sonnenblumenkerne. Obst: Melone, Guave, Papaya, Kiwi, Erdbeeren, Himbeeren, Zitrusfrüchte. Milch und Milchprodukte: alle fettarmen Milchprodukte. Fleisch, Fisch, Eier: alle mageren Sorten, zum Beispiel Filet vom Schwein und Rind, Geflügelfleisch, Seezunge, Scholle, Schellfisch und in Wasser konservierter Thunfisch; Eiklar.

G-Index-Diät

Hinter dem "G" verbirgt sich das Wort "glykämisch". Die Bezeichnung „glykämischer Index“ auf Diabetikerkost gewinnt vor allem in der Sportlerernährung an Bedeutung. Er gibt an, wie rasch und wie hoch der Blutzuckerspiegel durch die Aufnahme von Kohlenhydraten steigt. Rechnen ist also „angesagt“. Je niedriger der Index ist, desto besser: Die schnell resorbierbare Glukose lässt den „glykämischen Index“ steil hochschnellen, provoziert entsprechend eine starke Insulinausschüttung. Der „G-Index“ von Glukose ist deshalb gleich „100“ gesetzt. Die komplexen Kohlenhydrate und die Nahrungsmittel, die, neben den Kohlenhydraten, auch Fett und Eiweiß enthalten, bewirken einen deutlich langsameren und niedrigeren Blutzuckeranstieg. Der Index beträgt deswegen dort nur rund „40 bis 60“. Das ist für eine gleich bleibende Leistung, anhaltende Sättigung sowie das Schlankwerden und Schlankbleiben von Vorteil. Empfehlenswerte Kohlenhydrat-träger (niedriger Index) sind vor allem Vollkornprodukte, Hülsenfrüchte und fast alle Gemüsearten, viele Früchte sowie Fruchtzucker und Soja. Gut zu dieser Diät passen zudem fettarme Milchprodukte, Geflügel, Fisch und mageres Fleisch. Nicht zu oft gegessen werden sollten Weißmehlprodukte, Cornflakes, Trauben- und Haushaltszucker, Honig, Marmelade und stark zuckerreiche Früchte wie Rosinen und Ananas. Kaffee und reichlich Alkohol sind „tabu“. Der Franzose Michel Montignac hat aus der „G-Index-Diät“ eine Schlemmerdiät entwickelt: Fett- und eiweißreiche Speisen sind darin erlaubt, solange man auf Beilagen wie Weißbrot, geschälten Reis, Nudeln und Kartoffeln verzichtet.

Wellness: Therapien

ICH BIN EINZIGARTIG, ICH BIN SCHÖN

Saturn / Mond

Heilfasten

führt Sie langsam aber sicher zu Ihrem tiefsten inneren Punkt und kann Ihnen zeigen, wie verletzlich, aber auch wie schön und einzigartig Sie sind.

Beschreibung:

Einschränkung der Nahrungsmittelzufuhr, nicht primär zur Gewichtsreduktion, sondern zur Behandlung von Stoffwechselkrankheiten und chronischen Erkrankungen. Sollte nach ärztlicher Rücksprache durchgeführt werden. Es gibt verschiedene Methoden, zum Beispiel Buchinger-Fasten als Heilfasten mit Fruchtsäften, Gemüsebrühe und Tee, auch ergänzt durch Bewegungs-, Physio- und Psychotherapie, Entspannung und Gesundheitsschulung. Theorien über Entgiftung und Entschlackung sind wissenschaftlich nicht belegt. Heilfasten kann auch Gesunden empfohlen werden. Es kann Möglichkeit zur Selbsterfahrung und Impuls für eine umfassende Änderung des Lebensstils und gesundheitsbewusstere Lebensführung sein.

Thermotherapie

gibt Ihnen über die Wärme symbolisch Liebe und Geborgenheit – also das für Sie Wichtigste überhaupt!

Beschreibung:

Ein Heilverfahren, das durch Wärme die Durchblutung fördert und Schmerzen lindert. Die Behandlung kann von außen durch trockene oder feuchte Wärmezufuhr (zum Beispiel Heizkissen, Packungen, Wickel), durch Licht-, Infrarot-, Ultraviolettstrahlung oder auch durch andere Verfahren erfolgen.

ANGRIFF IST DIE BESTE VERTEIDIGUNG

Uranus / Mars

Akupunktur

nutzt Ihre hohe nervale Reaktionsgeschwindigkeit für Heilungsprozesse. Möglicherweise erzielen Sie mit dieser Behandlungsmethode überaus schnell und sicher gute Ergebnisse. Außerdem werden die in der Akupunktur verwendeten Nadeln Ihre Vorliebe für alles Scharfe und Spitze ansprechen.

Beschreibung:

traditionelle chinesische Heiltherapie, bei der Akupunkturpunkte – über dreihundert sind über den ganzen Körper auf den Meridianen (Energiebahnen) verteilt – mit bis zu zwanzig feinen, biegsamen Nadeln stimuliert werden. Ein Einstich kann ein leichtes Ziehen, ein Druckgefühl und selten auch Schmerzen auslösen. Dadurch soll die Lebensenergie, das „Qi“, in den Meridianen wieder zum Fließen gebracht und die „Leere“ beziehungsweise „Überfülle“ in Yin und Yang ausgeglichen werden. So werden Kopfschmerzen, funktionelle und psychosomatische Erkrankungen sowie Schmerzen des Bewegungsapparats beseitigt. Vor dem Einsatz von Akupunktur sollte eine ärztliche Diagnose erfolgen.

WIDER DIE SCHWERKRAFT

Uranus / Stiervenus

Alexandertechnik

garantiert Ihnen ähnlich wie Yoga ein Mindestmaß an Körperwahrnehmung und hilft Ihnen, die Belange Ihres Körpers nicht nur „zu hören“, sondern auch als maßgeblich und wichtig zu akzeptieren.

Beschreibung:

Die von F.M. Alexander entwickelte Technik dient dazu, alltägliche Bewegungen (zum Beispiel das Stehen, Gehen, Sitzen, Liegen) bewusster wahrzunehmen. Dadurch soll eine natürliche Steuerung der Haltung und Bewegung wiedererlangt werden. Bewegungsexperimente, Berührungsimpulse und Übungen zur Körperwahrnehmung zielen darauf ab, dass Stress, Muskelverspannungen und Schmerzen abgebaut und die Körperhaltung, das körperliche Gleichgewicht und die Koordination verbessert werden.

GEHEIMNISSE MUSS MAN WAHREN KÖNNEN

Uranus / Neptun

Aura-Healing

kommt Ihrem metaphysisch ausgerichteten Grundnaturell sehr entgegen. Suchen Sie sich den Behandelnden oder Therapeuten gut aus, Sie selbst wissen mehr als Sie glauben! Aber eigentlich ist das ein unnötiger Ratschlag, denn gerade Sie kann man in solchen Belangen kaum „hinters Licht führen“. Im Gegenteil, vielleicht sagen ja sogar Sie dem Sie so Behandelnden, was ihm oder ihr „fehlt“. Kein Scherz: Probieren Sie es mal aus!

Beschreibung:

Das Energiefeld ist nur dem geschulten Aura-Heiler (Aura-Healer) sichtbar und zeigt sich in Regenbogenfarben. Um die Aura sichtbar zu machen, wird heute vor allem die Kirlian-Photographie eingesetzt. Aura-Veränderungen gelten den Anwendern als Hinweis auf körperliche oder seelische Erkrankungen. Die Therapie „auratischer Defekte“ besteht vor allem in Energieübertragung. Der Aura-Heiler legt seine Hände im Abstand einiger Zentimeter über die "Chakren" (Sanskrit = Wirbel), Energieeintrittsorte, und lässt so kosmische Energie in die Aura einströmen. Eventuell wird auch aurabezogen massiert oder mit Magneten oder Kristallen behandelt. Auch feinstoffliche Heilweisen (zum Beispiel die Bachblütentherapie) sollen Einfluss auf die Aura nehmen. Visualisierungen wie die „Lichtsäule“ sollen Schutz vor äußeren bösen Einflüssen und Krankheitserregern bieten. Als Ursache einer nicht intakten Aura gelten immer Krankheiten.

NICHTS HABEN UND ALLES SEIN

Neptun / Stiervenus

Hydrotherapie

entspricht sehr stark Ihrer körperlichen Affinität zum Element Wasser, dem Sie in auf angenehme Weise immer nah sein möchten.

Beschreibung:

Reize durch Wasseranwendungen – flüssig oder als Dampf –, um den Stoffwechsel und Kreislauf anzuregen, das Immunsystem zu stärken und Schmerzen zu lindern. Durch Waschungen, Abreibungen, ansteigende Teilbäder, wechselwarme Fußbäder, kalte Güsse oder Wassertreten werden milde Reize eingesetzt. Mittelstarke Reize entstehen durch ansteigende Bein-, Sitz- oder Halbbäder, wechselwarme Sitzbäder, kaltes Reibesitzbad, feuchte Dreiviertelpackungen mit mittlerer Liegedauer oder Sauna. Die „große Hydrotherapie“ umfasst Überwärmungsbäder, kalte und heiße Vollblitzgüsse, Dampfbäder und lang anliegende feuchte Dreiviertel- oder Ganzpackungen und bewirkt starke Reize.

Thalassotherapie

unterstützt ebenfalls Ihre Affinität zum Element Wasser, wobei hier besonders das Meerwasser und dessen Salzgehalt im Vordergrund stehen.

Beschreibung:

Das griechische Wort „thalassa“ bedeutet Meer. Thalassotherapie ist also die Behandlung mit den Heilfaktoren des Meeres – Meeresklima, Meerwasser oder Meeresschlick. Es wirken Klimareiz, Meersalz und Spurenelemente (zum Beispiel Jod). Bei Thalassokuren wird zu Beginn ein mit dem Arzt abgestimmter Behandlungsplan festgelegt. Die klassische Thalassotherapie sieht drei bis vier Einzelbehandlungen vor: Algenanwendungen, Wassergymnastik im Meerwasser-Schwimmbaden, Meerwasser-Sprühduschen, Massagen, Unterwasser-Druckstrahlmassagen, Strahlduschen, (Sprudel-)Bäder, Schlickanwendung, Meerwasser-Aerosole (Inhalieren von mit ätherischen Ölen angereichertem Meerwasser-Nebelmischung) und Heilgymnastik. Möglich sind auch Behandlungen in Form von Masken, Packungen, Wickel, Algenkapseln und Trinkampullen.

Trinkkuren

helfen Ihnen, Ihren Körper giftfrei zu halten und unterstützen dessen ausgeprägtes Bedürfnis nach „Spülung“.

Beschreibung:

Regelmäßiges Trinken von natürlichen Heilwässern nach ärztlicher Verordnung soll die Organfunktionen (zum Beispiel Magen, Darm, Galle, Leber, Bauchspeicheldrüse, Niere, Blase und Harnwege) regulieren.

AM ANFANG WAR DAS WORT

Neptun / Zwillingssmerkur

Atemtherapie

Atmen bedeutet Austausch, Austausch bedeutet Fließen, Fließen bedeutet Fühlen. Bewusstes Atmen führt Sie behutsam in die Tiefen Ihrer Gefühle und lässt die Gedanken hinter sich.

Beschreibung:

Bei der Atemtherapie gibt es je nach „Schule“ unterschiedliche Verfahrensweisen mit dem Ziel, die Vorgänge beim Atmen bewusst zu machen und wieder natürlich atmen zu lernen, um Stress abzubauen und zu mehr Gelassenheit und Konzentrationsfähigkeit zu gelangen. Man lernt die Brust-, Bauch- und Zwerchfellatmung und die Schulter- und Flankenatmung zu unterscheiden und gezielt einzusetzen. Teile der Lungen werden besser belüftet, die Durchblutung angeregt, Entspannung, Konzentration und Leistungsfähigkeit gefördert. Im Zentrum stehen meist aktive Übungen zum tiefen und langen Ausatmen; das Einatmen geschieht passiv, als Folge des Ausatmens. In der asiatischen Heilkunde wird die Atmung mit leichten Bewegungsübungen kombiniert, wie bei Qi Gong oder Yoga. Atemtherapie kann auch bei Einschlafstörungen, Rückenschmerzen und Nackenverspannungen helfen.

Tai Chi

kommt Ihrem Bedürfnis nach Bewegung in Harmonie sehr entgegen. Auch die bewusst ausgeübte Langsamkeit der Bewegung ist Ihrem inneren Gleichgewicht sehr zuträglich.

Beschreibung:

Altchinesische Bewegungskunst, auch bekannt als „Schattenboxen“. Sie ist Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und soll Körper und Geist entspannen, Gesundheit und Vitalität erhalten. „Tai“ bedeutet „Körper“. „Chi“ oder „Qi“ steht für die Lebensenergie, die alle Lebensvorgänge leiten soll. Meditative Bewegungen und Elemente der Selbstverteidigung werden nach dem vom Trainer vorgeführten Mustern durchgeführt. Weiche, langsam ausgeführte, fließende, aber auch kraftvolle Bewegungen werden mit der Atmung koordiniert und bewirken inneres Gleichgewicht. Für die Durchführung der Übungen ist hohe Konzentration erforderlich. Ziel ist es, blockierte Energien zu lösen, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen, Aggressionsenergien abzuleiten und Ruhe in sich zu finden. Eine entspannte, gesunde Körperhaltung wird eingeübt. Generell werden die Bewegungen fließender. Nicht nur Muskeln und Gliedmaßen werden trainiert, sondern auch Konzentration und Ausdauer. Herz und Kreislauf werden angeregt, die Atmung wird ruhiger und Stress wird abgebaut.

Qi Gong

kommt Ihrem Bedürfnis nach Bewegung in Harmonie sehr entgegen. Auch die bewusst ausgeübte Langsamkeit der Bewegung ist Ihrem inneren Gleichgewicht sehr zuträglich.

Beschreibung:

unterschiedliche Formen einer Meditations-, Bewegungs- und Atemtechnik aus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Danach wird das „Qi“ (feinstoffliche Energie des Menschen) über Nahrung und Atmung aufgenommen, zirkuliert in Bahnen (Meridianen) durch den Körper und wird – verbraucht – über Stoffwechsel und Atem wieder ausgeschieden. Gezielte Qi-(= Energie)Gong-(= wiederholte Zeit und Arbeit)-Übungen sollen Energie fließen lassen und die Harmonie von Körper und Seele wiederherstellen. In einer Gruppe zeigt der Lehrer den Ablauf verschiedener Bewegungen und Atemvorgänge. Ruhige, zeitlupeähnliche Übungen im Sitzen, Stehen oder in Bewegung werden genau und sehr bewusst ausgeübt. Die Konzentration richtet sich auf die Atmung, bestimmte Körperbereiche oder Organe. Ein- und Ausatmen werden dabei harmonisch mit den Bewegungen koordiniert. Konzentration, Koordinationsfähigkeit, verbessertes Reaktionsvermögen und Flexibilität werden geschult. Qi Gong wird empfohlen zur Entspannung, Erhaltung der Beweglichkeit und zur Rehabilitation.

DAS LEBEN WEISST ÜBER SICH SELBST HINAUS

Neptun / Sonne

Alexandertechnik

hilft Ihnen, wieder „ins Leben zu kommen“ oder „gut im Leben zu bleiben“.

Beschreibung:

Die von F.M. Alexander entwickelte Technik dient dazu, alltägliche Bewegungen (zum Beispiel das Stehen, Gehen, Sitzen, Liegen) bewusster wahrzunehmen. Dadurch soll eine natürliche Steuerung der Haltung und Bewegung wiedererlangt werden. Bewegungsexperimente, Berührungsimpulse und Übungen zur Körperwahrnehmung zielen darauf ab, dass Stress, Muskelverspannungen und

Schmerzen abgebaut und die Körperhaltung, das körperliche Gleichgewicht und die Koordination verbessert werden.

Aquarobic oder Aquagymnastik

lassen Sie intensive „Beziehungen“ zum Element Wasser aufnehmen. Dies ist von großer Bedeutung für Sie, denn „Wasser ist Leben“.

Beschreibung:

sanfte Formen von Konditions- und Kraftübungen. Die Übungen im Wasser schonen Gelenke und Sehnen und sind besonders wirkungsvoll, da die Muskeln gegen den Widerstand des Wassers arbeiten.

DIE WELT IST MAGIE

Neptun / Pluto

Dampfbäder

haben immer etwas „Mystisches und Geheimnisvolles“. Sie gleichen Orten, „an denen die Schamanen Ihr Werk verrichten“. Der Dampf lässt Geist und Seele ein- und abtauchen in eine Welt, die gänzlich anders ist als der Alltag – tief und ein wenig dunkel. Genau dies aber brauchen Sie von Zeit zu Zeit.

Beschreibung:

Wasserdampf-Schwitzbad bei einer Temperatur von 37,5 bis 60 °C. Es wird unterschieden zwischen Teildampfbädern, Volldampfbädern, einem russisch-türkischen, russisch-römischen, einem finnischen und einem irisch-römischen Bad. Bei Teilbädern wird der Dampf auf einzelne Körperpartien gelenkt, beim Kopfbad nur der Kopf bearbeitet und beim Dampfkastenbad lediglich der Kopf ausgespart. Bei Volldampfbädern wird ein ganzer Raum unter Dampf gesetzt. Beim finnischen Bad (Sauna) handelt es sich um trockene Heißluft mit gelegentlichen Dampfstößen in Form von Aufgüssen. Das russisch-türkische Bad besteht aus einem Dampfbad in einem Raum mit Kabinen oder mehreren Etagen. Ein russisch-römisches Bad besteht aus mehreren Räumen mit unterschiedlichen Temperaturen. Beim irisch-römischen Bad wird gewechselt zwischen Heißluft- und Dampfbadräumen unterschiedlicher Temperaturen.

Ölziehen

spricht Ihre Affinität zu Ölen an, vor allem zu schweren, duftenden Ölen.

Beschreibung:

Seinen Ursprung hat das "Ölziehen" im Ayurveda, wo Ölanwendungen wichtiger Bestandteil von Reinigungsprozessen sind. Man nimmt jeden Morgen vor dem Zähneputzen einen Esslöffel helles Speiseöl (zum Beispiel Sonnenblumen- oder Sesamöl) ein und spült das Öl etwa zehn Minuten im Mundraum hin und her, bis das Öl weißlich wird. Das Öl soll dabei auch zwischen den Zähnen hindurch gepresst werden. Danach spuckt man das Öl aus. Anwendungsgebiete sind neben der Mund- und Zahnpflege unter anderem Kopf- oder Zahnschmerzen. Es gibt keine konventionellen wissenschaftlichen Untersuchungen zum „Ölziehen“. Es kann allerdings nicht schaden, Ölziehen auszuprobieren, da Pflanzenöle ein natürlicher Bestandteil der Ernährung sind. Viele Anwender schwören auf die positive Wirkung dieser Methode. Ölspülen in Verbindung mit Zähneputzen reduziert nachweislich (Labortests) auf jeden Fall Keime im Mundraum. Dies könnte unter anderem erklären, warum Menschen, die das Ölziehen praktizieren, weniger anfällig für Erkältungskrankheiten und andere Krankheiten sind. Es erklärt auch, warum sie gesünderes Zahnfleisch und weniger Zahnbelag aufweisen.

MIR ENTGEHT NICHTS

Pluto / Jungfraumerkur

Kneippkuren

erweitern aufgrund der umfassenden Behandlungen Ihre Fähigkeit, die Dinge in ihrer Ganzheitlichkeit zu verstehen. Und dass bei Kneippanwendungen der medizinisch-gesundheitliche Aspekt sehr im Vordergrund steht, dürfte Ihnen gefallen.

Beschreibung:

ganzheitliche Naturheilmethode nach Sebastian Kneipp, die auf den fünf Säulen Wasser, Vollwerternährung, Bewegung, Pflanzenheilkunde und einer natürlichen Lebensordnung (Mäßigkeit und Regelmäßigkeit) basiert. Bekannt sind die wechselnd kalten und warmen Wasseranwendungen, zum Beispiel Teil- und Vollbäder, Güsse, Wassertreten und Wickel, die den Kreislauf und Stoffwechsel anregen. Kneippkuren finden Anwendung bei Herz-Kreislauf-Schwierigkeiten und bei

Erschöpfung. Sie dienen generell zur Abhärtung und Vorbeugung mit dem Ziel der langfristigen Umstellung auf eine Lebensführung im Einklang mit der Natur, aber auch zur Rehabilitation und Linderung von Schmerzen.

Yoga

wird Ihnen aufgrund der vorgegebenen Bewegungsabläufe gefallen. Ebenso sind die langsamen Abläufe und das Gesamtkonzept, das hinter Yoga steht und in das man sich tief einlassen kann, sehr „auf Ihrer Wellenlinie“.

Beschreibung:

indisches Selbsterfahrungssystem mit Verhaltensweisen, Körper- und Atemübungen sowie Meditation. Es geht darum, Körperfunktionen wahrzunehmen, zu beherrschen, den Geist zu befreien, das Bewusstsein zu verändern, zu innerer Versenkung, Konzentration und innerem Frieden zu gelangen. In Europa beschränkt sich Yoga meist auf die Körper- und Atemübungen des „Hatha-Yoga“, die sich vor allem als körperliches Beweglichkeits-, Fitness- und Entspannungstraining eignen. Die verschiedenen Haltungen werden sehr langsam eingenommen und einige Minuten beibehalten. Die Aufmerksamkeit wird auf die körperlichen Empfindungen und die Atmung konzentriert. Die innere Sammlung und Versenkung kann durch die Konzentration auf Sinnesempfindungen, ein Bild (Mandala) oder einen Satz (Mantra), das Hören von Geräuschen oder Körperempfindungen angeleitet werden. Die Übungen können bei Rücken- und Haltungsproblemen hilfreich sein; Muskeln, Bänder und Gelenke werden beweglicher, der Körper wird besser durchblutet und der Kreislauf angeregt. Empfehlenswert ist Yoga als Entspannungstechnik, zur Verbesserung der Atemtätigkeit, vor allem bei Asthma und chronischen Erkrankungen. Yoga sollte kleinschrittig und unter fachkundiger Anleitung erlernt werden. Zur Ausbildung des Berufsverbands Deutscher Yogalehrer (BDY) gehören unter anderem eine Mindestausbildungszeit von 535 Stunden und Unterrichtspraktika.

Wellness: Sporttipps

ICH BIN EINZIGARTIG, ICH BIN SCHÖN

Saturn / Mond

Egal, welche Sportart Sie wählen, Ihr Wohlfühl steht an erster Stelle. Ob Sie joggen, Handball spielen, schwimmen, bergsteigen oder Fallschirm springen ist sekundär. Achten Sie auf den bei Ihnen besonders ernst zu nehmenden "Spaßfaktor". Motto: Nicht, was Sie tun ist wichtig, sondern wie Sie es tun! Als besondere Empfehlung: Schauen Sie sich einmal Wing-Tsun an, eine spezielle fernöstliche Kungfu-Kampfkunstvariante, von einer Frau entwickelt und wahrscheinlich auch daher weniger auf Kraft und Härte, als auf gefühlsmäßige und taktile Aufmerksamkeit und Weichheit ausgerichtet. Da die Methode von Kennern als die vermutlich wirksamste Selbstverteidigung überhaupt angesehen wird, käme die Ausübung auch Ihrem Selbstbewusstsein zugute, wenn Sie einmal körperlich für Ihr Recht oder Ihre Sicherheit eintreten müssten.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, achten Sie besonders auf den Wohlfühl-effekt, weniger auf eine zu erbringende Trainingsleistung. Suchen Sie sich Ihr Sportstudio demgemäß aus oder wechseln Sie es, wenn Sie sich nicht mehr wohl fühlen.

ANGRIFF IST DIE BESTE VERTEIDIGUNG

Uranus / Mars

Jede Sportart, die schnell ist, ist „die Ihre“ (zum Beispiel Eisschnelllauf, Eishockey, Tischtennis, 100-m-Sprint, Fallschirmspringen, Bogenschießen, Autorennen usw.). Aber beachten Sie unbedingt, dass Sie aufgrund einer Anlage zur Richtungslosigkeit und explosionsartigen Entladung Ihrer Bewegungen auch einer erhöhten Unfallgefahr unterliegen! Sie sollten dieses Risiko auf keinen Fall unterschätzen.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: Wadenmuskulatur. Trainieren Sie eher mit leichten Gewichten und mit häufigeren Wiederholungen.

WIDER DIE SCHWERKRAFT

Uranus / Stiervenus

Treiben Sie Sport, der nur in einem weitläufigen oder gar nicht begrenzten „Revier“ möglich ist. Grenzen müssen übertreten werden dürfen! Zum Beispiel sind so genannte Cross-Country-Sportarten für Sie sehr geeignet: Wald- und Hindernisläufe; Mountain-Bike-Touren in entlegenen Gebieten; eine Sahara-Ralley mit Auto oder Motorrad; Nachtreiten; aber auch (für härtere Naturen) Rodeos. Interessant sind für Sie sportliche Aktivitäten, die weniger der Norm und mehr dem Spaß entsprechen.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: Nacken- und Schulterbereich. Vorsicht: bitte keine heftigen, ruckartigen Bewegungen. Eventuell haben Sie im Halswirbelbereich ein Problem, das während des Trainings deutlich wird. Bei Beschwerden während des Trainings sofort den Trainer informieren!

GEHEIMNISSE MUSS MAN WAHREN KÖNNEN

Uranus / Neptun

Turnverein oder „Mucki-Bude“ um die Ecke? Weder noch! Sie brauchen genau das, was andere an Ausschließlichkeit und Vehemenz nicht brauchen: Wasser und Wind. Besser: ganz viel Wasser und ganz viel Wind, zum Beispiel beim Windsurfen und Segeln. Mehr nicht. Sie kreuzen unter dem Motto: „Die Unendlichkeit unter mir, die Unendlichkeit über mir!“ Mit dem Katamaran über die Weltmeere fliegen – wäre das nicht etwas für Sie? Einen Schuss Unkonventionalität können Sie – auch wenn es um Sport geht – gut vertragen. Trauen Sie sich!

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: Waden- und Fußbereich. Achten Sie auf Ihre Hüfte, eventuell sind Sie in diesem Bereich sehr anfällig (auch ohne davon bislang zu wissen).

NICHTS HABEN UND ALLES SEIN

Neptun / Stiervenus

Sie sollten aufgrund Ihrer Affinität zum Wasser Sportarten bevorzugen, die zumindest die Nähe des Wassers brauchen. Im Sommer sind zum Beispiel Strandsportarten geeignet (zum Beispiel Beach-Volleyball). Noch besser wäre allerdings der direkte und ausgiebige Kontakt mit Wasser (zum Beispiel beim Wasserballspiel). Dieses Spiel eignet sich zudem sehr gut für Sie, weil es in einem fest umrissenen „Revier“ gespielt wird. Ihre Neigung, sich innerhalb Ihres Reviers nicht recht abzugrenzen beziehungsweise es nicht nachdrücklich genug zu verteidigen, können Sie hierbei spielerisch erkunden.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: Nacken- und Schulterbereich. Bleiben Sie konsequent, leisten Sie sich keine zu langen Trainingsaussetzer, nehmen Sie Ihren Körper ernst und pflegen Sie ihn!

AM ANFANG WAR DAS WORT

Neptun / Zwillingmerkur

Bewegen Sie sich im oder am Wasser! Vielleicht mutet Sie „rhythmische Wassergymnastik“ etwas „eigentümlich“ an, sie könnte aber eine „erste Wahl“ für Sie sein! Es dreht sich dabei um das Gefühl von Schwerelosigkeit (Unbeschwertheit) beim Bewegen, das Sie so oft wie möglich haben sollten. Das Element Wasser bietet dazu hervorragende Möglichkeiten – bei welcher körperlich-sportlichen Betätigung auch immer. Sie können also auch ganz einfach regelmäßig schwimmen gehen!

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: Schulter- und Armbereich. Vorsicht: Trainingsintensität und -umfang langsam steigern.

DAS LEBEN WEISST ÜBER SICH SELBST HINAUS

Neptun / Sonne

Wählen Sie Sportarten, die Ihr Herz langsam an höhere, gesundheitsfördernde Belastungen heranführt. Zum Beispiel ist ein sanft sich aufbauendes Ausdauertraining wie Fahrradfahren oder Joggen sehr empfehlenswert. Könnte Ihre Herzleistung geschwächt sein? Dann wäre ein Herzcheck beim Arzt vor Beginn sportlicher Betätigung angeraten, die dann, sinnvoll und verantwortungsvoll betrieben, wahre Medizin für Ihr Herz sein könnte. Beachten Sie aber: nie übertreiben!

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, achten Sie beim Training auf ausreichende Aufwärmphasen und strengen Sie sich insgesamt nicht zu sehr an. Sie müssen keine Weltrekorde aufstellen. Ihre Herzleistung sollten Sie beobachten (lassen). Weniger ist oft mehr!

DIE WELT IST MAGIE

Neptun / Pluto

Höhlintauchen. So „unheimlich“, sagenumwoben und schwer praktikabel es auch sein mag – für Sie wäre dies die perfekte Sportart. Wenn Sie Derartiges extrem Anmutendes nicht versuchen können oder wollen, so käme zum Beispiel auch „Rafting“ infrage. Zugegeben – auch dieser Sport ist „nichts für zarte Naturen“, aber Ihr Persönlichkeitsprofil ist nun mal von Tiefe und Wahrhaftigkeit geprägt und verlangt nach Außergewöhnlichem!

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: Gesäßmuskulatur. Achten Sie bei den Übungen darauf, den unteren Rücken nicht zu sehr zu belasten (Verletzungen sind durch Fehlhaltungen möglich). Regelmäßige Saunagänge tun Ihnen nach dem Training gut, aber bleiben Sie maximal zehn Minuten in der Hitze.

MIR ENTGEHT NICHTS

Pluto / Jungfraumerkur

Körperliche Betätigungen, die unter anderem auch Genauigkeit brauchen, sind hervorragend für Sie geeignet. Neben Genauigkeit ist Detailfreude die wichtigste Eigenschaft oder Anforderung, die die gewählte Sportart an Sie stellen sollte – und die Sie an die jeweilige Sportart stellen sollten. Zum Beispiel sind Bogen- oder Kunstschießen in diesem Sinne sehr geeignet. Eine Aufzählung von Sportarten ist jedoch für Sie schwer, da Ihr Persönlichkeitsprofil beim Sporttreiben eben nicht so sehr auf das „Was“ sondern das „Wie“ ausgelegt ist.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: Bauch- und Unterbauch sowie unterer Rücken. Trainieren Sie nicht zu hart und nehmen Sie alles nicht zu genau. Der Spaß darf nicht verloren gehen.

Zeitqualität: Analyse

Die nachfolgend beschriebene Zeitqualität ist gültig von ungefähr Mai 2007 bis Januar 2008. Ausgelöst im Trigon 120° linksherum im Rhythmus 6 Jahre 4 Monate.

DAS LEBEN WEISST ÜBER SICH SELBST HINAUS

Neptun / Sonne

Empfehlung (Lösungsweg)

Lernen Sie, Ihre Gefühle zu zeigen. Dann steht Ihnen die Entwicklung zu einem durch Emotionalität sich auszeichnenden Wesen offen. Alles, was sich dann (im Positiven wie im Negativen) hervorbringt und zeigt, sollten Sie akzeptieren. Die Annahme des eigenen (emotionalen) Wesens ist in Ihrem Fall ein Schlüssel zur Selbstverwirklichung. Ziehen Sie sämtliche verdrängten Eigenarten (damit Potenziale) ans Licht, sowie sich „ihre Spitzen“ zeigen. Und stehen Sie zu Ihren Eigenarten! Lernen Sie, Ihrer eigenen Kreativität zu vertrauen.

„Selbstbewusstsein“ heißt, sich über sich selbst bewusst zu sein – und zwar in Hinblick auf alle Aspekte der Persönlichkeit. Wahres Selbstbewusstsein ergibt sich im Zustand hoher Bewusstheit über das eigene Wesen in seiner Ganzheit. Wenn Sie auf Ihr Inneres blicken, so erkennen Sie möglicherweise einen „matten Stolz“ (und bisweilen auch den eindeutig „falschen Stolz“), der Ihnen eigentlich am und in Ihrem Wesen unangenehm ist. Wenn Sie diesen Stolz betrachten, so prüfen Sie, ob und wie Sie sich von ihm verabschieden können. Wer seinen so gearteten Stolz ziehen lassen kann, erlangt Würde. Dies wird Ihnen das Tor zu höheren Wahrheiten – auch in Bezug auf das Leben als Ganzes – öffnen und ungeahnte Kreativität und Lebenskräfte freisetzen.

Kümmern Sie sich neben allem anderen auch um eine sichere Lebensverankerung (auch materieller Art), denn diese kann in Krisenzeiten für Sie von großer Wichtigkeit sein.

Ernährungstipps

Sie sollten vorzugsweise vegetarisch leben, also Ihren Fleischkonsum – falls nicht bereits geschehen – drastisch senken und langfristig „auf null herunterfahren“. Aber bitte: Verwechseln Sie nicht Zielstrebigkeit auf dem Weg mit Zwang oder Dogmatismus. Fleisch ist für Sie bei dauerhaftem Genuss ein Nahrungsmittel, das Ihr spirituelles Potenzial angreift. Dieses sollten Sie nicht verspielen sondern pflegen!

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Vitamin B1, C, Niacin.

Als individuell passende Diäten kommen für Sie die „Eskimo-Diät“ und die „Scarsdale-Diät“ infrage.

Eskimo-Diät

„Gesundheitshoch aus dem Norden“: Diese typisch nordische Diät sieht auf dem Speiseplan reichlich Seefisch vor, vorzugsweise Lachs, Makrele und Hering mit ihrem hohen Gehalt an mehrfach ungesättigten Omega-3-Fettsäuren. Sie halten Blutgefäße und Fettstoffwechsel gesund. Neben den „fetten Flossentieren“ gehören auch magere eiweißreiche Fische wie Schellfisch, Scholle, Seelachs, Steinbeißer, Rotbarsch etc. zum Speiseplan. Seefisch ist jodreich und damit ein wichtiger „Fitmacher“ für unsere Schilddrüse, die unsere Stoffwechselaktivitäten steuert. Die Fischmahlzeiten werden ergänzt mit Kartoffeln, Reis, Salaten und Gemüse, damit die Ernährung nicht „kopflastig“ an Eiweiß und Fett wird. Morgens gibt es Müsli und Vollkornbrötchen.

Scarsdale-Diät

Die „Scarsdale-Diät“ ist eine reine Eiweiß-Diät. Die Zufuhr von Kohlenhydraten wird drastisch eingeschränkt. Bewertung:

einseitige Ernährung, rascher Gewichtsverlust zu Anfang vor allem durch Wasserverlust, Gefahr des Vitamin-, Ballaststoff- und Mineralstoffmangels. Führt leicht zu erhöhter Cholesterin- und Purinzufuhr. Führt häufig zu Verstopfung, Mundgeruch, Benommenheit und Müdigkeit. Die Empfehlung, viel zu trinken, ist bei dieser Diät lebensnotwendig, damit die Nieren die gebildeten Ketonkörper und Harnsäure ausscheiden können. Besonders Schwangeren, Nieren- und Leberkranken sowie Alkoholikern ist aus medizinischer Sicht von dieser Diät unbedingt abzuraten. Erhöhtes Risiko für Herz- und Gefäßerkrankungen, Gicht und Arteriosklerose.

Wellnesstipps

Alexandertechnik

hilft Ihnen, wieder „ins Leben zu kommen“ oder „gut im Leben zu bleiben“.

Beschreibung:

Die von F.M. Alexander entwickelte Technik dient dazu, alltägliche Bewegungen (zum Beispiel das Stehen, Gehen, Sitzen, Liegen) bewusster wahrzunehmen. Dadurch soll eine natürliche Steuerung der Haltung und Bewegung wiedererlangt werden. Bewegungsexperimente, Berührungsimpulse und Übungen zur Körperwahrnehmung zielen darauf ab, dass Stress, Muskelverspannungen und Schmerzen abgebaut und die Körperhaltung, das körperliche Gleichgewicht und die Koordination verbessert werden.

Aquarobic oder Aquagymnastik

lassen Sie intensive „Beziehungen“ zum Element Wasser aufnehmen. Dies ist von großer Bedeutung für Sie, denn „Wasser ist Leben“.

Beschreibung:

sanfte Formen von Konditions- und Kraftübungen. Die Übungen im Wasser schonen Gelenke und Sehnen und sind besonders wirkungsvoll, da die Muskeln gegen den Widerstand des Wassers arbeiten.

Empfehlung zu Sportarten

Wählen Sie Sportarten, die Ihr Herz langsam an höhere, gesundheitsfördernde Belastungen heranführt. Zum Beispiel ist ein sanft sich aufbauendes Ausdauertraining wie Fahrradfahren oder Joggen sehr empfehlenswert. Könnte Ihre Herzleistung geschwächt sein? Dann wäre ein Herzcheck beim Arzt vor Beginn sportlicher Betätigung angeraten, die dann, sinnvoll und verantwortungsvoll betrieben, wahre Medizin für Ihr Herz sein könnte. Beachten Sie aber: nie übertreiben!

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, achten Sie beim Training auf ausreichende Aufwärmphasen und strengen Sie sich insgesamt nicht zu sehr an. Sie müssen keine Weltrekorde aufstellen. Ihre Herzleistung sollten Sie beobachten (lassen). Weniger ist oft mehr!

Medizinische Symptome

Neptun / Sonne

Symptome:

Bluterkrankungen, Gefahr des Medikamentenmissbrauchs in jeder Richtung, in der Regel empfänglich für Homöopathika - im besonderen für Hoch- oder LM-Potenzen, Keimdrüsenstörungen, Krebsdisposition (Neigung zu mangelhafter Ich-Entwicklung), manchmal erhöhte Möglichkeit von Zwillingsgeburt, manchmal Parkinson Krankheit, Morbus Cushing, Nebennierenrindenüberfunktion, oft nur schwache Herzleistung, oft schnelle Erschöpfbarkeit, psychotische Anlage, sehr selten Bandscheibenvorfall, Sehschwäche eher links, Sehschwankungen in Stärke und Schärfe, unterentwickelte Brust

Ursachen:

Konkurrenzsituation gegenüber einem Familienmitglied, das über ähnliche Fähigkeiten wie man selbst verfügt. Emotional geht man bei Begegnungen diesem Menschen gegenüber „in Deckung“. Lebensgefühl: „Ich bin schwach, ich bin ein Spätentwickler.“

Lösungen:

Lernen, Gefühle zu zeigen und sie (als positive und negative) als die eigenen zu akzeptieren. Sämtliche verdrängten Eigenarten und Potenziale ans Licht bringen und zu ihnen stehen. Der eigenen Kreativität vertrauen lernen.

Bachblüten

Pine

Erfahrungsbild: Spätentwickler-Syndrom; passiv leidend; latente Unterlegenheitsgefühle. Lösung: beharrliches Entwickeln und Erfüllen eigener Bedürfnisse. Heraustreten aus dem Schatten anderer. Eigenes und fremdes Leid konkret benennen. Gesundes Selbstbewusstsein aufbauen.

Homöopathika

Homöopathika

1. China

2. Aurum
3. Carcinosinum
4. Natrium-chloratum
5. Natrium-phosphoricum
6. Staphisagria

Darstellung

Das höhere Selbst, Selbstverhinderung, nicht gelebte Eigenart, hohe ethische Ziele, Unterwerfung/ Konkurrenz unter einen seelischen/ geistigen „Doppelgänger“, ungenutzte Talente, Verdrängung des Lebendigen/ Subjektiven, Mitleid, Selbstlosigkeit.

Repertorisation

- SR 833 zurückhaltend, reserviert
- SR 859 Verlangen, sich zurückzuziehen
- SR 1096 Verlangen, sich zurückzuziehen aus der Wirklichkeit
- SR 1051 kein Wille, etwas zu unternehmen
- SR 827 Flucht vor der Wirklichkeit
- SR 159 Mangel an Selbstvertrauen
- SR 896 Selbstlosigkeit, Altruismus
- SR 441 Neid auf die Eigenschaften anderer
- SR 675 Eifersucht unter Kindern
- SR 909 unterwürfig, servil
- SR 371 Wahnidee/ Vorstellung: er/ sie sei ungeeignet für diese Welt
- SR 331 fühlt sich gehindert
- SR 985 Mitgefühl
- SR 548 verbrüdet mit der Welt
- SR 793 Gefühl des „himmlischen Friedens“
- SR 141 Hellsehen

Anhang: Namensanalyse

Name: Madonna Louise Ciccone

Geburtsdatum: 16.08.1958

Datum der Auswertung: 04.09.2007

Kritischer Träumer mit beständigem Körper lebt als verbindliches Gesamtwesen. Man sollte heute behutsam empfinden.

Namens-Ziffern einzeln: 13 1 4 15 14 14 1 0 12 15 21 9 19 5 0 3 9 3 3 15 14 5

Summe aller Namens-Ziffern = 195

..... daraus Quersumme = 15

..... daraus Quersumme = 6

Namenszahl 6 > Kritischer Träumer

Summe aller Datums-Ziffern = 38

..... daraus Quersumme = 11

..... daraus Quersumme = 2

Datumzahl: 2 > mit beständigem Körper

Summe Namens & Datumziffern = 233

..... daraus Quersumme = 8

Gesamtzahl 8 > lebt als verbindliches Gesamtwesen.

Anzahl der Tage seit Geburt: 17916

..... daraus Quersumme = 24

..... daraus Quersumme = 6

Alterszahl 6 > Man sollte heute behutsam empfinden.

Anhang: Biorhythmus (Tabellenform)

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
16.07.2007	-98	43	62	84	23	
17.07.2007	-89	62	46	92	28	
18.07.2007	-73	78	28	97	32	
19.07.2007	-52	90	10	100	37	
20.07.2007	-27	97	-9	100	40	Geist in 0-Linie.
21.07.2007	0	100	-28	97	42	Körper in 0-Linie.
22.07.2007	27	98	-46	92	43	
23.07.2007	52	90	-62	84	41	
24.07.2007	73	78	-76	74	37	
25.07.2007	89	62	-87	61	31	
26.07.2007	98	43	-94	48	24	
27.07.2007	100	22	-99	33	14	
28.07.2007	94	0	-100	17	3	Seele in 0-Linie.
29.07.2007	82	-22	-97	0	-9	
30.07.2007	63	-43	-91	-16	-22	Ideel in 0-Linie.
31.07.2007	40	-62	-81	-32	-34	
01.08.2007	14	-78	-69	-48	-45	Körper in 0-Linie.
02.08.2007	-14	-90	-54	-61	-55	
03.08.2007	-40	-97	-37	-74	-62	
04.08.2007	-63	-100	-19	-84	-66	
05.08.2007	-82	-98	0	-92	-68	Geist in 0-Linie.
06.08.2007	-94	-90	19	-97	-66	
07.08.2007	-100	-78	37	-100	-60	
08.08.2007	-98	-62	54	-100	-52	
09.08.2007	-89	-43	69	-97	-40	
10.08.2007	-73	-22	81	-92	-26	
11.08.2007	-52	0	91	-84	-11	Seele in 0-Linie.
12.08.2007	-27	22	97	-74	4	
13.08.2007	0	43	100	-61	20	Körper in 0-Linie.
14.08.2007	27	62	99	-48	35	
15.08.2007	52	78	95	-33	48	
16.08.2007	73	90	87	-17	58	
17.08.2007	89	97	76	0	66	Ideel in 0-Linie.
18.08.2007	98	100	62	16	69	
19.08.2007	100	98	46	32	69	
20.08.2007	94	90	28	48	65	
21.08.2007	82	78	10	61	58	
22.08.2007	63	62	-9	74	48	Geist in 0-Linie.
23.08.2007	40	43	-28	84	35	
24.08.2007	14	22	-46	92	20	Körper in 0-Linie.
25.08.2007	-14	0	-62	97	5	Seele in 0-Linie.
26.08.2007	-40	-22	-76	100	-10	
27.08.2007	-63	-43	-87	100	-23	
28.08.2007	-82	-62	-94	97	-35	
29.08.2007	-94	-78	-99	92	-45	
30.08.2007	-100	-90	-100	84	-52	
31.08.2007	-98	-97	-97	74	-54	
01.09.2007	-89	-100	-91	61	-55	
02.09.2007	-73	-98	-81	48	-51	
03.09.2007	-52	-90	-69	33	-44	
04.09.2007	-27	-78	-54	17	-36	
05.09.2007	0	-62	-37	0	-25	Körper in 0-Linie.

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
06.09.2007	27	-43	-19	-16	-13	Ideel in 0-Linie.
07.09.2007	52	-22	0	-32	0	Geist in 0-Linie.
08.09.2007	73	0	19	-48	11	Seele in 0-Linie.
09.09.2007	89	22	37	-61	22	
10.09.2007	98	43	54	-74	30	
11.09.2007	100	62	69	-84	37	
12.09.2007	94	78	81	-92	40	
13.09.2007	82	90	91	-97	42	
14.09.2007	63	97	97	-100	39	
15.09.2007	40	100	100	-100	35	
16.09.2007	14	98	99	-97	28	Körper in 0-Linie.
17.09.2007	-14	90	95	-92	20	
18.09.2007	-40	78	87	-84	10	
19.09.2007	-63	62	76	-74	0	
20.09.2007	-82	43	62	-61	-10	
21.09.2007	-94	22	46	-48	-18	
22.09.2007	-100	0	28	-33	-26	Seele in 0-Linie.
23.09.2007	-98	-22	10	-17	-32	
24.09.2007	-89	-43	-9	0	-35	Ideel in 0-Linie.
25.09.2007	-73	-62	-28	16	-37	
26.09.2007	-52	-78	-46	32	-36	
27.09.2007	-27	-90	-62	48	-33	
28.09.2007	0	-97	-76	61	-28	Körper in 0-Linie.
29.09.2007	27	-100	-87	74	-22	
30.09.2007	52	-98	-94	84	-14	
01.10.2007	73	-90	-99	92	-6	
02.10.2007	89	-78	-100	97	2	
03.10.2007	98	-62	-97	100	10	
04.10.2007	100	-43	-91	100	16	
05.10.2007	94	-22	-81	97	22	
06.10.2007	82	0	-69	92	26	Seele in 0-Linie.
07.10.2007	63	22	-54	84	29	
08.10.2007	40	43	-37	74	30	
09.10.2007	14	62	-19	61	30	Körper in 0-Linie.
10.10.2007	-14	78	0	48	28	Geist in 0-Linie.
11.10.2007	-40	90	19	33	26	
12.10.2007	-63	97	37	17	22	
13.10.2007	-82	100	54	0	18	
14.10.2007	-94	98	69	-16	14	Ideel in 0-Linie.
15.10.2007	-100	90	81	-32	10	
16.10.2007	-98	78	91	-48	6	
17.10.2007	-89	62	97	-61	2	
18.10.2007	-73	43	100	-74	-1	
19.10.2007	-52	22	99	-84	-4	
20.10.2007	-27	0	95	-92	-6	Seele in 0-Linie.
21.10.2007	0	-22	87	-97	-8	Körper in 0-Linie.
22.10.2007	27	-43	76	-100	-10	
23.10.2007	52	-62	62	-100	-12	
24.10.2007	73	-78	46	-97	-14	
25.10.2007	89	-90	28	-92	-16	
26.10.2007	98	-97	10	-84	-18	
27.10.2007	100	-100	-9	-74	-21	Geist in 0-Linie.
28.10.2007	94	-98	-28	-61	-23	
29.10.2007	82	-90	-46	-48	-26	
30.10.2007	63	-78	-62	-33	-28	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
31.10.2007	40	-62	-76	-17	-29	
01.11.2007	14	-43	-87	0	-29	Ideel in 0-Linie.
02.11.2007	-14	-22	-94	16	-28	
03.11.2007	-40	0	-99	32	-27	Seele in 0-Linie.
04.11.2007	-63	22	-100	48	-23	
05.11.2007	-82	43	-97	61	-19	
06.11.2007	-94	62	-91	74	-12	
07.11.2007	-100	78	-81	84	-5	
08.11.2007	-98	90	-69	92	4	
09.11.2007	-89	97	-54	97	13	
10.11.2007	-73	100	-37	100	22	
11.11.2007	-52	98	-19	100	32	
12.11.2007	-27	90	0	97	40	Geist in 0-Linie.
13.11.2007	0	78	19	92	47	Körper in 0-Linie.
14.11.2007	27	62	37	84	52	
15.11.2007	52	43	54	74	56	
16.11.2007	73	22	69	61	56	
17.11.2007	89	0	81	48	54	Seele in 0-Linie.
18.11.2007	98	-22	91	33	50	
19.11.2007	100	-43	97	17	43	
20.11.2007	94	-62	100	0	33	
21.11.2007	82	-78	99	-16	22	Ideel in 0-Linie.
22.11.2007	63	-90	95	-32	9	
23.11.2007	40	-97	87	-48	-4	
24.11.2007	14	-100	76	-61	-18	Körper in 0-Linie.
25.11.2007	-14	-98	62	-74	-31	
26.11.2007	-40	-90	46	-84	-42	
27.11.2007	-63	-78	28	-92	-51	
28.11.2007	-82	-62	10	-97	-58	
29.11.2007	-94	-43	-9	-100	-62	Geist in 0-Linie.
30.11.2007	-100	-22	-28	-100	-62	
01.12.2007	-98	0	-46	-97	-60	Seele in 0-Linie.
02.12.2007	-89	22	-62	-92	-55	
03.12.2007	-73	43	-76	-84	-48	
04.12.2007	-52	62	-87	-74	-38	
05.12.2007	-27	78	-94	-61	-26	
06.12.2007	0	90	-99	-48	-14	Körper in 0-Linie.
07.12.2007	27	97	-100	-33	-2	
08.12.2007	52	100	-97	-17	10	
09.12.2007	73	98	-91	0	20	Ideel in 0-Linie.
10.12.2007	89	90	-81	16	28	
11.12.2007	98	78	-69	32	35	
12.12.2007	100	62	-54	48	39	
13.12.2007	94	43	-37	61	40	
14.12.2007	82	22	-19	74	40	
15.12.2007	63	0	0	84	37	Vorsicht! Seelen- und Geistkurven in 0-Linie!
16.12.2007	40	-22	19	92	32	
17.12.2007	14	-43	37	97	26	Körper in 0-Linie.
18.12.2007	-14	-62	54	100	20	
19.12.2007	-40	-78	69	100	13	
20.12.2007	-63	-90	81	97	6	
21.12.2007	-82	-97	91	92	1	
22.12.2007	-94	-100	97	84	-3	
23.12.2007	-100	-98	100	74	-6	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
24.12.2007	-98	-90	99	61	-7	
25.12.2007	-89	-78	95	48	-6	
26.12.2007	-73	-62	87	33	-4	
27.12.2007	-52	-43	76	17	0	
28.12.2007	-27	-22	62	0	3	
29.12.2007	0	0	46	-16	8	Vorsicht! Körper- und Seelenkurven in 0-Linie!
30.12.2007	27	22	28	-32	11	
31.12.2007	52	43	10	-48	14	
01.01.2008	73	62	-9	-61	16	Geist in 0-Linie.
02.01.2008	89	78	-28	-74	16	
03.01.2008	98	90	-46	-84	14	
04.01.2008	100	97	-62	-92	11	
05.01.2008	94	100	-76	-97	5	
06.01.2008	82	98	-87	-100	-2	
07.01.2008	63	90	-94	-100	-10	
08.01.2008	40	78	-99	-97	-20	
09.01.2008	14	62	-100	-92	-29	Körper in 0-Linie.
10.01.2008	-14	43	-97	-84	-38	
11.01.2008	-40	22	-91	-74	-46	
12.01.2008	-63	0	-81	-61	-51	Seele in 0-Linie.
13.01.2008	-82	-22	-69	-48	-55	
14.01.2008	-94	-43	-54	-33	-56	
15.01.2008	-100	-62	-37	-17	-54	
16.01.2008	-98	-78	-19	0	-49	Ideel in 0-Linie.
17.01.2008	-89	-90	0	16	-41	Geist in 0-Linie.
18.01.2008	-73	-97	19	32	-30	
19.01.2008	-52	-100	37	48	-17	
20.01.2008	-27	-98	54	61	-2	
21.01.2008	0	-90	69	74	13	Körper in 0-Linie.
22.01.2008	27	-78	81	84	28	
23.01.2008	52	-62	91	92	43	
24.01.2008	73	-43	97	97	56	
25.01.2008	89	-22	100	100	67	
26.01.2008	98	0	99	100	74	Seele in 0-Linie.
27.01.2008	100	22	95	97	78	
28.01.2008	94	43	87	92	79	
29.01.2008	82	62	76	84	76	
30.01.2008	63	78	62	74	69	
31.01.2008	40	90	46	61	59	
01.02.2008	14	97	28	48	47	Körper in 0-Linie.
02.02.2008	-14	100	10	33	32	
03.02.2008	-40	98	-9	17	16	Geist in 0-Linie.
04.02.2008	-63	90	-28	0	0	
05.02.2008	-82	78	-46	-16	-16	Ideel in 0-Linie.
06.02.2008	-94	62	-62	-32	-32	
07.02.2008	-100	43	-76	-48	-45	
08.02.2008	-98	22	-87	-61	-56	
09.02.2008	-89	0	-94	-74	-64	Seele in 0-Linie.
10.02.2008	-73	-22	-99	-84	-70	
11.02.2008	-52	-43	-100	-92	-72	
12.02.2008	-27	-62	-97	-97	-71	
13.02.2008	0	-78	-91	-100	-67	Körper in 0-Linie.
14.02.2008	27	-90	-81	-100	-61	
15.02.2008	52	-97	-69	-97	-53	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
16.02.2008	73	-100	-54	-92	-43	
17.02.2008	89	-98	-37	-84	-32	
18.02.2008	98	-90	-19	-74	-21	
19.02.2008	100	-78	0	-61	-10	Geist in 0-Linie.
20.02.2008	94	-62	19	-48	1	
21.02.2008	82	-43	37	-33	11	
22.02.2008	63	-22	54	-17	20	
23.02.2008	40	0	69	0	27	Ideel in 0-Linie.
24.02.2008	14	22	81	16	33	Körper in 0-Linie.
25.02.2008	-14	43	91	32	38	
26.02.2008	-40	62	97	48	42	
27.02.2008	-63	78	100	61	44	
28.02.2008	-82	90	99	74	45	
29.02.2008	-94	97	95	84	46	
01.03.2008	-100	100	87	92	45	
02.03.2008	-98	98	76	97	43	
03.03.2008	-89	90	62	100	41	
04.03.2008	-73	78	46	100	38	
05.03.2008	-52	62	28	97	34	
06.03.2008	-27	43	10	92	30	
07.03.2008	0	22	-9	84	24	Vorsicht! Körper- und Geistkurven in 0-Linie!
08.03.2008	27	0	-28	74	18	Seele in 0-Linie.
09.03.2008	52	-22	-46	61	11	
10.03.2008	73	-43	-62	48	4	
11.03.2008	89	-62	-76	33	-4	
12.03.2008	98	-78	-87	17	-12	
13.03.2008	100	-90	-94	0	-21	
14.03.2008	94	-97	-99	-16	-30	Ideel in 0-Linie.
15.03.2008	82	-100	-100	-32	-38	
16.03.2008	63	-98	-97	-48	-45	
17.03.2008	40	-90	-91	-61	-50	
18.03.2008	14	-78	-81	-74	-55	Körper in 0-Linie.
19.03.2008	-14	-62	-69	-84	-57	
20.03.2008	-40	-43	-54	-92	-57	
21.03.2008	-63	-22	-37	-97	-55	
22.03.2008	-82	0	-19	-100	-50	Seele in 0-Linie.
23.03.2008	-94	22	0	-100	-43	Geist in 0-Linie.
24.03.2008	-100	43	19	-97	-34	
25.03.2008	-98	62	37	-92	-23	
26.03.2008	-89	78	54	-84	-10	
27.03.2008	-73	90	69	-74	3	
28.03.2008	-52	97	81	-61	16	
29.03.2008	-27	100	91	-48	29	
30.03.2008	0	98	97	-33	40	Körper in 0-Linie.
31.03.2008	27	90	100	-17	50	
01.04.2008	52	78	99	0	57	Ideel in 0-Linie.
02.04.2008	73	62	95	16	62	
03.04.2008	89	43	87	32	63	
04.04.2008	98	22	76	48	61	
05.04.2008	100	0	62	61	56	Seele in 0-Linie.
06.04.2008	94	-22	46	74	48	
07.04.2008	82	-43	28	84	38	
08.04.2008	63	-62	10	92	26	
09.04.2008	40	-78	-9	97	12	Geist in 0-Linie.

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
10.04.2008	14	-90	-28	100	-1	Körper in 0-Linie.
11.04.2008	-14	-97	-46	100	-14	
12.04.2008	-40	-100	-62	97	-26	
13.04.2008	-63	-98	-76	92	-36	
14.04.2008	-82	-90	-87	84	-44	
15.04.2008	-94	-78	-94	74	-48	
16.04.2008	-100	-62	-99	61	-50	
17.04.2008	-98	-43	-100	48	-48	
18.04.2008	-89	-22	-97	33	-44	
19.04.2008	-73	0	-91	17	-37	Seele in 0-Linie.
20.04.2008	-52	22	-81	0	-28	
21.04.2008	-27	43	-69	-16	-17	Ideel in 0-Linie.
22.04.2008	0	62	-54	-32	-6	Körper in 0-Linie.
23.04.2008	27	78	-37	-48	5	
24.04.2008	52	90	-19	-61	16	
25.04.2008	73	97	0	-74	24	Geist in 0-Linie.
26.04.2008	89	100	19	-84	31	
27.04.2008	98	98	37	-92	35	
28.04.2008	100	90	54	-97	37	
29.04.2008	94	78	69	-100	35	
30.04.2008	82	62	81	-100	31	
01.05.2008	63	43	91	-97	25	
02.05.2008	40	22	97	-92	17	
03.05.2008	14	0	100	-84	8	Vorsicht! Körper- und Seelenkurven in 0-Linie!
04.05.2008	-14	-22	99	-74	-3	
05.05.2008	-40	-43	95	-61	-12	
06.05.2008	-63	-62	87	-48	-22	
07.05.2008	-82	-78	76	-33	-29	
08.05.2008	-94	-90	62	-17	-35	
09.05.2008	-100	-97	46	0	-38	Ideel in 0-Linie.
10.05.2008	-98	-100	28	16	-38	
11.05.2008	-89	-98	10	32	-36	
12.05.2008	-73	-90	-9	48	-31	Geist in 0-Linie.
13.05.2008	-52	-78	-28	61	-24	
14.05.2008	-27	-62	-46	74	-15	
15.05.2008	0	-43	-62	84	-5	Körper in 0-Linie.
16.05.2008	27	-22	-76	92	5	
17.05.2008	52	0	-87	97	16	Seele in 0-Linie.
18.05.2008	73	22	-94	100	25	
19.05.2008	89	43	-99	100	33	
20.05.2008	98	62	-100	97	39	
21.05.2008	100	78	-97	92	43	
22.05.2008	94	90	-91	84	44	
23.05.2008	82	97	-81	74	43	
24.05.2008	63	100	-69	61	39	
25.05.2008	40	98	-54	48	33	
26.05.2008	14	90	-37	33	25	Körper in 0-Linie.
27.05.2008	-14	78	-19	17	16	
28.05.2008	-40	62	0	0	6	Geist in 0-Linie.
29.05.2008	-63	43	19	-16	-4	Ideel in 0-Linie.
30.05.2008	-82	22	37	-32	-14	
31.05.2008	-94	0	54	-48	-22	Seele in 0-Linie.
01.06.2008	-100	-22	69	-61	-28	
02.06.2008	-98	-43	81	-74	-34	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
03.06.2008	-89	-62	91	-84	-36	
04.06.2008	-73	-78	97	-92	-36	
05.06.2008	-52	-90	100	-97	-35	
06.06.2008	-27	-97	99	-100	-31	
07.06.2008	0	-100	95	-100	-26	Körper in 0-Linie.
08.06.2008	27	-98	87	-97	-20	
09.06.2008	52	-90	76	-92	-14	
10.06.2008	73	-78	62	-84	-7	
11.06.2008	89	-62	46	-74	0	
12.06.2008	98	-43	28	-61	6	
13.06.2008	100	-22	10	-48	10	
14.06.2008	94	0	-9	-33	13	Vorsicht! Seelen- und Geistkurven in 0-Linie!
15.06.2008	82	22	-28	-17	15	
16.06.2008	63	43	-46	0	15	Ideel in 0-Linie.
17.06.2008	40	62	-62	16	14	
18.06.2008	14	78	-76	32	12	Körper in 0-Linie.
19.06.2008	-14	90	-87	48	9	
20.06.2008	-40	97	-94	61	6	
21.06.2008	-63	100	-99	74	3	
22.06.2008	-82	98	-100	84	0	
23.06.2008	-94	90	-97	92	-2	
24.06.2008	-100	78	-91	97	-4	
25.06.2008	-98	62	-81	100	-4	
26.06.2008	-89	43	-69	100	-4	
27.06.2008	-73	22	-54	97	-2	
28.06.2008	-52	0	-37	92	1	Seele in 0-Linie.
29.06.2008	-27	-22	-19	84	4	
30.06.2008	0	-43	0	74	8	Vorsicht! Körper- und Geistkurven in 0-Linie!
01.07.2008	27	-62	19	61	11	
02.07.2008	52	-78	37	48	15	
03.07.2008	73	-90	54	33	18	
04.07.2008	89	-97	69	17	20	
05.07.2008	98	-100	81	0	20	
06.07.2008	100	-98	91	-16	19	Ideel in 0-Linie.
07.07.2008	94	-90	97	-32	17	
08.07.2008	82	-78	100	-48	14	
09.07.2008	63	-62	99	-61	10	
10.07.2008	40	-43	95	-74	4	
11.07.2008	14	-22	87	-84	-1	Körper in 0-Linie.
12.07.2008	-14	0	76	-92	-8	Seele in 0-Linie.
13.07.2008	-40	22	62	-97	-13	
14.07.2008	-63	43	46	-100	-18	
15.07.2008	-82	62	28	-100	-23	
16.07.2008	-94	78	10	-97	-26	
17.07.2008	-100	90	-9	-92	-28	Geist in 0-Linie.
18.07.2008	-98	97	-28	-84	-28	
19.07.2008	-89	100	-46	-74	-27	
20.07.2008	-73	98	-62	-61	-24	
21.07.2008	-52	90	-76	-48	-22	
22.07.2008	-27	78	-87	-33	-17	
23.07.2008	0	62	-94	-17	-12	Körper in 0-Linie.
24.07.2008	27	43	-99	0	-7	Ideel in 0-Linie.
25.07.2008	52	22	-100	16	-2	
26.07.2008	73	0	-97	32	2	Seele in 0-Linie.

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
27.07.2008	89	-22	-91	48	6	
28.07.2008	98	-43	-81	61	9	
29.07.2008	100	-62	-69	74	11	
30.07.2008	94	-78	-54	84	12	
31.07.2008	82	-90	-37	92	12	
01.08.2008	63	-97	-19	97	11	
02.08.2008	40	-100	0	100	10	Geist in 0-Linie.
03.08.2008	14	-98	19	100	9	Körper in 0-Linie.
04.08.2008	-14	-90	37	97	8	
05.08.2008	-40	-78	54	92	7	
06.08.2008	-63	-62	69	84	7	
07.08.2008	-82	-43	81	74	8	
08.08.2008	-94	-22	91	61	9	
09.08.2008	-100	0	97	48	11	Seele in 0-Linie.
10.08.2008	-98	22	100	33	14	
11.08.2008	-89	43	99	17	18	
12.08.2008	-73	62	95	0	21	
13.08.2008	-52	78	87	-16	24	Ideel in 0-Linie.
14.08.2008	-27	90	76	-32	27	
15.08.2008	0	97	62	-48	28	Körper in 0-Linie.
16.08.2008	27	100	46	-61	28	
17.08.2008	52	98	28	-74	26	
18.08.2008	73	90	10	-84	22	
19.08.2008	89	78	-9	-92	16	Geist in 0-Linie.
20.08.2008	98	62	-28	-97	9	
21.08.2008	100	43	-46	-100	-1	
22.08.2008	94	22	-62	-100	-12	
23.08.2008	82	0	-76	-97	-23	Seele in 0-Linie.
24.08.2008	63	-22	-87	-92	-34	
25.08.2008	40	-43	-94	-84	-45	
26.08.2008	14	-62	-99	-74	-55	Körper in 0-Linie.
27.08.2008	-14	-78	-100	-61	-63	
28.08.2008	-40	-90	-97	-48	-69	
29.08.2008	-63	-97	-91	-33	-71	
30.08.2008	-82	-100	-81	-17	-70	
31.08.2008	-94	-98	-69	0	-65	Ideel in 0-Linie.
01.09.2008	-100	-90	-54	16	-57	
02.09.2008	-98	-78	-37	32	-45	
03.09.2008	-89	-62	-19	48	-30	
04.09.2008	-73	-43	0	61	-14	Geist in 0-Linie.
05.09.2008	-52	-22	19	74	5	
06.09.2008	-27	0	37	84	24	Seele in 0-Linie.
07.09.2008	0	22	54	92	42	Körper in 0-Linie.
08.09.2008	27	43	69	97	59	
09.09.2008	52	62	81	100	74	
10.09.2008	73	78	91	100	86	
11.09.2008	89	90	97	97	93	
12.09.2008	98	97	100	92	97	
13.09.2008	100	100	99	84	96	
14.09.2008	94	98	95	74	90	
15.09.2008	82	90	87	61	80	
16.09.2008	63	78	76	48	66	
17.09.2008	40	62	62	33	49	
18.09.2008	14	43	46	17	30	Körper in 0-Linie.
19.09.2008	-14	22	28	0	9	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
20.09.2008	-40	0	10	-16	-12	Ideel in 0-Linie.
21.09.2008	-63	-22	-9	-32	-32	Geist in 0-Linie.
22.09.2008	-82	-43	-28	-48	-50	
23.09.2008	-94	-62	-46	-61	-66	
24.09.2008	-100	-78	-62	-74	-78	
25.09.2008	-98	-90	-76	-84	-87	
26.09.2008	-89	-97	-87	-92	-91	
27.09.2008	-73	-100	-94	-97	-91	
28.09.2008	-52	-98	-99	-100	-87	
29.09.2008	-27	-90	-100	-100	-79	
30.09.2008	0	-78	-97	-97	-68	Körper in 0-Linie.
01.10.2008	27	-62	-91	-92	-54	
02.10.2008	52	-43	-81	-84	-39	
03.10.2008	73	-22	-69	-74	-23	
04.10.2008	89	0	-54	-61	-6	Seele in 0-Linie.
05.10.2008	98	22	-37	-48	9	
06.10.2008	100	43	-19	-33	23	
07.10.2008	94	62	0	-17	35	Geist in 0-Linie.
08.10.2008	82	78	19	0	45	Ideel in 0-Linie.
09.10.2008	63	90	37	16	52	
10.10.2008	40	97	54	32	56	
11.10.2008	14	100	69	48	58	Körper in 0-Linie.
12.10.2008	-14	98	81	61	56	
13.10.2008	-40	90	91	74	54	
14.10.2008	-63	78	97	84	49	
15.10.2008	-82	62	100	92	43	
16.10.2008	-94	43	99	97	36	
17.10.2008	-100	22	95	100	29	
18.10.2008	-98	0	87	100	22	Seele in 0-Linie.
19.10.2008	-89	-22	76	97	16	
20.10.2008	-73	-43	62	92	10	
21.10.2008	-52	-62	46	84	4	
22.10.2008	-27	-78	28	74	-1	
23.10.2008	0	-90	10	61	-5	Körper in 0-Linie.
24.10.2008	27	-97	-9	48	-8	Geist in 0-Linie.
25.10.2008	52	-100	-28	33	-11	
26.10.2008	73	-98	-46	17	-14	
27.10.2008	89	-90	-62	0	-16	
28.10.2008	98	-78	-76	-16	-18	Ideel in 0-Linie.
29.10.2008	100	-62	-87	-32	-20	
30.10.2008	94	-43	-94	-48	-23	
31.10.2008	82	-22	-99	-61	-25	
01.11.2008	63	0	-100	-74	-28	Seele in 0-Linie.
02.11.2008	40	22	-97	-84	-30	
03.11.2008	14	43	-91	-92	-32	Körper in 0-Linie.
04.11.2008	-14	62	-81	-97	-32	
05.11.2008	-40	78	-69	-100	-33	
06.11.2008	-63	90	-54	-100	-32	
07.11.2008	-82	97	-37	-97	-30	
08.11.2008	-94	100	-19	-92	-26	
09.11.2008	-100	98	0	-84	-22	Geist in 0-Linie.
10.11.2008	-98	90	19	-74	-16	
11.11.2008	-89	78	37	-61	-9	
12.11.2008	-73	62	54	-48	-1	
13.11.2008	-52	43	69	-33	7	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
14.11.2008	-27	22	81	-17	15	
15.11.2008	0	0	91	0	23	Vorsicht! Körper- und Seelenkurven in 0-Linie!
16.11.2008	27	-22	97	16	30	
17.11.2008	52	-43	100	32	35	
18.11.2008	73	-62	99	48	40	
19.11.2008	89	-78	95	61	42	
20.11.2008	98	-90	87	74	42	
21.11.2008	100	-97	76	84	41	
22.11.2008	94	-100	62	92	37	
23.11.2008	82	-98	46	97	32	
24.11.2008	63	-90	28	100	25	
25.11.2008	40	-78	10	100	18	
26.11.2008	14	-62	-9	97	10	Vorsicht! Körper- und Geistkurven in 0-Linie!
27.11.2008	-14	-43	-28	92	2	
28.11.2008	-40	-22	-46	84	-6	
29.11.2008	-63	0	-62	74	-13	Seele in 0-Linie.
30.11.2008	-82	22	-76	61	-19	
01.12.2008	-94	43	-87	48	-22	
02.12.2008	-100	62	-94	33	-25	
03.12.2008	-98	78	-99	17	-26	
04.12.2008	-89	90	-100	0	-25	
05.12.2008	-73	97	-97	-16	-22	Ideel in 0-Linie.
06.12.2008	-52	100	-91	-32	-19	
07.12.2008	-27	98	-81	-48	-14	
08.12.2008	0	90	-69	-61	-10	Körper in 0-Linie.
09.12.2008	27	78	-54	-74	-6	
10.12.2008	52	62	-37	-84	-2	
11.12.2008	73	43	-19	-92	1	
12.12.2008	89	22	0	-97	4	Geist in 0-Linie.
13.12.2008	98	0	19	-100	4	Seele in 0-Linie.
14.12.2008	100	-22	37	-100	4	
15.12.2008	94	-43	54	-97	2	
16.12.2008	82	-62	69	-92	-1	
17.12.2008	63	-78	81	-84	-4	
18.12.2008	40	-90	91	-74	-8	
19.12.2008	14	-97	97	-61	-12	Körper in 0-Linie.
20.12.2008	-14	-100	100	-48	-16	
21.12.2008	-40	-98	99	-33	-18	
22.12.2008	-63	-90	95	-17	-19	
23.12.2008	-82	-78	87	0	-18	Ideel in 0-Linie.
24.12.2008	-94	-62	76	16	-16	
25.12.2008	-100	-43	62	32	-12	
26.12.2008	-98	-22	46	48	-6	
27.12.2008	-89	0	28	61	0	Seele in 0-Linie.
28.12.2008	-73	22	10	74	8	
29.12.2008	-52	43	-9	84	16	Geist in 0-Linie.
30.12.2008	-27	62	-28	92	25	
31.12.2008	0	78	-46	97	32	Körper in 0-Linie.
01.01.2009	27	90	-62	100	39	
02.01.2009	52	97	-76	100	43	
03.01.2009	73	100	-87	97	46	
04.01.2009	89	98	-94	92	46	
05.01.2009	98	90	-99	84	43	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
06.01.2009	100	78	-100	74	38	
07.01.2009	94	62	-97	61	30	
08.01.2009	82	43	-91	48	20	
09.01.2009	63	22	-81	33	9	
10.01.2009	40	0	-69	17	-3	Seele in 0-Linie.
11.01.2009	14	-22	-54	0	-16	Körper in 0-Linie.
12.01.2009	-14	-43	-37	-16	-28	Ideel in 0-Linie.
13.01.2009	-40	-62	-19	-32	-38	
14.01.2009	-63	-78	0	-48	-47	Geist in 0-Linie.
15.01.2009	-82	-90	19	-61	-54	
16.01.2009	-94	-97	37	-74	-57	
17.01.2009	-100	-100	54	-84	-58	
18.01.2009	-98	-98	69	-92	-55	
19.01.2009	-89	-90	81	-97	-49	
20.01.2009	-73	-78	91	-100	-40	
21.01.2009	-52	-62	97	-100	-29	
22.01.2009	-27	-43	100	-97	-17	
23.01.2009	0	-22	99	-92	-4	Körper in 0-Linie.
24.01.2009	27	0	95	-84	10	Seele in 0-Linie.
25.01.2009	52	22	87	-74	22	
26.01.2009	73	43	76	-61	33	
27.01.2009	89	62	62	-48	41	
28.01.2009	98	78	46	-33	47	
29.01.2009	100	90	28	-17	50	
30.01.2009	94	97	10	0	50	Ideel in 0-Linie.
31.01.2009	82	100	-9	16	47	Geist in 0-Linie.
01.02.2009	63	98	-28	32	41	
02.02.2009	40	90	-46	48	33	
03.02.2009	14	78	-62	61	23	Körper in 0-Linie.
04.02.2009	-14	62	-76	74	12	
05.02.2009	-40	43	-87	84	0	
06.02.2009	-63	22	-94	92	-11	
07.02.2009	-82	0	-99	97	-21	Seele in 0-Linie.
08.02.2009	-94	-22	-100	100	-29	
09.02.2009	-100	-43	-97	100	-35	
10.02.2009	-98	-62	-91	97	-38	
11.02.2009	-89	-78	-81	92	-39	
12.02.2009	-73	-90	-69	84	-37	
13.02.2009	-52	-97	-54	74	-32	
14.02.2009	-27	-100	-37	61	-26	
15.02.2009	0	-98	-19	48	-17	Körper in 0-Linie.
16.02.2009	27	-90	0	33	-8	Geist in 0-Linie.
17.02.2009	52	-78	19	17	2	
18.02.2009	73	-62	37	0	12	
19.02.2009	89	-43	54	-16	21	Ideel in 0-Linie.
20.02.2009	98	-22	69	-32	28	
21.02.2009	100	0	81	-48	33	Seele in 0-Linie.
22.02.2009	94	22	91	-61	36	
23.02.2009	82	43	97	-74	37	
24.02.2009	63	62	100	-84	35	
25.02.2009	40	78	99	-92	31	
26.02.2009	14	90	95	-97	26	Körper in 0-Linie.
27.02.2009	-14	97	87	-100	18	
28.02.2009	-40	100	76	-100	9	
01.03.2009	-63	98	62	-97	0	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
02.03.2009	-82	90	46	-92	-10	
03.03.2009	-94	78	28	-84	-18	
04.03.2009	-100	62	10	-74	-26	
05.03.2009	-98	43	-9	-61	-31	Geist in 0-Linie.
06.03.2009	-89	22	-28	-48	-36	
07.03.2009	-73	0	-46	-33	-38	Seele in 0-Linie.
08.03.2009	-52	-22	-62	-17	-38	
09.03.2009	-27	-43	-76	0	-36	Ideel in 0-Linie.
10.03.2009	0	-62	-87	16	-33	Körper in 0-Linie.
11.03.2009	27	-78	-94	32	-28	
12.03.2009	52	-90	-99	48	-22	
13.03.2009	73	-97	-100	61	-16	
14.03.2009	89	-100	-97	74	-8	
15.03.2009	98	-98	-91	84	-2	
16.03.2009	100	-90	-82	92	5	
17.03.2009	94	-78	-69	97	11	
18.03.2009	82	-62	-54	100	16	
19.03.2009	63	-43	-37	100	21	
20.03.2009	40	-22	-19	97	24	
21.03.2009	14	0	0	92	26	GEFAHR! Die 3 Hauptkurven sind in 0-Linie!
22.03.2009	-14	22	19	84	28	
23.03.2009	-40	43	37	74	28	
24.03.2009	-63	62	54	61	28	
25.03.2009	-82	78	69	48	28	
26.03.2009	-94	90	81	33	28	
27.03.2009	-100	97	91	17	26	
28.03.2009	-98	100	97	0	25	
29.03.2009	-89	98	100	-16	23	Ideel in 0-Linie.
30.03.2009	-73	90	99	-32	21	
31.03.2009	-52	78	95	-48	18	
01.04.2009	-27	62	87	-61	15	
02.04.2009	0	43	76	-74	11	Körper in 0-Linie.
03.04.2009	27	22	62	-84	7	
04.04.2009	52	0	46	-92	2	Seele in 0-Linie.
05.04.2009	73	-22	28	-97	-4	
06.04.2009	89	-43	10	-100	-11	
07.04.2009	98	-62	-9	-100	-18	Geist in 0-Linie.
08.04.2009	100	-78	-28	-97	-26	
09.04.2009	94	-90	-46	-92	-34	
10.04.2009	82	-97	-62	-84	-40	
11.04.2009	63	-100	-76	-74	-47	
12.04.2009	40	-98	-87	-61	-52	
13.04.2009	14	-90	-94	-48	-54	Körper in 0-Linie.
14.04.2009	-14	-78	-99	-33	-56	
15.04.2009	-40	-62	-100	-17	-55	
16.04.2009	-63	-43	-97	0	-51	Ideel in 0-Linie.
17.04.2009	-82	-22	-91	16	-45	
18.04.2009	-94	0	-82	32	-36	Seele in 0-Linie.
19.04.2009	-100	22	-69	48	-25	
20.04.2009	-98	43	-54	61	-12	
21.04.2009	-89	62	-37	74	2	
22.04.2009	-73	78	-19	84	18	
23.04.2009	-52	90	0	92	32	Geist in 0-Linie.
24.04.2009	-27	97	19	97	46	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
25.04.2009	0	100	37	100	59	Körper in 0-Linie.
26.04.2009	27	98	54	100	70	
27.04.2009	52	90	69	97	77	
28.04.2009	73	78	81	92	81	
29.04.2009	89	62	91	84	82	
30.04.2009	98	43	97	74	78	
01.05.2009	100	22	100	61	71	
02.05.2009	94	0	99	48	60	Seele in 0-Linie.
03.05.2009	82	-22	95	33	47	
04.05.2009	63	-43	87	17	31	
05.05.2009	40	-62	76	0	14	
06.05.2009	14	-78	62	-16	-4	Ideel in 0-Linie.
07.05.2009	-14	-90	46	-32	-22	
08.05.2009	-40	-97	28	-48	-39	
09.05.2009	-63	-100	10	-61	-54	
10.05.2009	-82	-98	-9	-74	-66	Geist in 0-Linie.
11.05.2009	-94	-90	-28	-84	-74	
12.05.2009	-100	-78	-46	-92	-79	
13.05.2009	-98	-62	-62	-97	-80	
14.05.2009	-89	-43	-76	-100	-77	
15.05.2009	-73	-22	-87	-100	-70	
16.05.2009	-52	0	-94	-97	-61	Seele in 0-Linie.
17.05.2009	-27	22	-99	-92	-49	
18.05.2009	0	43	-100	-84	-35	Körper in 0-Linie.
19.05.2009	27	62	-97	-74	-20	
20.05.2009	52	78	-91	-61	-6	
21.05.2009	73	90	-82	-48	8	
22.05.2009	89	97	-69	-33	21	
23.05.2009	98	100	-54	-17	32	
24.05.2009	100	98	-37	0	40	Ideel in 0-Linie.
25.05.2009	94	90	-19	16	45	
26.05.2009	82	78	0	32	48	Geist in 0-Linie.
27.05.2009	63	62	19	48	48	
28.05.2009	40	43	37	61	45	
29.05.2009	14	22	54	74	41	Körper in 0-Linie.
30.05.2009	-14	0	69	84	35	Seele in 0-Linie.
31.05.2009	-40	-22	81	92	28	
01.06.2009	-63	-43	91	97	20	
02.06.2009	-82	-62	97	100	13	
03.06.2009	-94	-78	100	100	7	
04.06.2009	-100	-90	99	97	2	
05.06.2009	-98	-97	95	92	-2	
06.06.2009	-89	-100	87	84	-4	
07.06.2009	-73	-98	76	74	-5	
08.06.2009	-52	-90	62	61	-5	
09.06.2009	-27	-78	46	48	-3	
10.06.2009	0	-62	28	33	0	Körper in 0-Linie.
11.06.2009	27	-43	10	17	3	
12.06.2009	52	-22	-9	0	5	Geist in 0-Linie.
13.06.2009	73	0	-28	-16	7	Ideel in 0-Linie.
14.06.2009	89	22	-46	-32	8	
15.06.2009	98	43	-62	-48	8	

Anhang: Biorhythmus (grafisch)

