



astrovitalis-Analyse

für

Kylie Minogue

Geboren am 28.05.1968, 11:00 Uhr

in Melbourne, Victoria, Australia

astrovitalis-Analyse für Kylie Minogue

Leitfaden	
Leitfaden	3
Einleitung	
Einleitung	5
Astrologie	
Inhalt	8
Erläuterungen	9
Geburtsbild	11
Medizin	
Inhalt	15
Erläuterungen	16
Symptombilder	20
Bachblütenanalyse	27
Homöopathie	30
Psychologie	
Inhalt	42
Erläuterungen	43
Basisprofil	46
Aufgabenprofil	51
Lösungsprofil	60
Stichworte	89
Wellness	
Inhalt	93
Erläuterungen	94
Ernährungstipps	96
Therapien	108
Sporttipps	118
Zeitqualität	
Erläuterungen	126
Analyse	128

Leitfaden

astrovitalis – das ganze leben

Willkommen an Bord.

Wir möchten Sie einladen, Ihre Praxisbereiche unter astrovitalis-Segeln neu auszuloten – oder neue Reviere zu besuchen, die Ihnen bisher nur „am Rande“ interessant für Ihre Beratungstätigkeit schienen.

astrovitalis begreift sich als ein offenes Angebot für Beraterinnen und Berater mit Sinn für weite Horizonte, freies Zusammenspiel und Erfahrungsaustausch. Klar: Software-Werkzeuge haben immer Grenzen. Nicht jedes Schiff ist für jedes Gewässer und nicht jedes Segel für jedes Wetter geeignet. Insofern richtet sich die Software an Nutzerinnen und Nutzer, die nicht nur wissen, woher der Wind weht, sondern auch wie.

Die Zeiten sind vorbei, in denen Ärzte Homöopathen mit Standesdünkel „behandelten“, in denen Psychologen Astrologen in die „Schmuddelecke“ stellten und in denen Mediziner als „überhebliche Wissenschaftsapostel“ an den Pranger gestellt wurden. Man hat erfahren, dass kein Bereich vor Scharlatanerie geschützt ist und dass kein Titel davor bewahrt, in seinem Namen „den größten Unsinn zu verzapfen“ – oder auch gefährliche Praktiken anzupreisen. Und deshalb wendet man sich dem zu, was Menschen wirklich hilft – und damit auch dem, was Menschen „aus dem Herzen und aus der Seele spricht“. Genau dies wollen die astrovitalis-Analysen und -Profile leisten, nicht mehr – aber auch nicht weniger.

Vergewissern Sie sich: Auch in bekannten Gewässern ist es manchmal interessant, einen „Softwarelotsen“ als „Navigationssystem“ an Bord zu nehmen – und sei es auch nur, um zu schauen, wie er es macht. Manchmal zeigen sich Wege, die immer schon da waren – und manchmal führen Perspektiv-Wechsel auch dazu, neue Routen auszuprobieren.

Schauen Sie sich einfach die Ergebnisse einer astrovitalis-Analyse an. Lassen Sie das Ergebnis so auf sich wirken, als begegneten Sie selbst als unvoreingenommener Ratsuchender einem Ratgeber, der Ihnen – ohne dass Sie zunächst wissen, wie er es macht – eine Fülle von Zusammenhängen, Beobachtungen und charakteristischen Konstellationen schildert. Und stellen Sie sich vor, dass Sie diese Schilderungen zu unterschiedlichen Zeiten und in unterschiedlichen Lebenssituationen hören oder lesen.

Wird nun, was Ihnen „aus dem Herzen oder aus der Seele“ spricht, dadurch entwertet, dass Sie manches „nicht betrifft“? Wird das, was Antworten auf Ihre aktuellen Fragen und Probleme gibt, durch Antworten falsch, die Ihnen vielleicht ein paar Jahre zuvor oder erst in ein paar Jahren als treffend erschienen oder erscheinen werden? Wir meinen: Nein.

Was ein astrovitalis-Profil bietet, hängt immer von der konkreten Situation der zu analysierenden und zu beratenden Person ab – und von ihrem aktuellen Anliegen:

1. Dreht es sich in der Beratung gerade um ein konkretes Thema oder ein akutes Problem?
2. Steht ein allgemeines Interesse an der Persönlichkeitsstruktur im Vordergrund und die Frage, wie die zu beratende Person ihr Leben besser gestalten könnte?
3. Sucht die zu beratende Person nach Anregungen und Inspirationen, um in ihrem vorhandenen komplexen Selbstbild den einen oder anderen Aspekt besonders zu entwickeln oder vorhandenes

Wissen zu verfeinern oder gar eine neue Perspektive hinzuzufügen?

Die Software kann nicht wissen, welches aktuelle Thema zur Zeit der Profilerstellung vorrangig bearbeitet werden sollte, denn dies hängt von persönlichen Entscheidungen ab, die bereits getroffen wurden. So bieten auch die Wellness-, Ernährungs- und Sporttipps eines jeweiligen Profils nur eine Auswahl von mit persönlichen Anlagestrukturen und Dispositionen gut vereinbaren Möglichkeiten. Die von astrovitalis gegebenen Tipps zielen darauf, individuelle Potenziale zu entdecken, weiterzuentwickeln und optimal nutzbar zu machen. Für Beraterinnen und Berater bietet die Software damit ein Werkzeug, Lebensformen mit Anlagestrukturen und Basiskonstellationen mit aktuellen Konfigurationen in ein aussagekräftiges Verhältnis zu setzen.

Selbstverständlich weiß eine Software nicht, auf welchem Entwicklungsniveau sich die Person tatsächlich befindet, für die ein Profil erstellt wird. Aber eine Software kann Möglichkeiten und Grenzen, Chancen und Risiken der Lebensgestaltung aufzeigen. Sie kann auf Zeiträume verweisen, in denen bestimmte Themen für die Lebensgestaltung besonders effektiv genutzt werden können. Und sie kann Hinweise darauf geben, was es heißt: mit einer Anlagestruktur in Einklang zu leben.

Die astrovitalis-Software richtet sich an psychologische, medizinische und astrologische Fachleute. Sie zeigt deshalb manchmal auch „ungeschminkt“ die Stellen, die Ratsuchende als vermeintliche Stars ihres Lebensfilms vielleicht nicht so gerne anschauen wollen und die wir alle – als Hauptdarsteller in unserem Lebensdrehbuch – häufig gern verdrängen und gestrichen sehen möchten. Aber um die Essenz der Aussagen scharf hervortreten zu lassen, bedarf es manchmal auch einer kräftigen Handschrift oder einer leichten Überzeichnung.

Die astrovitalis-Analysen bieten ein Kaleidoskop individueller Schicksalswege. Manchmal reicht „ein kleiner Dreh“, um das Leben neu betrachten zu können. Werden dann Aufgaben und Lösungswege beherzigt und der eine oder andere Tipp umgesetzt, so beweist das auch Achtung und Respekt vor Persönlichkeitsanteilen, die bisher ignoriert oder einfach übersehen wurden. Insofern dreht jede astrovitalis-Analyse nicht nur am Kaleidoskop der Lebenssicht – sie dreht auch das Fernrohr um, mit dem sich Hilfe- und Ratsuchende ihre jeweils besondere individuelle Anlage vom Leibe zu halten versuchen. Und schließlich dreht die astrovitalis-Analyse auch schlicht am „Wahrnehmungsobjektiv“: Neue Einstellungen und bisweilen auch der eine oder andere situationsspezifische Filter bieten eine andere Perspektive und vielleicht auch Sicht der Dinge. Unsere Einladung lautet: Auch in der Schönheit von Erfahrungsbildern und Erkenntnisbegriffen liegt Wahrheit. Wenn Sie etwas davon in den astrovitalis-Analysen finden, so würden wir uns freuen.

Mehr über den logischen Aufbau der Analysen und Profile erfahren Sie aus der allgemeinen Profileinleitung. Diese richtet sich an Leserinnen und Leser der Profiltexpte, potenziell also auch an die Menschen, die bei Ihnen Rat suchen. Sollte es für Ihre Arbeit sinnvoll sein, Passagen der Profile zu verwenden und an Ratsuchende weiterzureichen, so können Sie auch bei der „Einleitung“ – wie bei allen anderen Profiltexpte – entscheiden, ob sie Bestandteil des Ausdrucks werden soll. Mehr zur Anlage der Analysen, der Zusammenstellung der Profile und zur Handhabung der Software erfahren Sie in den ausführlichen Hilfetexten.

Nun wünschen wir Ihnen eine abwechslungsreiche und interessante „Sehreise“ unter blinzelnden und zwinkernden Sternen.

Ihr astrovitalis-team

Einleitung

Mit astrovitalis fit für das ganze Leben.

astrovitalis ist ein Name für Wellness, die fit macht für das ganze Leben.

Das Zusammenspiel von Astrologie, Medizin, Psychologie und schlicht Wellnesserfahrung kann Standpunkte verändern – und manchmal auch Lebenseinstellungen und Beratungspositionen.

Kennen Sie das Gefühl, in einer Flaute zu dümpeln? Sicher: Manchmal muss man sich auch mit Stillstand abfinden. Aber zum Wohlfühlen gehört letztlich doch Bewegung. In Situationen des Stillstands (und auch rasender Fortschritt ist manchmal nichts anderes) besteht oft das Gefühl des „Auf-der-Stelle-Tretens“: Man rennt auf Deck seines Lebensschiffes hin und her – und dennoch bewegt sich nichts. Wellness ist eigentlich nur ein anderes Wort für die mentale, spirituelle und körperliche Anpassung an Gegebenheiten, die uns erlaubt, das Richtige zu tun, in Freiheit und Schönheit.

Bei Astrowellness geht es um das geeignete Segelsetzen, um das „Fitsein“ in der ursprünglichen Bedeutung des englischen Wortes: „to fit“ / „passen“, denn der Wind wird kommen – früher oder später. Woraus natürlich folgt – gegen manche fragwürdige Meinung – dass Astrologie weder ein Wettermacher noch ein Schiffsbauer noch ein Gezeitenbeeinflusser ist. Sie stellt mit ihren Analysen aber Beobachtungsinstrumente und Instrumente für Standortbestimmungen bereit, die zur Sehnsucht nach Selbstverwirklichung ebenso passen wie zur Bereitschaft zur Selbstentfaltung.

Ihr Nutzen: Selbstentfaltung und Vorbereitung auf neue Aktivitäten.

Astrowellness ist Fitness für das ganze Leben. Und „Anpassung“ im Sinne von Fitness meint positiv: Anerkennung der eigenen Entfaltungsmöglichkeiten im Rahmen all der Bedingungen, die man mit einem alten Wort auch „persönliches Schicksal“ nennen könnte. So liegt der Nutzen des vorliegenden Profils darin, in gegenwärtigen und zukünftigen konkreten Situationen passende Erklärungs- und Handlungsangebote bereitzuhalten.

Keine der Profilkonstellationen beschreibt für sich allein das ganze Leben. Vielmehr geben sie zusammen Markierungen und Orientierungen, die man immer wieder in den Blick nimmt, wenn man versucht, seinen Standort zu bestimmen. Wie die Sterne, nach denen die Seeleute navigieren, sind die Profilkonstellationen immer da. Aber man nimmt sie immer wieder neu in den Blick, vergewissert sich dadurch immer wieder neu seiner Position, seines Kurses und seines Zieles. Welche Profilkonstellation dabei ins Zentrum der Aufmerksamkeit rückt, hängt von vielen Faktoren ab. Manchmal findet solche Standortbestimmung bei Windstille auf ruhiger See statt, manchmal in tobenden Gewässern zwischen den Sandbänken, die das ganze Leben auch ausmachen. Die Seeleute wissen dann: Die Sterne garantieren nicht immer einen bestimmten Ausweg aus dem Labyrinth solcher Untiefen – aber ist es nicht bisweilen schon hilfreich, nicht unterzugehen? Ist nicht der Hinweis auf Vermeidbares nützlich – aber auch der auf vielleicht Unvermeidbares? Und schließlich freuen wir uns doch alle über die Möglichkeit zu einer plötzlichen Wendung, mit der wir „freikommen“ können von all den Illusionen und Meinungen über uns selbst, auf denen wir „festsitzen“ ...

Die Aussagen der astrovitalis-Analysen, die Sie in den folgenden Profiltextrn finden, enthalten keine moralischen oder ideologischen Wertungen. Es wird weder Diäterfindern „nach dem Mund geredet“ noch wird schulmedizinisches Wissen „verteufelt“. Es findet keine Bewertung statt, ob die Triftigkeit von astrologischen Interpretationen größer ist als die von psychotherapeutischen

Individualanamnesen. Vielmehr werden immer wieder Beziehungen und Verbindungen hergestellt, die zeigen, dass viele Beraterinnen und Berater, sei es im medizinischen, psychologischen oder astrologischen Bereich, an einem gemeinsamen Projekt arbeiten: das ganze Leben des Menschen zu verstehen und jeden Einzelnen dabei zu begleiten, sich in Übereinstimmung mit seinen Anlagen und Wünschen und in Entfaltung seiner gesamten Möglichkeiten zu verwirklichen.

Die astrovitalis-Analysen und -Profile sind lösungsorientiert.

Das Kraftpotenzial, aus dem auch Motivationen schöpfen, resultiert aus einer Art „innerer Reibung“. Diese „innere Reibung“ entsteht durch das komplexe Zusammenspiel der Persönlichkeitsanteile, der Triebe und Wünsche und durchaus auch innerer Widersprüche und Unvereinbarkeiten. So entstehen „Reibungsverluste“. Wird inneren Konflikten im Leben kein Ausdruck verschafft, so fühlen sich die Menschen unzufrieden und „gespalten“. Jeder spürt die „innere Reibung“, das „Heißlaufen beim Auf-der-Stelle-Treten“, merkt, dass da etwas auf eine Änderung der Situation hindrängt, oft aber ohne zu wissen, wie diese aussehen könnte. Sehr häufig werden Reibungsverluste „kompensiert“. Doch schnell merkt man, dass es sich um ein Verschieben oder einen Aufschub handelt, nicht aber um eine gute oder gar schöne Lösung. Eine solche Lösung zu finden bedeutet immer, das Leben selbst in die Hand zu nehmen und aktiv den verschiedenen Persönlichkeitsanteilen zur richtigen Zeit ihren richtigen Platz einzuräumen. Anzuerkennen, dass die Dinge ihren Platz haben, ist letztlich eine Voraussetzung für Selbstverwirklichung in Freiheit.

Wie Sie die astrovitalis-Profile lesen und anwenden, hängt letztlich ganz von Ihrem individuellen Interesse ab.

Fachleute und Sachkundige in einzelnen Disziplinen werden sich gegebenenfalls mit Erläuterungstexten zu anderen Bereichen beschäftigen und ansonsten die Aussagen im Kontext eigener Erfahrungen wirken lassen und prüfen. Astrologen werden sich für Details der besonderen astrovitalis-Sichtweise interessieren und Nichtastrologen werden sich vergewissern, ob ihre bisherigen Einschätzungen astrologischer Verfahrensweisen weiter Bestand haben, wenn sie die hergestellten Zusammenhänge und damit entstehenden Perspektivierungen vorurteilsfrei geprüft haben. Und jede Leserin und jeder Leser wird ohnehin in jedem einzelnen Fall die Aussagen auf Plausibilität und individuelle Signifikanz hin „ausloten“.

Grundsätzlich ist jedes astrovitalis-Profil modular aufgebaut und ein „Einstieg“ ist an jeder Stelle möglich.

Das vorliegende Profil wurde durch Auswahl der Analysebereiche so zusammengestellt, dass es Ihren momentanen Fragestellungen und Informationsbedürfnissen entspricht. Weist das Profil Bereiche nicht auf, die im weiteren Text genannt werden, so wurden diese zuvor von der Software-Analyse ausgenommen. Falls Sie im Besitz der Software sind, können Sie im vorliegenden Profil Fehlendes jederzeit ergänzen. Falls Sie nur im Besitz des Profiltextes sind, so wenden Sie sich bitte für weitere Informationen an die Beraterin oder den Berater Ihres Vertrauens.

Wir empfehlen Ihnen, als Basis-Information jeweils thematisch Einleitung, Hintergrund und Nutzen der einzelnen Analysebereiche zu beachten, bevor Sie die individuellen Analysen lesen. Seiten, die Basis-Informationen enthalten, sind entsprechend gekennzeichnet. Sollten Sie vorrangig ein „allgemeines Wohlbefindlichkeitsanliegen“ haben, so bietet sich vielleicht der Einstieg über Ernährungs- und Sporttipps an. Besteht ein „chronisches Gesundheitsproblem mit wandernden Symptomen“, so lohnt vielleicht der Einstieg über die Symptombilder des medizinischen Bereichs, über die geeigneten Bachblüten oder homöopathischen Mittel. Dreht es sich um

Fragen der individuellen psychischen Konstitution und um Gedanken über das „Wesen der Dinge“, kann der Einstieg über die Basis-, Aufgaben- und Lösungsprofile des psychologischen Analysebereichs sinnvoll sein. Geht es um eine Lockerung von „Denkkrämpfen“ oder Intervention bei „Inspirationskrisen“, geben sabbische Symbole manchmal interessante Impulse. Ist man „aus dem Tritt“, hat Probleme mit seinem „Zeitmanagement“ und sucht „seinen Rhythmus“, dann helfen Informationen zur „Zeitqualität“ vielleicht ebenso weiter, wie eine initiale Auseinandersetzung mit dem Thema „Biorhythmen“.

Generell gilt letztlich auch für die Beschäftigung mit den astrovitalis-Informationen und -Tipps, was jeder aus sonstigen Beratungssituationen kennt: Lassen Sie sich Zeit, überstürzen Sie nichts, verstehen Sie nicht zu schnell und lassen Sie Zusammenhänge unvoreingenommen auf sich wirken, auch wenn diese zunächst vielleicht etwas befremdlich erscheinen. Vertrauen Sie darauf, dass sich die Dinge im Laufe der Zeit schon fügen werden – nicht im Sinne des Zwangs vielmehr in dem einer unerzwungenen Zusammensetzung und eines spielerischen Probierens. Gewähren Sie einen Vertrauensvorschuss. Denn auch wenn sich die eine oder andere Aussage aktuell nicht „einfügt“, so findet sie doch vielleicht in ein paar Wochen oder Monaten ihren Platz im Gefüge des Ganzen. Und denken Sie daran: Nicht nur Segel brauchen etwas Spiel, um nicht zu reißen; Knoten ohne Spiel ziehen sich schnell so fest, dass sie nicht mehr zu lockern sind; „Sehreisen“ brauchen Spielräume, damit andere Perspektiven möglich werden. Und dazu wünschen wir Ihnen, dass Ihre Fahrt unter einem guten Stern stehen möge.

Astrologie: Inhalt

Erläuterungen	9
Geburtsbild	11

Astrologie: Erläuterungen

Der Bereich „Astrologie“ zeigt die Darstellung der individuellen, rein astrologischen Messdaten dieses Profils. Zu den einzelnen Unterbereichen finden Sie einleitende Informationen, wichtige Hintergrund-Darstellungen und Beschreibungen ihres Nutzens. Die Darstellungen richten sich an Fach- und Sachkundige und Detailinteressierte. Aber auch interessierte Laien erhalten weitergehende Einblicke in astrologische Wissens- und Erfahrungsgebiete. Auf den Ergebnissen des Bereichs Astrologie basieren die Informationen und Tipps der übrigen Profildbereiche. Der Nutzen dieser Bereiche erschließt sich aber auch ohne astrologische Detailkenntnisse.

Sinn und Bedeutung der astrologischen Analysen

Jede astrologische Analyse – so auch die der vorliegenden astrovitalis-Analyse – ist eigentlich eine Interpretation von Zahlen, ist eine Übersetzung von Zahlen in Worte. Denn jede astrologische Aussage basiert auf Zahlenwerten – den Geburtsdaten der zu analysierenden Person (wie Geburtstag, -zeit und -ort; Längen- und Breitenangaben des Ortes).

In jedem individuellen Geburtsbild liegen auch die astrologischen Zusammenhänge zunächst in reiner Zahlenform vor: Aspekte, Elemente und Typen, Strukturkomponenten (Sonne, Aszendent, Medium Coeli), geburtsbildspezifische Formen (Tierkreiszeichen, Felder beziehungsweise Häuser, Planeten) und ihre Erscheinungsebenen (Körper, Seele, Geist und Metaphysis), Lebensebenen und Quadranten, Halbsummen und Sensitivpunkte.

Die Sprache der Zahlen ist zeitlos. Sie überdauert das Werden und Vergehen menschlicher Sprachen. Zahlen vermitteln den Sinn des Universums in universeller Form. Sie zeigen zu allen Zeiten, dass es einen Sinn gibt. Aber deshalb berühren Zahlen noch nicht direkt die Herzen der Menschen. Denn diese fragen eher nach Namen als nach Strukturen, eher nach sprachlichen und bildlichen Symbolen als nach mathematischen Formeln, eher nach Zeichenbedeutungen als nach reinem Sinn ohne verstehbare Bedeutung.

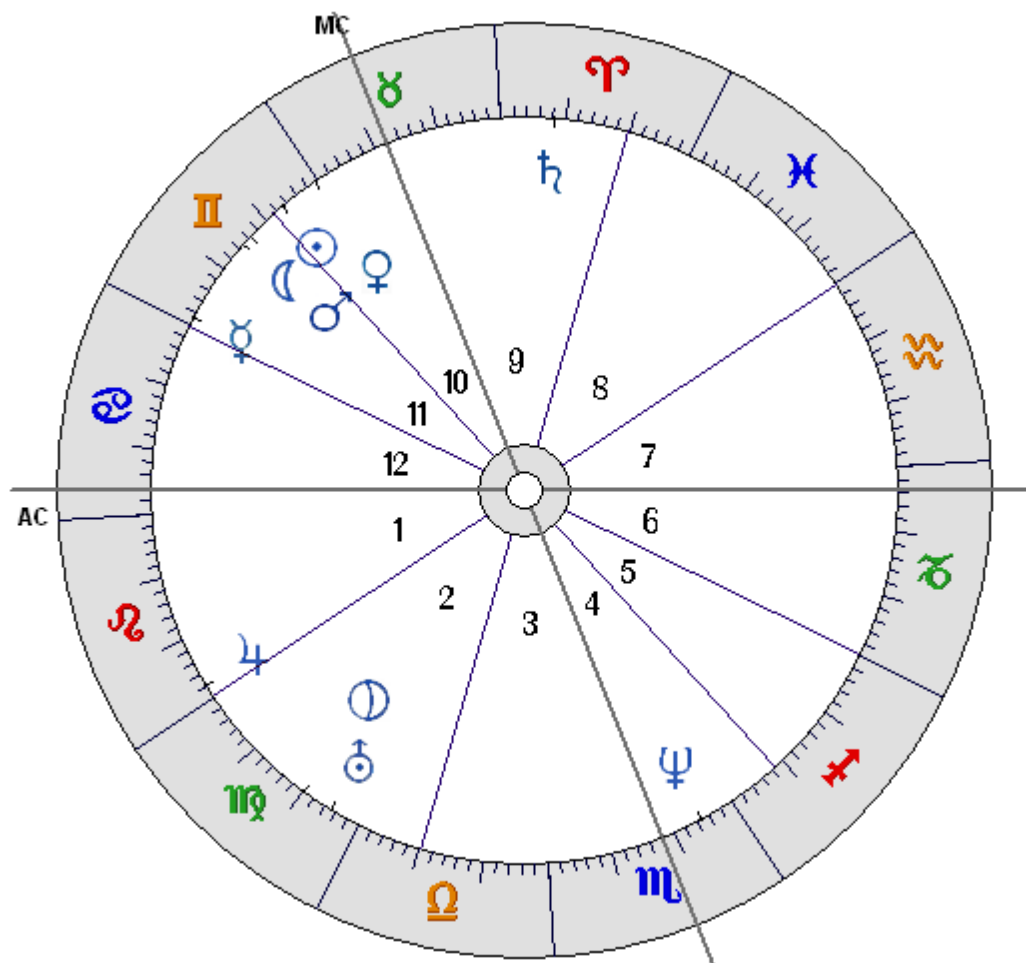
Eigentlich lesen Astrologen letztlich nur Zahlenkonstellationen, durch die sich diejenigen Verhältnisse ausdrücken und „ermessen“ lassen, in denen Mensch und Universum zueinander stehen. Aber Sie rücken die weitreichende Bedeutung des Zahlensinns in den Mittelpunkt, indem sie jedem Menschen „aus dem Herzen und aus der Seele sprechen“, weil sie ihn – anders als zum Beispiel die Astronomie – als wichtigen (ja: wichtigsten) Bestandteil der Konstellation erkennen. Auch in der Astrologie dreht es sich (wie in den anderen astrovitalis-Bereichen Medizin, Psychologie, Biorhythmus, Namensanalyse, Wellness, Zeitqualität) um „das ganze Leben“ des Menschen, ohne den es ein Geburtsbild gar nicht gäbe.

Astrologen sind Übersetzer und astrologische Analysen sind Übersetzungen. Denn sie übersetzen die Zahlen in eine Sprache, die das menschliche Herz versteht: Sie legen die astrologische Bedeutung offen, geben Deutungen der in Zahlenform erfassten Zusammenhänge. Und je näher solche analysierenden und deutenden Übersetzungen eines Geburtsbildes sich an der Lebenswirklichkeit seines Eigners befindet, desto mehr wird sein Herz sich berührt fühlen. Und sein Verstehen und sein Verstand werden der Deutung und Bedeutung des Zahlensinns folgen.

Im Rahmen der astrovitalis-Analysen stützen sich alle astrologischen Analysen auf die Auswertung von Zahlenwerten. Deren spezielle Aufbereitung und „Lesbarmachung“ bildet sodann die Grundlage für alle weitergehenden Deutungs- und Beschreibungsebenen. Vor allem für Laien ist

es nicht immer leicht, astrologische Zahlenanalysen zu verstehen. Aber auch für Interessenten mit astrologischen Grundkenntnissen sind fortgeschrittene Zahlen- und Datenauswertungen – sowie deren Aussagekraft für Deutungen und Übersetzungen in Bedeutungen – manchmal schwer nachvollziehbar. Deshalb stellt astrovitalis (analog zu den Erklärungstexten zu den anderen Bereichen der astrovitalis-Profile) astrologische Erklärungstexte bereit. In ihnen finden Interessenten ausführliche themenspezifische Einleitungen, Hintergrundinformationen und Nutzenbeschreibungen.

Astrologie: Geburtsbild



Name: Kylie Minogue
 Geboren: Dienstag, 28.05.1968 um 11:00 Uhr
 in: Melbourne, Victoria (L: 144,58, B: -37,49)
 Feldtyp: Koch Feldorbis: 10% SidTime: 27h 2m
 Individuelle Pyramidenpunkte: Jungfrau/Fische 4°21' und Zwilling/Schütze 18°21'

Planeten					Felder		
Planet	Dezimal	Zeichen	Grad°Min'	Feld	Feld	Zeichen	Grad°Min'
Sonne	66,77151	Zwillinge	06° 46'	11	AC	Krebs	26° 22'
Mond	75,14812	Zwillinge	15° 09'	11	Feld 2	Löwe	29° 43'
Merkur 3	88,81973	Zwillinge	28° 49'	12	Feld 3	Waage	10° 21'
Venus 2	60,42122	Zwillinge	00° 25'	10	IC	Skorpion	18° 04'
Mars	73,55212	Zwillinge	13° 33'	11	Feld 5	Schütze	08° 35'
Jupiter	147,7743	Löwe	27° 46'	2	Feld 6	Steinbock	00° 32'
Saturn	21,69441	Widder	21° 42'	9	DC	Steinbock	26° 22'
Uranus	175,0516	Jungfrau	25° 03'	2	Feld 8	Wassermann	29° 43'
Neptun	234,7878	Skorpion	24° 47'	4	Feld 9	Widder	10° 21'
Pluto	170,1657	Jungfrau	20° 10'	2	MC	Stier	18° 04'
NMondKN	16,15479	Widder	16° 09'	9	Feld 11	Zwillinge	08° 35'
					Feld 12	Krebs	00° 32'

Anteile Merkur: Zwilling 80%, Jungfrau 20%

Anteile Venus: Stier 99%, Waage 1%

Die Zahlendaten und deren grafische Abbildung als „Geburtsbild“ sind die Ausgangsbasis für die astrologische Analyse. Das vorliegende Geburtsbild wird in den anderen Teilen des Profils aus medizinischer, psychologischer und wellnesorientierter Perspektive und unter Berücksichtigung seiner Zeitqualität interpretiert. Die Darstellung des Geburtsbildes richtet sich an astrologisch sachkundige Betrachter(innen).

Einleitung

Grundaufbau eines Geburtsbildes:

Jedes Geburtsbild setzt sich aus drei Grundelementen zusammen:

den Tierkreiszeichen, den Feldern beziehungsweise Häusern und den Planeten.

Die inhaltliche Ebene wird repräsentiert durch zwölf (astrologisch als die Tierkreiszeichen Widder, Stier, Zwillinge, Krebs, Löwe, Jungfrau, Waage, Skorpion, Schütze, Steinbock, Wassermann, Fische erfassbare) Lebensprinzipien oder Archetypen.

Die formale Ebene zeigt sich in drei (astrologischen) Zustandsformen:

- in den zwölf Tierkreiszeichen oder in dem „Wie oder der Art und Weise“,
- in den zehn Planeten oder in dem „Wer oder Was“ und
- in den zwölf Feldern oder in dem „Wo oder dem Ort“.

Die Kombinationen dieser drei Zustandsformen erscheinen auf vier Ebenen:

Körper, Seele, Geist und Metaphysis.

Wahrnehmbar sind diese vier Ebenen wiederum in zwei Polaritäten:

- in dem Wesensbild = der Ursache oder Aufgabe (astrologisch repräsentiert durch die Zeichen und Felder) und
- in dem Verhaltensbild = der Wirkung oder Lösung (astrologisch repräsentiert durch die Planeten).

Hintergrund

„Symbolon“ bedeutet „das Zusammengeworfene“, „das Geeinte“ – oder einfach auch: „das, was auf den Punkt gebracht wurde“. Die astrologische Kunst besteht in der Übersetzung des Symbolons in eine menschlich verständliche Sprache. Dies kann in einer astrologischen Beratung von Mensch zu Mensch geschehen – oder via Computer und/ oder Internet. Ist die Übersetzung gut, nutzt das dem Menschen beim Verstehen seiner selbst und anderer. Keine vergleichbare Methodik erfasst so schnell und präzise die Wirklichkeit eines Menschen wie die Astrologie. Der Psychoanalytiker C.G. Jung sagte einmal: „Dort wo die Psychologie ins Wasser schaut, springt die Astrologie hinein“. In diesem Sinne kann moderne Astrologie als Referenzsystem zur Begutachtung von Lebensvorgängen verstanden werden.

Hinweis zur Berechnung der Mondposition von astrovitalis:

Die Mondposition wird von astrovitalis in einem Verfahren berechnet, das exakter als das anderer Programme ist. Normalerweise werden alle Planeten - auch der erdnahe Mond - so berechnet,

als sei man am Erdmittelpunkt (geozentrisch) geboren. Hinzu kommt, dass die Eigenbewegung der Erde - also des Betrachtungsstandortes - in herkömmlichen Mondberechnungen nicht berücksichtigt wird. Dies ist für die Bestimmung weiter entfernter Planeten vollkommen unerheblich. Beim erdnahen Mond stellt man aber kleine Positionsänderungen fest, wenn man die Berechnung vom tatsächlichen Geburtsort aus und unter Berücksichtigung der Eigenbewegung der Erde macht. Dies nennt man die topozentrische oder auch parallaxe Methode.

Parallaxe sind die scheinbaren Änderungen der Position eines beobachteten Objektes durch eine Verschiebung der Position des Beobachters. Die Berücksichtigung dieser Fakten führt bei astrovitalis zu einer erheblich exakteren Ermittlung der Mondposition. Daher ist es wahrscheinlich, dass sich die Ergebnisse der astrovitalis-Mondberechnung von anderen Berechnungen unterscheiden.

Hinweis zur Besonderheit der Planeten Merkur und Venus:

Bekannterweise arbeitet die Astrologie mit zwölf Tierkreiszeichen und zehn Planeten. In früheren Zeiten, als Uranus, Neptun und Pluto astronomisch noch nicht nachweisbar waren, galt es sieben Planeten auf zwölf Zeichen zu verteilen. Heute stellt sich für Merkur und Venus die Frage, in welcher Zugehörigkeit sie interpretiert werden sollen. Viele Astrologen kennen oder beachten dieses Problem nicht.

Aus Unkenntnis eine grundsätzliche Frage zu umgehen ist aber auch hier problematisch. Es gilt, durch Gesamtschau bei jedem individuellen Geburtsbild eine Zuordnung von Merkur zu Zwillinge oder Jungfrau sowie von Venus zu Stier oder Waage zu finden. Ein jedes Geburtsbild bietet dazu Möglichkeiten. Im Folgenden werden diese Möglichkeiten kurz beschrieben. Auch für die astrovitalis-Analysen ist die richtige Zuordnung sehr wichtig, denn ein Merkur mit einer Jungfrau-Mentalität wird anders gelebt, als ein Merkur mit Zwillinge-Naturell. Zwillinge-Merkur wird in den Analysen als „Merkur3“, ein Jungfrau-Merkur als „Merkur6“ dargestellt. Entsprechend wird Stier-Venus als „Venus2“ und Waage-Venus als „Venus7“ gekennzeichnet.

Um für Merkur die Zuordnung zu Zwillinge oder Jungfrau zu klären, schaut man im Geburtsbild auf die Zeichen Zwillinge und Jungfrau sowie auf die Felder 3 und 6 (welche den Zeichen inhaltlich entsprechen). Es kommt dabei zunächst nicht darauf an, welche Planeten in diesen Zeichen und Feldern stehen, sondern wie viele. Ein zahlenmäßiges Übergewicht von Planeten in einem Prinzip ist oft bereits die Antwort.

Beispiel: Ein Geburtsbild weist drei Planeten im Zwillinge, keinen Planeten in Feld 3, keinen Planeten in der Jungfrau und einen Planeten in Feld 6 auf. Rein zahlenmäßig kann hier von einem „Zwillinge-Merkur“ gesprochen werden. An dieser Stelle jedoch ist es wichtig, die Eigenart der entsprechenden Planeten zu berücksichtigen. Vor allem bei zahlenmäßiger Gleichheit würden die Sonne und der Mond größeres Gewicht haben als die anderen Planeten. Ebenso wären Aszendenten- oder Medium-Coeli-Stellungen in (hier) Zwillinge oder Jungfrau besonders zu werten. Derartiges gilt analog auch für Venus.

Der Merkur beziehungsweise die Venus werden bei dieser Vorgehensweise nie selbst in ihren Zeichen oder Feldern untersucht. Sie sind zwar der Untersuchungsgegenstand, Auskunft gibt aber immer das Gesamthoroskop!

Astrologie ist kein statisches oder intuitions-unabhängiges Werkzeug. Daher ist in schwierigen Fällen nur „erfahrungsgesättigtes“ Ahnungsvermögen in der Lage, Merkur und Venus richtig zu beurteilen. In der Regel werden Sie sich aber auch auf die astrovitalis-Auswertung von Merkur und Venus verlassen können, in die solche Erfahrungen eingehen.

Nutzen

Das Geburtsbild, auch Radix oder Horoskop genannt, ist die symbolisch-grafische Form der Qualität der Zeit. Die Qualität einer Zeit entspricht einem Inhalt, der in der Wirklichkeit des Lebens Form annimmt. Dieser Form entspricht wiederum das Geburtsbild. Es ist die Form und die Qualität der Zeit ist deren Inhalt. Will man also über die Lebensinhalte etwas erfahren, schaut man auf das Geburtsbildsymbol.

Hinweis: Auf der Grundlage des Geburtstages, des Geburtsortes und der Geburtszeit bietet astrovitalis die exakte und vollständige Berechnung eines Geburtsbildes. In einigen Fällen wird aber die Geburtszeit – als einer der astrologisch individuellsten Faktoren – nicht bekannt sein (zum Beispiel weil sie niemand notiert hatte, die Geburtsurkunde abhanden gekommen ist oder auch wenn extrem widersprüchliche Aussagen vorliegen). Normalerweise können dann keinerlei Aussagen gemacht werden und es kann kein Geburtsbild erstellt werden. astrovitalis bietet hier aber die Möglichkeit, auch ohne bekannte Geburtszeit eine exakte Berechnung der Planetenstellungen mit davon ausgehender Analyse anzustellen. Dabei ist jedoch zu beachten, dass der Umfang der geburtszeitlosen Analyse in der Regel nur ca. ein Drittel der einer normalen Analyse ist. Auch die hochgradige Individualität gegenüber geburtszeitbasierten Aussagen ist so nicht erreichbar. Die inhaltliche Stimmigkeit der Analyse leidet darunter jedoch nicht.

Weiterer Hinweis: Wenn keine genaue Geburtszeit vorliegt, wird das Geburtsbild auf zwölf Uhr Greenwichzeit des Geburtstages erstellt. Durch diese Einstellung eines Mittelwertes liegt somit die maximale „Fehlertoleranz“ bei fehlender genauer Geburtszeit nur noch bei einer Abweichung von 50 Prozent.

Der Mond bewegt sich im jeweiligen Tierkreiszeichen in zwei Stunden ca. 1 Grad weiter, in zwölf Stunden also ca. 6 Grad. Für den Fall, dass sich bei der Berechnung eines „geburtszeitlosen“ Geburtsbildes eine Mondstellung von unter 6 Grad vor dem Übergang in das nächste Zeichen ergibt (zum Beispiel auf 27 Grad Schütze = 3 Grad vor Beginn des nächsten Zeichens Steinbock) so ist es möglich, dass der Mond in Wirklichkeit eben im Zeichen Steinbock steht, wenn die (nicht bekannte) Geburtszeit nach Mittag liegt. Daher würde in einem solchen Fall die Analyse des Mondes im Zeichen Schütze (bezogen auf zwölf Uhr) unzutreffend sein.

Medizin: Inhalt

Erläuterungen	16
Symptombilder	20
Bachblütenanalyse	27
Homöopathie	30

Medizin: Erläuterungen

Im Bereich „Medizin“ sind die individuellen astromedizinischen Informationen dieses Profils zusammengestellt. Zu den einzelnen Unterbereichen finden Sie einleitende Informationen, wichtige Hintergrund-Darstellungen und Beschreibungen ihres Nutzens. Die Darstellungen richten sich an Fach- und Sachkundige. Aber auch interessierte Nichtmediziner finden Tipps zu einer ganzheitlich orientierten Gesundheitssicht sowie Informationen über Hintergründe für Indikationen und Empfehlungen seitens ganzheitlich und astromedizinisch arbeitender Homöopathen und Mediziner.

Die astromedizinischen Analysen

Eigentlich mögen es die Menschen nicht, wenn man „über“ sie spricht: über ihren Körper und ihren Geist, über ihre Seele und ihren Glauben, über ihre Gesundheit oder Krankheit. Die Menschen mögen es, wenn man „zu“ ihnen spricht. Und eigentlich wünschen sie sich – auch von „Körper-, Geist- und Seelsorgern“ (von Ärzten, Therapeuten und Geistlichen) –, dass man ihnen „aus dem Herzen oder aus der Seele spricht“.

Mit welchen Schmerzen und Leiden, Ängsten und Sorgen, Vermutungen und Befürchtungen Menschen auch zum Arzt gehen: Im Grunde tragen sie selbst die Anlagen und „Errungenschaften“ in sich, auf deren Basis sie zwischen Gesundheit und Krankheit hin- und herwechseln. Und auch wenn Patienten den Arzt um ein Mittel bitten, irgendein Symptom schnell zum Verschwinden zu bringen – eigentlich möchten sie doch, dass er sie auf „Herz und Nieren“ prüft, ihnen „ins Herz schaut“ und ihnen „aus der Seele spricht“. Der einzelne Patient möchte die Bedeutung erfahren, die in dem medizinischen Sinn allen körperlichen, seelischen und geistigen Leidens (und Wohlfühlens) „für ihn selbst“ steckt. Und der Mediziner soll ihm diesen Sinn „vorbuchstabieren“ und „übersetzen“.

Eigentlich lesen Mediziner letztlich nur Zahlenkonstellationen, durch die sich diejenigen Verhältnisse ausdrücken und „ermessen“ lassen, in denen der Mensch, seine körperlichen Vorgänge und die Einflüsse von Seele, Geist und Umwelt auf diese zueinander stehen. Oft sprechen Mediziner bei der Übersetzung solcher Zahlenverhältnisse aber eine Sprache, „die nur die Symptome verstehen“. Und oft hört der Patient aus dieser Sprache nur die Hoffnung heraus, dass „die Symptome der Medizin gehorchen“ – und mit ihnen auch die Ursachen verschwinden.

Die Menschen hören als Patienten zwar oft den Sinn solcher „medizinischen Symptomsprache“, verstehen aber nicht die Bedeutung – und schon gar nicht ihren für sie individuellen Sinn. Und offenbar spricht solche rein „schulmedizinische Symptomsprache“ oft weder den Symptomen noch den Menschen „wirklich aus der Seele oder dem Herzen“. Denn oft suchen sich die Symptome trotz „wissenschaftlich fundierten Einsatzes medizinischer Mittel und Techniken und Erkenntnisse“ anderswo in Körper, Seele und Geist (und manchmal sogar in der Umwelt, in anderen Menschen zum Beispiel) „erneut Gehör zu verschaffen“. Man nennt dies schlicht „Symptomverschiebung“.

Sicherlich: Auch „Schulmedizin“ betreibt nicht nur Symptomverschiebung sondern auch Ursachenforschung; sie macht nicht nur – wie manche Patienten irgendwann meinen – „anders krank“, sondern durchaus auch „gesund“. Doch oft fehlt schulmedizinisch ausgebildeten und in ihren Praxen bestens ausgerüsteten Ärzten schlicht ein Analyse- und Diagnoseinstrument, mit dem sie in ihre Arbeit einbeziehen können, was auch andere medizinische Künste geleistet

haben: Ursachenerfahrung und -erforschung, die „das ganze Leben“ des Patienten als Menschen betreffen.

Für Mediziner sind die astrovitalis-Analysen aus zwei Gründen interessant:

Auch in der Medizin dreht es sich erstens (wie in den anderen astrovitalis-Bereichen Astrologie, Psychologie, Biorhythmus, Namensanalyse, Wellness, Zeitqualität) um „das ganze Leben“ des Menschen. Und wenn ein Mediziner sich ganzheitlichen Perspektiven geöffnet hat, dann wird er in den astrovitalis-Analysen wertvolle Anregungen für seine Arbeit mit den Menschen und für das Sprechen „zum Menschen“ finden.

Er wird aber zweitens in den astrovitalis-Analysen auch hilfreiche Hinweise finden, wie er jenen Menschen „aus dem Herzen und aus der Seele sprechen kann“, die von ihm eine „ganzheitlichere Sprache“ erwarten, die mit ihren psychologischen und homöopathischen und durchaus auch astrologischen, spirituellen und religiösen, geistigen und mystischen Orientierungen ernst genommen werden möchten.

Denn die Menschen werden fortschreitend den „modernen Medizinmann“ nicht mehr nur deshalb aufsuchen, weil sie „sich ein Rezept abholen wollen“. Sie werden in ihm fortschreitend auch wieder den Coach und Berater, den Seelsorger und Zuhörer, ja vielleicht auch den „Schamanen und Seher“ suchen, der der Einheit ihrer körperlichen, seelischen, geistigen und spirituellen Sprache „sach- und fachkundig“ Resonanz gibt. Insofern ist der Bereich (Astro-)Medizin im Kontext der astrovitalis-Analysen ein Zusammenhang, der selbst den zeitgemäßen Entwicklungen in der Medizin von einer einst „schulweisheitlich kausalistischen und symptomfixierten“ zu einer heute „ursachenorientierten und ganzheitlich perspektivierten“ Resonanz gibt. Damit findet in Bereich (Astro-)Medizin der astrovitalis-Analysen eine lange Entwicklung Eingang, in der Medizin und Astrologie sich wechselseitig – zum Wohle der Menschen – „befruchten“ konnten. Und so werden schlicht auch gemeinsame Quellen genannt, aus denen sowohl „schulmedizinische“ als auch „astromedizinische“ Erkenntnisse wichtige Erfahrungen ziehen können.

So galt zum Beispiel seit jeher nach aufgeklärter astrologischer Lehre die Geist-Seele als ein wichtiger Ursprungsort von Krankheit. Und wenn in den 50er Jahren die damals noch sehr körperfunktionalistisch orientierte Schulmedizin sich psychosomatischen Ansätzen öffnete, so schöpft man letztlich wieder aus denselben Quellen.

Im letzten Jahrhundert gab es eine Reihe hochmotivierter und erfahrener Astromediziner, die in vergleichsweise kurzer Zeit eine große Menge qualitativ hochwertiger Informationen über die Zusammenhänge von Erkrankungen und astrologisch aufweisbaren Lebensstrukturen sammelten. Dies wurde durch die technologische Entwicklung sehr begünstigt: Der Austausch und das Sammeln von relevanten Daten wurde immer schneller und besser möglich. Andererseits fanden auch mehr und mehr Wissenschaftler – und generell interessierte Menschen – Interesse an multikausalen Erklärungsmodellen. Simple Ursache-Wirkungsverkettungen auf vornehmlich rein körperlicher Ebene, wie sie lange in schulmedizinischen Behandlungsweisen vorherrschten, galten mehr und mehr als „reduktionistisch“. Um langfristige Gesundheit zu erreichen, bedurfte es mehr als der Behandlung von Symptomen und in der Folge Symptomverschiebungen.

Der astromedizinische Ansatz, so wie er auch vom astrovitalis-Programmautor vertreten wird, ist heute also weit mehr als eine eindrucksvolle Sammlung astrologischer Zuordnungen zu Krankheitssymptomen. Er ist das „in Entwicklung begriffene Unternehmen“, der Komplexität des „Prozessphänomens Erkrankung-Heilung“ über die Auswertung der Vielschichtigkeit der Betrachtungsebenen gerecht zu werden. Astromedizin ist hochindividualisierte und ganzheitliche Diagnostik, die den ganzen Menschen in seinen Lebenszusammenhängen in den Blick nimmt. Die

astrovitalis-Analysen dokumentieren so in ihrer diagnostischen Prägnanz jeweils den fortgeschrittensten Stand dessen, was sich im Forschungs- und Praxisprojekt „Astromedizin“ bewährt hat. Insofern ist astrovitalis also nicht „Label“ für ein „fertiges Produkt“, sondern der Name für die „ausgereiften Ergebnisse“ eines „work in progress“.

Astromedizin heute

Manche Astrologen sind der Auffassung, dass die astrologische Medizin eigentlich ein Spezialgebiet der Medizin sei und nicht zur Basis einer fundierten astrologischen Analyse gehöre. Und manche Mediziner sind der Auffassung, dass die astrologische Medizin eigentlich ein Spezialgebiet der Astrologie sei und nicht zur Basis einer fundierten medizinischen Diagnose gehöre.

Die astrovitalis-Analysen zeigen, dass beide Sichtweisen Perspektiven ausklammern, die das ganze Leben der astrologischen Klienten ebenso betreffen wie der medizinischen Patienten.

In manchem Krankheitssymptom wird für den geschulten Astromediziner ein mehr oder weniger tief sitzendes Grundproblem des Patienten/ Klienten lesbar. „Krankheit macht ehrlich“ – und so ist jedes Symptom (emphatisch formuliert) auch „ein Schrei der unerhört gebliebenen seelischen und geistigen Wirklichkeiten“ nach Deutung und Hilfe. Aber das Symptom schreit nicht danach, beseitigt zu werden. Es schreit zunächst danach, als Sprache und Schrift ernst genommen zu werden, entziffert und übersetzt zu werden. Denn seine Botschaft lautet doch oft eigentlich: „Ich bin nur das Zeichen, der Platzhalter für einen viel tiefer sitzenden, verdrängten Konflikt.“ Oft also gilt: Ein Symptom ist nicht das Problem selbst, aber in ihm materialisiert sich, „verkörpert“ sich ein Grundkonflikt in Form einer subjektiv als negativ und leidvoll empfundenen Erkrankung.

Viele Menschen haben eine große Scheu, über Probleme, die sie wirklich berühren, zu sprechen. Hingegen besteht eine Neigung dazu, Scheinlösungen zu akzeptieren. Diese werden auf dem Medizin-, Astrologie-, Therapie- und Wellness-Markt allerorten angeboten. Und es ist anfänglich auch leichter, mit einem fragwürdigen oder falschen Verknüpfungsmuster von Symptomursachen und in gleichzeitiger Scheinruhe vor symptomatischer Wiederkehr zu leben, als sich mit der Wirklichkeit derjenigen Faktoren zu konfrontieren, deren Konflikt sich im Symptomatischen symbolisiert. Und weil Menschen oft lieber den zunächst leichteren Weg gehen, neigen sie auch dazu, sein Auffinden an einen anderen zu delegieren. Genau hier aber liegt die heutige Verantwortung von Ärzten, Heilpraktikern, Therapeuten, Astrologen, Wellness-Beratern, Lebensberatern und „Lifecoaches“: Den Menschen gerade dadurch aus dem Herzen und aus der Seele zu sprechen, indem ihrem lange anerzogenen Anspruch auf „leichte“ Symptombeseitigung nicht immer sogleich entsprochen wird.

In der professionellen Beratungssituation des Arztes, des Therapeuten, des Homöopathen, des Astrologen, des Wellness-Beraters, des Lebensberaters und „Lifecoaches“ erscheint oft genug das Gespenst der Unmündigkeit: „Nimm-mir-die-Entscheidung-und-die-Verantwortung-ab“ fleht es. Wenn heute eine derartige „Versorgungsmentalität“ gesellschaftlich beklagt wird, so ist es den Menschen gegenüber eigentlich unfair, sie an den Pranger zu stellen. Denn solche „Ansprüche“ auf Problemdelegation und Verharren in Unmündigkeit sind „gewachsen“ – und durchaus auch „anerzogen“. Gerade hier dürfen und sollten sich weder das „Verschreibungswesen“ etablierter Schulmedizin noch das „leichte Glücksbringertum“ esoterischer Beliebigkeiten aus ihrer jeweiligen Verantwortung ziehen. Insofern stellen die astrovitalis-Analysen den Beratern auch ein Instrument bereit, „gleiche Augenhöhe“ mit „mündigen Menschen“ möglich zu machen. Und „mündige Menschen“ sind hier selbstverständlich nicht diejenigen, die im Arzt nur einen wandelnden Rezeptblock sehen, in den sie „schnell mal hineindiktieren“, weil sie es ohnehin

„besser wissen“. Es sind diejenigen, die sich der gemeinsamen, oft auch mühsamen Arbeit öffnen, den wirklichen Ursachen ihrer Symptome auf die Spur zu kommen – solange es noch nicht zu spät dafür ist.

Astromedizin wird gerade heute oftmals in Verbindung mit Homöopathie, Bachblütentherapie und Naturheilkunde betrieben. Bei allen darin liegenden Möglichkeiten sollte aber bedacht werden, dass ein Geburtsbild die ganze Wirklichkeit eines Menschen, sein biologisches, physisches, psychologisches, karmisches „Erbgut“ speichert. Chinesische Astromediziner nennen das Geburtsbild „die Urkunde der Erfahrung“. Werden psychische und spirituelle Aspekte der eigenen Wirklichkeit ausgeklammert, so führt das zu einem Erfahrungsmangel, der sich auch im Körper niederschlagen kann. Und Arznei sollte deshalb in der Regel (und im Idealfall) möglichst geeignetes Auslösungsmittel für zu machende Lebenserfahrung sein. Jede astromedizinische Aussage sollte dies berücksichtigen. Die astromedizinischen Aussagen und der astromedizinische Symptomkatalog von astrovitalis sind insofern sicher von herausragendem Wert. Mithilfe der astrovitalis-Analyse können die zu analysierenden Personen eine Gesundheitsvorsorge betreiben, die diesen Namen wirklich verdient.

Medizin: Symptombilder

NÄCHSTENLIEBE IST AUCH SELBSTLIEBE

Saturn / Venus

Symptome:

Angina, Blasen- und Nierensteine, Drüsenverhärtungen, Erkrankungen im Bereich der Stirnhöhle, Hautaffekte, Kehlkopferkrankungen, Morbus - Addison (Nebennierenrindeninsuffizienz), Stillphase - Störungen, verstärkte Neigung zu trockener Haut, Völlerei

Ursachen:

Prinzipiell angelegte Isolierung vor der Außenwelt. Stark reduzierte oder auf Pflichterfüllung ausgerichtete Kontakte zu anderen Menschen in den frühen Lebensjahren. In der Folge allgemeine Kontaktschwierigkeiten. Lebensgefühl: Beziehungen zu anderen Menschen in Liebe, Freundschaft und/ oder Beruf fallen immer schwer. An sie sind oder scheinen Verpflichtungen gekoppelt, die als schwere Last empfunden werden können.

Lösungen:

Lernen, die Verantwortung für das eigene Leben selbst zu tragen. Andere ihre eigene Verantwortung tragen lassen. Bestehende Beziehungen auf Entwicklungsmöglichkeiten hin untersuchen.

DEM SINN DES LEBENS AUF DER SPUR

Saturn / Jupiter

Symptome:

Hüftgelenkserkrankungen, Krankheiten der Galle und der Leber, Lumbago, Wachstumsstörungen

Ursachen:

Stark ausgeprägter Drang, die Wahrheit im Leben zu finden. Seitens der Eltern entweder starke Ablehnung oder starke Überbetonung des abstrakten, religiösen oder moralisch-ethischen Denkens. Beim Geburtsbildeigner ein relativ problematisches Verhältnis zur geistigen Welt. Pessimistische Lebenshaltung begünstigt. Lebensgefühl: „Es ist mir unmöglich, den Sinn des Lebens zu ergründen.“

Lösungen:

Lernen, auch bei noch offenen (Lebens-)Fragen Grundzufriedenheit zu verspüren. Ängste, die durch eine stark religiös geprägte Erziehung hervorgerufen wurden, sollten gegebenenfalls therapeutisch behandelt werden.

ANGRIFF IST DIE BESTE VERTEIDIGUNG

Uranus / Mars

Symptome:

Autoaggression (vor allem Nägelknabbern), Bandscheibenvorfall, Bindegewebschwäche (blaue Flecken), Hämorrhoiden, Hexenschuss, Knochenschwund (auch Osteoporose), Neigung zu

Verbrennungen, Nervenentzündungen, Thrombosen

Ursachen:

Mangel an innerer Statik, hervorgerufen durch fehlendes Vertrauen der Mutter in das männliche Prinzip. Nicht ausreichender Glaube an die eigene Durchsetzungsfähigkeit. Lebensgefühl: „Meine Kraft verpufft, mein Handeln ist oft nicht effektiv genug.“

Lösungen:

Lernen, innere Stabilität aufzubauen. Frauen sollten Misstrauen gegenüber Männern abbauen. Männer sollten Unterlegenheitsgefühle gegenüber anderen Männern und daraus resultierende Kompensationsformen abbauen.

HEUTE ICH, MORGEN DU, BALD WIR

Uranus / Venus

Symptome:

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

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.

WAS KAM, DAS GEHT UND KOMMT WIEDER

Uranus / Merkur

Symptome:

Gleichgewichtstörungen, Koordinationsstörungen, Neigung zu allgemein angespannter nervlicher Situation, Trigeminus -Neuralgie, Weitsichtigkeit

Ursachen:

Tief verankerte Unruhe, verbunden mit dem Bedürfnis, immer ungebunden und beweglich sein zu können. Lebensgefühl: „Der Intellekt bestimmt das Leben; alles ist relativ.“

Lösungen:

Lernen, sich auf allen Ebenen auf Wesentliches zu reduzieren und nicht jeder Neugierde nachzugeben. Schulung der Konzentrationsfähigkeit. Die emotionale Seite des Lebens nicht vergessen.

ZU HAUSE ÜBER DEN WOLKEN

Uranus / Mond

Symptome:

Ansteckungsängste, Gebärmuttererkrankungen (auch Unterentwicklung), Krebsdisposition (durch oft mangelnde seelische Auseinandersetzungsfähigkeit mit sich und der Umwelt), Morbus - Basedow (Schilddrüsenüberfunktion), Multiple Sklerose (z.T. nur Vorformen), Neigung zu Schizophrenie, nerven bedingte Hautausschläge (Neurodermitis), nervöser Magen, oft leichtstörbarer Schlaf, Schilddrüsenknoten (heiße), Sehr häufig alle Arten gynäkologischer Probleme, Unterleibserkrankungen

Ursachen:

Entweder Mangel an frühkindlicher Pflege oder emotionale Reizüberflutung durch die Mutter. In der Folge sehr große Distanziertheit im seelischen Bereich („seelische Öffnungszeiten“; Abwehr des Empfindens). Lebensgefühl: allgemeine „Eindrucksallergie“, sehr geringe, selbst nicht als solche empfundene seelische Belastbarkeit.

Lösungen:

Lernen, seelische Nähe zuzulassen (Aufgeben der Unnahbarkeit). Das distanzierte Verhältnis zur Mutter überbrücken (bei Männern gegebenenfalls auch das zum Vater). Würdigung und bewusste Annahme der eigenen Herkunft.

DAS LEBEN FINDET IMMER WEGE

Uranus / Sonne

Symptome:

allgemein Risiko der Nerven- und sog. Geisteserkrankungen (im Extremfall Schizophrenie), Beengungspsychosen, Dystress oder Eustress, Herzinfarkt, Hypotonie, Morbus - Basedow (Schilddrüsenüberfunktion), nervös bedingte Kreislaufstörungen, nervöse Hautstörungen, Schilddrüsenüber- und/ oder -unterfunktion, Vegetative Dystonie und andere allgemeine Symptomkomplexe

Ursachen:

Vorgeburtliche Lebensbedrohung bei gleichzeitig versperrten Fluchtwegen; starkes Unruhe- und Beengungsgefühl. Lebensgefühl: „Ich muss mich befreien, ich muss fliehen (aus den Zentren des Lebens).“

Lösungen:

Lernen, die innere Teilnahmslosigkeit am Leben und Unverbindlichkeit anderen Menschen gegenüber weitestgehend zu überwinden. Subjektivität zulassen lernen.

JEDES ENDE IST EIN NEUER ANFANG

Uranus / Pluto

Symptome:

Atembeklemmung (häufig in Zusammenhang mit unbewusst erlebtem Geburtstrauma bzw. Fröh-schädigung des Atemzentrums), Hyperventilation, plötzliche Krämpfe, Schilddrüsenadenome, Starke Disposition zu Herzinfarkt, Wadenkrämpfe

Ursachen:

Unbewusste, tief sitzende und daher oft unausgesprochene Enttäuschung der Eltern über ihr Kind. Das Kind lebt unbemerkt in der Täuschung über seine Eltern. Ebenso unbewusster und tief sitzender Vertrauensmangel der Mutter in das männliche Lebensprinzip. Lebensgefühl: „Ich habe keine Orientierung, ich stehe allein (ohne Vater und Mutter, die mir die Richtung zeigen).“

Lösungen:

Lernen, einerseits eigene Lebenswege zu finden, diese aber auch, wenn nötig, immer wieder prüfen und Richtungen korrigieren. Prinzipiell immer auch das Scheitern von Lebensvorhaben einkalkulieren. Im Leben eine angemessene, an den Umständen orientierte Flexibilität entwickeln.

AM ANFANG UND AM ENDE IST ALLES EINS

Neptun / Mond

Symptome:

Akne und Ausschlag, Augenleiden, Blutkrankheiten, diffuse Magensymptome, Körperverwässerung, Krebsdisposition (bei mangelhaft entwickelter bzw. verdrängter Eigenidentität), Lympherkkrankungen, Morbus Cushing, Ödeme, psychotische Anlage, Schilddrüsenadenome, Suizidneigung, Wassersucht

Ursachen:

Sehr große seelische (manchmal auch körperliche) Ähnlichkeit mit dem gleichgeschlechtlichen Elternteil führt zu einer unterschwelligen Konkurrenzsituation und zum unbewussten Verstecken der eigenen Identität. Lebensgefühl: „Ich kann nicht wirklich ich sein, ich werde unterschwellig verhindert durch mich selbst und meinen Vater (bei Männern) beziehungsweise meine Mutter (bei Frauen).“

Lösungen:

Lernen, sich zu zeigen und die Unterlegenheitsgefühle den Geschlechtsgenoss/-en/-innen gegenüber abzubauen. Das Wichtigste ist die Beantwortung der Frage: „Wer bin ich?“ (als Mann, als Frau).

DIE SUCHE NACH DEM HEILIGEN GRAL

Neptun / Jupiter

Symptome:

Atrophien, Leberfunktionsschwäche, Vergiftungsneigung

Ursachen:

Ständige Suche nach Wahrheit und ständiger Kampf zwischen Zweifel und Gewissheit. Lebensgefühl: „Den Sinn des Lebens werde ich nie finden, ich bin und bleibe ein ewig Suchender.“

Lösungen:

Lernen, dass der Sinn des Lebens das Leben selbst ist. Begreifen, dass die wesentlichen Dinge des Lebens immer einfachster Natur sind. Alles, was man braucht, liegt bereits (lange un bemerkt) vor einem.

MIT ALLEM BEGEHRLICH VERBUNDEN

Pluto / Venus

Symptome:

Gewebewucherungen (gutartige Geschwülste aber auch Krebs) aufgrund allgemein intensivierten Gewebewachstums, Kehlkopferkrankungen, Melanom (Hautkrebs), Nieren- und Blasenkrämpfe bzw. Koliken, Nierentumor, Stirnhöhlenerkrankungen, Völlerei

Ursachen:

Tiefgründiges, schicksalhafter Gebundensein an einen (oder mehrere) Menschen im Familienverband. Lebensgefühl: Beziehungen zu anderen sind immer schwierig, da nichts bedingungslos geschehen kann.

Lösungen:

Lernen, dass jeder Mensch er selbst sein darf und muss. Niemand darf gegen seinen bewussten oder unbewussten Willen „passend“ gemacht werden.

DAS LEBEN IST SCHÖN

Jupiter / Venus

Symptome:

fettiger Hauttyp, Völlerei

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.

LEICHT ENTFLAMMT

Mars / Mond

Symptome:

Eierstockentzündung, Entzündung der Bauchspeicheldrüse, Entzündungen der Augenschleimhäute, Magengeschwüre- und -übersäuerung, Morbus - Basedow (Schilddrüsen-

überfunktion), oft starke Adrenalinausschüttung

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.

Die „Symptombilder“ sind ein einzigartiges diagnostisches Werkzeug für medizinisch Sachkundige aber auch generell für alle gesundheitsbewussten Leser ihres Profils. Durch die Benennung von seelisch-geistigen Ursachen und von praktischen Lösungswegen ergibt sich eine ganzheitliche Sicht auf das Verhältnis von Symptom und Ursache.

Einleitung

Die astrovitalis-Analysen bieten über die Analyse der Symptombilder ein einzigartiges diagnostisches Werkzeug. Auf der Grundlage einiger Tausend Symptombilder mit astrologischen Zuordnungen werden für das Geburtsbild diejenigen herausgefiltert, für die a) analog die entsprechenden Konstellationen im Geburtsbild vorhanden sind und die b) körperlich überhaupt in Erscheinung treten können (astrologische Bedingung hierfür: wenn sie einen Bezug zur körperlichen Ebene des 1. Quadranten haben). Die gelisteten Symptombilder stellen dann die primären Haupterkrankungsformen des Geburtsbildeigners dar. Sekundäre Erkrankungsformen (Bagatell- oder Folgesymptome usw.), die auch bekannt sind, werden an dieser Stelle jedoch nicht benannt, um die Übersichtlichkeit zu bewahren.

Selbstverständlich leidet kein Mensch an allen Erkrankungen, für die er eine Anlage hat. Das jeweilige Entwicklungsniveau und -bewusstsein des Geburtsbildeigners entscheidet in der Regel letztlich, ob eine bestimmte Erkrankung oder Symptomatik bei der zu analysierenden Person körperlich in Erscheinung tritt oder nicht. Die Nennungen der astrovitalis-Analysen zielen auf Vorsorge und verzeichnen deshalb sowohl mögliche Ursachen jeweiliger Erkrankungen oder Symptomatiken als auch Heilungswege.

Hintergrund

Man sagt: „oben wie unten.“ Oder: „Wie im Großen, so im Kleinen.“ Solche Aussagen spiegeln wider, wie die Welt vom Menschen wahrgenommen wird: Was sich im Großen zeigt, wird einen Widerhall auch im Kleinen haben – und umgekehrt. Astrologie funktioniert ebenso. Was sich im Geburtsbild und damit am Himmel zum Zeitpunkt der Geburt zeigt, findet einen Widerhall im Menschen, auf jeder Ebene, also auch im Körperlichen. Deshalb kann man am Geburtsbild ablesen, welche körperlichen Erscheinungen – auch im Sinne von Erkrankungen – generell möglich sind. Eine gesicherte Verbindung zwischen einem astrologischen Merkmal des Geburtsbildes und einem Krankheitssymptom kann man natürlich nur attestieren, wenn man empirisch gründlich gearbeitet hat. Die astrologisch interessierten Mediziner und die medizinisch interessierten Astrologen (nicht zuletzt der Programmautor, der seit 25 Jahren astromedizinisch arbeitet) beobachten weltweit seit langem diese Wechselwirkungen. Und es wurden im Laufe der Zeit Tausende von Zuordnungen astrologischer Merkmale zu Krankheitssymptomen herausgearbeitet, die in den astrovitalis-Analysen Anwendung finden.

Nutzen

Der Nutzen der astrovitalis-Symptombildanalyse kann eigentlich gar nicht hoch genug eingeschätzt werden. Einerseits werden differenzierte Symptombilder genau benannt. Vor allem aber werden andererseits ihre jeweiligen seelisch-geistigen Ursachen und die adäquaten Lösungswege beschrieben. Dadurch kann man entweder der Erkrankung vorbeugen oder sie in Grenzen halten oder sie durch wahre Heilung sogar überflüssig machen. Im Unterschied zur Analyse der Risikobereiche ist die Analyse der Symptombilder äußerst differenziert und detailliert.

Medizin: Bachblütenanalyse

Blüte	Konstellation	Erfahrungsbild
Elm	Saturn / Stiervenus	Körperliche Genusshemmung orale Störung, Überarbeitungssyndrome. Lösung: Begreifen, lernen, dass immer genug für alle da ist. Zugreifen, genießen und mehr wollen macht nicht schuldig. Die eigenen Grenzen der Belastbarkeit ganz bewusst tiefer hängen.
Gentian	Saturn / Jupiter	Pessimistischer Zweifler; Glaubenskrisen aufgrund dogmatischer Einstellungen, Leben aus der Hoffnung. Lösung: Antworten auf selbst gestellte Fragen genauer prüfen. Vorverurteilungen vermeiden. Verhärtete Lebensanschauungen lockern, um Freiräume zu schaffen.
Impatiens	Uranus / Mars	Vertrauensmangel in das männliche Lebensprinzip; ankündigungslos aggressiv; plötzliche Energieverluste. Lösung: Lernen, dass vertrauenswürdige Stärke unabhängig vom Geschlecht ist. Impulsivität kontrollieren. Die eigenen Energiereserven pflegen, nicht gleich alles „verpulvern“.
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.
Chicory	Uranus / Mond	Von der Mutter seelisch bedrängt oder vernachlässigt; inneres Unbeteiligtsein; Angst vor seelischer Nähe. Lösung: Nachhaltigen Kontakt mit dem eigenen inneren Wesen aufnehmen. Lernen, einen gewissen seelischen Leidensdruck zu ertragen. Emotionale Risiken eingehen.
Agrimony	Uranus / Sonne	Latente Bedrohungsangst; reflexartige Konfliktscheu; emotionale Unberührtheit. Lösung: Unnötige Distanzen zu anderen Menschen verringern. Konflikte dauerhafter aushalten lernen und emotional bewusst mehr Anteil am Leben nehmen.
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.
Larch	Neptun / Mond	Verdrängte geschlechtliche Identität; gleichgeschlechtliche Konkurrenzen; psychotische Syndrome. Lösung: Nachintegration von geschlechtsspezifischem Verhalten. Abbau von Unterlegenheitsgefühlen. Verhältnisklärung zum gleichgeschlechtlichen Elternteil.
Water Violett	Pluto / Stiervenus	Durch Machtausübung isoliert sein; überzogene Sicherheitstendenzen im Materiellen; orale Störungen. Lösung: Lernen, unabhängiger und flexibler im Bereich des Körperlichen und Materiellen zu werden. Machtstrukturen in Gruppen erkennen und entschärfen.

Auch wenn „Bachblüten“ heute ein anerkanntes alternatives Heilmittel sind, so stellt sich doch immer wieder die Frage nach Kriterien für eine individuelle Indikation. Die im vorliegenden Profil gegebene Liste zeigt die Vorteile einer astromedizinischen Orientierung: Auch in empirischen Untersuchungen konnte die Triftigkeit der Empfehlungen gezeigt werden. Für medizinisch/homöopathisch praktizierende Beraterinnen und Berater sind die gegebenen Empfehlungen sicherlich eine wertvolle und schnelle Informationsquelle. Andere Leserinnen und Leser des Profils finden hier Themen und Stoff für Gespräche mit ganzheitlich orientierten Medizinern und Homöopathen.

Einleitung

Auch der Teil der astrovitalis-Analyse, der Bachblüten nach Dr. Edward Bach mit astrologischen Konstellationen verbindet, basiert auf jahrelanger Forschung des Programmautors. Das von ihm verwendete Verfahren unterscheidet sich grundsätzlich von anderen Zuordnungsmethoden. Diese begnügen sich in der Regel mit der einfachen Zuweisung einer Bachblüte zu einem Planeten beziehungsweise Tierkreiszeichen. Als astrologische Konstellation gilt immer die Kombination mindestens zweier Kräfte (polare Konstellationen). Erst solche Konstellationen lassen eine wirklich individuelle Aussage zu. Auch die astrovitalis-Bachblütenanalyse greift auf kombinierte Konstellationen zurück: So ergibt zum Beispiel „ein Mars in Feld 11“ die Konstellation „Mars/ Uranus“ oder „ein Mond im Fisch“ die Konstellation „Mond/ Neptun“.

Wenn man nun Saturn, Uranus, Neptun und Pluto (die „problemträchtigen Kollektivplaneten“ mit den so genannten „persönlichen Planeten“ Sonne, Mond, Merkur, Venus, Mars und Jupiter und untereinander kombiniert, so resultieren daraus 38 Konstellationen. Bei gleichzeitiger Existenz von 38 Bachblüten stellt sich ein erfahrungsgesättigtes Entsprechungsverhältnis her, das im vorliegenden astrovitalis-Konzept umgesetzt wurde.

astrovitalis trifft anhand des jeweils vorliegenden Geburtsbildes eine Bachblütenauswahl. Dies geschieht auf Basis des universellen Analogiegesetzes sowie des klassischen homöopathischen Grundsatzes: „Similia similibus curentur.“ Die Maxime: „Wähle, um sanft, schnell, gewiss und dauerhaft zu heilen, eine Arznei, welche ein ähnliches Leiden erregen kann, als sie heilen soll“, ist bei der Auswahl der Bachblüten leitend, die in die engere Wahl für „Konstitutionsmittel“ bei der jeweiligen zu behandelnden Person kommen. Die Anwendungsentscheidung liegt dann aber beim Arzt, Homöopathen oder Therapeuten, der Computer soll hier nur Hilfestellung leisten und einen schnellen Überblick über individuell geeignete Indikationen bieten.

Falls Sie Bachblüten verwenden möchten, so sollten Sie nur auf die englischen Originalmittel zurückgreifen, da in der Regel allein sie die Qualität verbürgen, die Dr. Bach selbst für angezeigt hielt. Die Verwendung anderer Produkte kann den Behandlungserfolg verändern.

Hintergrund

Um mit der astrovitalis-Methode eine Bachblüten-Analyse erstellbar zu machen, war es nötig, stimmige Zuordnungsreihen zu erstellen. Basierend auf astrologischer Erfahrung mit Konstellationsbildern und auf der Erfahrung mit Bachmitteln arbeitet der Programmautor seit 1982 mit den nunmehr im Programm verwendeten Zuordnungen. Vorangegangen waren vier Jahre, in denen in Eigenversuchen beziehungsweise in Versuchen mit Freiwilligen die Richtigkeit der Zuordnungen in jedem einzelnen Fall untersucht wurde. Dies geschah auf vier Arten:

1. In Form der Mittelkombination (bis zu fünf) bei langfristiger Einnahme (mehrere Monate). Dies führte schließlich zur Bestimmung der Konstitutionsmittel. Ihr Wirkungsspektrum deckt die schwierigsten astrologischen Konstellationen des jeweiligen Geburtsbildes (mit sanfter Strenge) ab.
2. In Form der zyklischen Untersuchung: Dabei wurden alle durch Transite, Progressionen, Achsverschiebungen, Solare, Septare und so weiter verursachten Zyklen erarbeitet und in Schwerpunkten geordnet. Anschließend wurden die Bachblüten wiederum konstellationsanalog zugeordnet.
3. In Form der einmaligen Gabe einer bestimmten Blüte bei einer akuten Erkrankung. (Umfassende astromedizinische Kenntnisse sind übrigens die Voraussetzung dafür, die Konstellation für ein auftretendes Symptombild sicher benennen zu können.) Diese Konstellation steht dann analog für die einzunehmende Blüte.

Beispiel: Eine Klientin mit einer Mond/ Uranus/ Pluto-Problematik klagte über Unregelmäßigkeiten und Schmerzen bei der Menstruation sowie über verstärkt auftretende nächtliche Wadenkrämpfe seit einer Windpockenerkrankung. Alle Symptome sind auf die Konstellationen Mond/ Uranus, Mond/ Pluto, beziehungsweise Pluto/ Uranus in der unverarbeiteten Form zurückzuführen. Die Analyse der Zyklen ergab zudem Auslösungen von Pluto/ Uranus, wodurch die Akutheit der Beschwerden erklärlich wurde. Die Mittel der Wahl waren Chicory, Cherry Plum und Sweet Chestnut.

4. Als unterstützende Maßnahme in psychischen Stresssituationen (zum Beispiel Prüfungen), um die innere Haltung zu beeinflussen.

Nutzen

Bachblüten sind heute ein anerkanntes alternatives Heilmittel. Wie bei allen Heilmittelsystemen besteht aber das Problem, das richtige Mittel zu finden. Im Gegensatz zur Homöopathie, in der es letztlich Tausende von Heilmitteln gibt, kommt man in der Bachblüthenherapie mit 38 Mitteln aus. Dennoch bleibt die Frage, aufgrund welcher Kriterien man eines dieser Mittel auswählt. Der astrologische Weg ist nur einer von vielen. Er basiert auf dem Bezugssystem des Geburtsbildes und gibt damit sichere Anhaltspunkte für Indikationen. Die für das jeweilige Geburtsbild gefundenen Mittel sind als Konstitutionsmittel zu verstehen und können deshalb über einen langen Zeitraum eingenommen werden. Bachblüten helfen und unterstützen dabei, körperliche, seelische und geistige Störfelder aus eigener Kraft zu beseitigen, denn sie regen die Selbstheilungskräfte an und führen zu einem ausgeglicheneren Leben. Die astrovitalis-Bachblütenanalyse gibt für die gefundenen Blüten auch Stichworte, potenziell problematische Wesensgehalte und Hinweise, auf welche körperliche, seelische oder geistige Symptomatik sie sich jeweils beziehen. Des Weiteren werden Hinweise zur Lösung der jeweiligen Problematik gegeben. Wenn Sie mehr zum astro-psychologischen Hintergrund der jeweiligen Bachblüte erfahren wollen, so finden Sie Informationen in den psychologischen Texten zu den jeweils zur Bachblüte analogen Konstellationen.

Medizin: Homöopathie

Saturn / Stiervenus

Homöopathika

1. Arsenicum
2. Psorinum
3. Bryonia
4. Lac-humanum

Darstellung

Träge Masse, orale Fixierung, Angst vor Armut und Prestigeverlust, körperliche Askese, bescheidenes Verhalten, Verweigerung von Genuss, „armer Schlucker“, Geizkragen, „sich lebendig begraben fühlen“, Aushungern, Frigidität, Fels in der Brandung.

Repertorisation

- SR 518 Angst vor Armut
- SR 85 Angst um Geldangelegenheiten
- SR 565 Gier, Habsucht
- SR 102 Geiz
- SR 389 Verlangen, unbestimmtes
- SR 390 verlangt, was nicht vorhanden ist
- SR 389 Verlangen nach Größe und Vornehmheit
- SR 524 Angst, zu verhungern
- SR 432 weigert sich, zu essen
- SR 433 isst mehr als sie/ er sollte
- SR 564 Gefräßigkeit
- SR 620 Abneigung gegen jedes Vergnügen
- SR 760 erhöhte Bescheidenheit
- SR 793 Beharrlichkeit

Saturn / Jupiter

Homöopathika

1. Veratrum-album
2. Sulfur
3. Lachesis
4. Thuja
5. Hyoscyamus

Darstellung

Wahrheitssuche, der Nihilist, Glaubenskrise, ekklesiogene Neurose, pessimistischer Denker, Recht haben wollen, zweifeln, behaupten was man selbst anzweifelt, unaufrichtig, doppelte Moral, Weltschmerz, Melancholie, Selbstmitleid, Angst dumm zu sein.

Repertorisation

- SR 795 Philosoph
- SR 827 auffallende Religiosität
- SR 573 religiöser Hochmut
- SR 829 religiöse Schwermut
- SR 565 Nihilist, gottlos, Mangel an religiösem Gefühl
- SR 794 Pessimismus
- SR 1032 sagt rücksichtslos die Wahrheit
- SR 798 Recht haben
- SR 633 Gerechtigkeitssinn
- SR 414 Zweifel, skeptisch
- SR 763 ohne Moral
- SR 795 Selbstmitleid

Uranus / Mars

Homöopathika

1. Rhus-toxicodendron
2. Tarantula
3. Tuberculinum
4. Belladonna
5. Sulfuricum-acidum
6. Borax
7. Phosphor
8. Apis
9. Sanicula

Darstellung

Unkalkulierbarkeit der Kräfte, Mangel an innerer Statik, uneffektives Handeln, „Gasgeben bei durchgetretener Kupplung“, ziellos, wilder Tätigkeitsdrang, geschwächtes männliches Prinzip, Geltungssucht.

Repertorisation

- SR 835 Unruhe, Ruhelosigkeit
- SR 581 Hast, große Eile
- SR 581 immer in Hast
- SR 581 Eile beim Gehen
- SR 606 Trieb, zu laufen
- SR 1057 heftig, mit körperlicher Aktivität
- SR 606 Trieb zu unüberlegter Handlung
- SR 1052 unternimmt vieles, beharrt bei nichts
- SR 1054 unzuverlässig in seinen Versprechungen
- SR 608 wankelmütig, unbeständig
- SR 159 Mangel an Selbstvertrauen
- SR 437 Selbstüberhebung, Selbstüberschätzung
- SR 17 Geltungssucht

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 / Mond

Homöopathika

1. Silicea
2. Conium
3. Platinum
4. Antimonium-crudum
5. Veratrum
6. Tarantula
7. Causticum
8. Arsenicum

Darstellung

Abwehr des Empfindens, Eindrucksallergie der Seele, seelisch nicht belastbar, Angst vor Nähe, distanzlos, wenig seelische Tiefe, Unnahbarkeit, Distanz zum Mütterlichen, Abwehr des Weiblichen, hysterische Reaktionen, Angst vor Schmutz, Krankheiten, Ansteckung, Bakterien, Angst „befleckt“ zu werden, nimmt ohne zu merken dass er/ sie nimmt, gibt nichts zurück.

Repertorisation

- SR 907 empfindlich gegen Berührung
- SR 1028 will nicht berührt werden
- SR 103 Abneigung gegen Annäherung
- SR 98 Zorn bei Berührung
- SR 914 Schreien bei Berührung
- SR 593 Hysterie, Berührungen unerträglich
- SR 103 Abneigung, hat kein Gefühl
- SR 442 will allen und allem entfliehen
- SR 444 entfremdet der Familie
- SR 445 vergisst Verwandte, Freunde
- SR 588 hysterische Reaktionen
- SR 1062 wäscht sich andauernd die Hände
- SR 437 Selbstüberhebung, Eigenkult
- SR 433 vermindertes sexuelles Verlangen
- SR 727 vermännlichte Mädchen und Frauen

Uranus / Sonne

Homöopathika

1. Argentum-nitricum
2. Gelsemium
3. Medorrhinum
4. Causticum
5. Tuberculinum
6. Lac-caninum
7. Ignatia

Darstellung

Flucht aus dem Leben/ vor dem Lebendigen, Unverbindlichkeit, vorgeburtliche Bedrohung des Lebens bei versperrten Fluchtwegen, Beengungspsychose/ Klaustrophobie, Erlebnishunger, sensationslüstern, Erfahrungsmangel, Vereinzeln, Einzelgänger, (Schein)Überlegenheit, Unbeständigkeit.

Repertorisation

- SR 503 Angst, dass „etwas“ passiert
- SR 53 Erwartungsspannung
- SR 63 Angst bei Erwartung
- SR 17 Beschwerden durch Gefühlserregung
- SR 511 Furcht vor Unglück
- SR 516 Menschenscheu, Einzelgänger
- SR 441 will entfliehen
- SR 1052 unternimmt vieles, beharrt bei nichts
- SR 608 Unbeständigkeit
- SR 127 Veränderung, Verlangen nach Wechsel
- SR 433 Exzentrizität, Überspanntheit
- SR 464 Extravaganz
- SR 572 Überlegenheit, Hochmut
- SR 513 Angst in engen Räumen

Neptun / Zwillingenmerkur

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, Geistessträgheit
- 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 / Mond

Homöopathika

1. Carcinosinum
2. Hydrogenium
3. Calcium-carbonicum
4. Alumina
5. Barium-carbonicum
6. Gelsemium
7. Nux-moschata
8. Valeriana
9. Pulsatilla
10. Baptisia
11. Natrium-phosphoric
12. Opium
13. Medorrhinum
14. Thuja

Darstellung

Identitätsproblem, die „verlorene Seele – die gefundene Seele“, gleichgeschlechtliche Konkurrenz/ Unterlegenheit, „Looser“, der Leibeigene, das „schwarze Schaf“, starke Ängste, Symbiose, Imitatoren, hypersensibel, sensitiv, idealistisch, intuitiv, mystisch, introvertiert.

Repertorisation

- SR 546 verlassenes Gefühl
- SR 548 Einsamkeit, Isolation
- SR 346 Wahnidee/ Vorstellung: er/ sie sei abgetrennt von der Welt
- SR 547 glaubt sich nicht geliebt
- SR 143 klammern, will gehalten werden
- SR 143 Gehaltenwerden bessert
- SR 743 Verschmelzen mit der Umgebung
- SR 170 Verwirrung über seine Identität
- SR 895 Selbsttäuschung
- SR 424 Stumpfheit, wie in Nebel eingehüllt
- SR 1018 Schwinden der Gedanken beim Reden
- SR 49 indirekt, antwortet ausweichend
- SR 1023 schüchtern, zaghaft
- SR 49 antwortet unrichtig

SR 346 stellt seine Empfindung falsch dar

SR 599 Nachahmung, Mimikry

SR 718 Homosexualität

SR 159 Mangel an Selbstvertrauen

Pluto / Stiervenus

Homöopathika

1. Fluoricum-acidum
2. Bryonia
3. Cina
4. Nux-vomica
5. Lachesis
6. Arsenicum-album
7. Psorinum

Darstellung

Nehmen und halten, Lustgewinn, Luststeigerung, Lustfixierungen, orale Fixierungen, besitzen wollen, beherrschen wollen, Sicherungszwang, starke Triebhaftigkeit, materielles und geistiges Besitztum, Wunschnatur des Menschen.

Repertorisation

- SR 389 voller Verlangen
- SR 389 verlangt mehr, als er/ sie benötigt
- SR 390 Verlangen nach zahlreichen Dingen
- SR 565 Habsucht, Gier
- SR 520 Angst vor Einbrechern
- SR 103 Geiz, aber für sich verschwenderisch
- SR 524 Angst, zu verhungern
- SR 518 Furcht vor Armut
- SR 564 Gefräßigkeit
- SR 565 Feinschmecker

Homöopathisch und ganzheitlich praktizierende Beraterinnen und Berater finden hier eine schnell zugängliche Quelle für patientenspezifisch geeignete Homöopathika sowie jeweils ein Repertorium und eine stichwortartige Schilderung des jeweiligen Hintergrunds.

Einleitung

Eine lange Tradition und viele Erfahrungen erweisen die wechselseitige Annäherung von Homöopathie und Astrologie. Doch solche Näherungen führten auch zu oft sehr uneinheitlichen und widersprüchlichen Zuordnungsmodellen. Es wäre vermessen zu behaupten, dass vor allem aufgrund der Komplexität sowohl von Astrologie als auch Homöopathie die Zuordnungen der astrovitalis-Analysen „der Weisheit letzter Schluss sind“. Sie basieren allerdings auf jahrelanger Forschung, haben sich in der Beratungspraxis bewährt und erheben den Anspruch, als ernst zu nehmende Orientierungsrichtlinien verstanden zu werden.

Anders als bei den Bachblüten, für die im Rahmen der astrovitalis-Analysen eine enge Verbindung mit astrologischen Konstellationen nachgewiesen werden kann, ist der Bezug auf Homöopathika ein eher weitläufiger. Es ist zu bedenken, dass homöopathische Arzneien im Vergleich zu den Bachblüten eine viel höhere Komplexität aufweisen. Jeder Homöopath weiß, dass jedes Mittel unendlich viele Facetten, Wirkzusammenhänge und Einsatzmöglichkeiten hat – auch abhängig von seiner Potenzierung. Kein homöopathisches Mittel lässt sich deshalb aufgrund nur eines Merkmals von vielen nur einer bestimmten astrologischen Konstellation zuordnen. Daher sind die in den astrovitalis-Analysen unterbreiteten homöopathischen Vorschläge ausschließlich als Anhaltspunkte für den Berater zu verstehen. Nicht mehr – aber auch nicht weniger leisten die durch das Programm hergestellten Zuordnungen.

Die in der Analyse unter „SR“ angegebenen Zahlen beziehen sich auf das Synthetische Repertorium, Haug-Verlag, 3. Auflage, Band 1, „Psychische Symptome“. Einige Allgemein-Symptome (zum Beispiel „Anspannung ...“) sind Band 2, „Allgemeine Symptome“, entnommen. Die Sexualsymptome sind Band 3, „Schlaf, Träume, Sexualität“, entnommen.

Die in der Analyse unter „KK“ angegebenen Zahlen beziehen sich auf Kents „Repertorium Generale“, Künzli / Barthel, O-Verlag, 3 Bände.

Hintergrund

Die aufgelisteten homöopathischen Einzelmittel geben eine Auswahl der infrage kommenden Arzneimittel wieder, wobei die jeweils zuerst genannten drei bis vier Mittel den Kern der entsprechenden Konstellation am dichtesten repräsentieren.

Die Rubriken des „SR“ („Synthetisches Repertorium“) enthalten zum Teil sehr viel mehr Arzneien als die jeweils angeführten – oder auch andere Mittel zur weiteren Differenzierung. Zum Arbeiten mit den Homöopathika ist es unbedingt ratsam, eine ausführliche „Materia Medica“ (zum Beispiel A. Seideneder: „Mitteldetails der homöopathischen Arzneien“) zurate zu ziehen. Desgleichen sind die Regeln der klassischen Homöopathie in Bezug auf Gabengröße, Reaktionen, Wiederholbarkeit usw. zu beachten.

Die Komplexität der homöopathischen Mittel entspricht in etwa derjenigen der jeweiligen astrologischen Konstellationsbilder. Es kann angezeigt sein, das aktuelle Geschehen innerhalb der jeweils gültigen Zeitqualität mit einem Homöopathikum harmonisierend zu begleiten. In den astrovitalis-Analysen sind die der Zeitqualität entsprechenden Mittel aufgeführt.

Außer den „Einzel“-Themen und -Symptomen sind selbstverständlich auch die „Kern“-Themen zu finden, die den Menschen während seines gesamten Entwicklungsweges begleiten. Ein Mittel wie „Tuberculinum“ könnte beispielsweise ohne weiteres bei allen Konstellationen angeführt werden, in denen eine „uranische Qualität“ (Beweglichkeit, Instabilität usw.) vorherrscht. Dieses Mittel wird bei diesen Konstellationen möglicherweise immer wieder im Leben eine hilfreiche Arznei sein.

Nutzen

Die Homöopathie ist aus der medizinisch-therapeutischen Welt nicht wegzudenken. Wie bei allen komplexen Heilmittelsystemen besteht auch bei der Homöopathie das Problem, das richtige Mittel zu finden. Im Gegensatz zur Bachblütenanalyse, in der es „nur“ 38 Heilmittel gibt, gibt es viele Hunderte – ja Tausende homöopathischer Mittel. Die meisten Homöopathen arbeiten aber in der Regel mit den bewährten Hauptmitteln und greifen seltener auf „exotische“ oder eher unbekanntere Mittel zurück. Wie auch immer: Nachvollziehbare Vorschläge erleichtern die Wahl der Mittel. Und das Referenzsystem des astrologischen Geburtsbildes bietet – wie bei der Bachblütenanalyse – eine hochgradig nachvollziehbare und plausible Vorauswahl an Mitteln. Von dieser können Berater sehr gut ausgehen, wenn es gilt, eine spezifische Entscheidung zu treffen.

Es ist jedoch unbedingt zu beachten, dass aufgrund der Komplexität jeder homöopathischen Arznei jede Zuordnung zu einer ebenso komplexen astrologischen Konstellation häufig nur im Ansatz zutreffend sein kann. Die jeweilige Schnittmenge an Übereinstimmung beider Referenzsysteme hängt ganz entscheidend vom jeweiligen Zustand des Patienten ab (zum Beispiel Entwicklungsniveau, Behandlungsstand und -dauer). In diesem Sinne betreffen die Zuordnungen das „unveränderbare innere Wesen der Arznei“, wie auch der zugeordneten astrologischen Konstellation. Die innere Wesenheit ist aber nicht immer offensichtlich und so ist gerade im astrologisch-homöopathischen Bereich immer viel Eigenbeobachtung nötig – auch wenn man eine astrologisch-homöopathische Analyse zur Verfügung hat.

Jedenfalls aber helfen die in den astrovitalis-Analysen aufgezeigten homöopathischen Mittel, körperliche, seelische und geistige Störfelder aus eigener Kraft zu beseitigen, denn sie regen die Selbstheilungskräfte des Menschen auf allen Ebenen an und führen zu einem ausgeglicheneren Leben.

Psychologie: Inhalt

Erläuterungen	43
Basisprofil	46
Aufgabenprofil	51
Lösungsprofil	60
Stichworte	89

Psychologie: Erläuterungen

Körperliche, geistige, seelische und spirituelle Zusammenhänge werden in astropsychologischer Sicht als die Teile aufgefasst, die das ganze Leben bestimmen. Im Bereich „Psychologie“ finden nicht nur Fach- und Sachkundige, sondern alle Leserinnen und Leser des vorliegenden Profils die Zusammenstellung der individuellen psychologischen Erkenntnisse. Zu den einzelnen Unterbereichen finden Sie einleitende Informationen, wichtige Hintergrund-Darstellungen und Beschreibungen ihres Nutzens. Zusammen mit dem Bereich Wellness bildet der Bereich Psychologie den Teil des Profils, der aufgrund seiner sprachlichen Darstellung in der Regel auch von Nichtfachleuten unmittelbar nachvollziehbar ist.

Die astropsychologischen Analysen

Auch in der Psychologie dreht es sich (wie in den anderen astrovitalis-Bereichen Astrologie, Medizin, Biorhythmus, Namensanalyse, Wellness, Zeitqualität) um „das ganze Leben“ des Menschen. Psychologen, Psychotherapeuten und Berater und Coaches, die in ihre Arbeit psychologische Erfahrungen und Erkenntnisse einbeziehen, wissen, dass Psychisches und Somatisches in einem wechselseitigen Beeinflussungsverhältnis zueinander stehen. Und sie wissen, dass die „Körper- und Verhaltenssprache“, auch „Sprache der Symptome“ genannt, oft andere Ursachen hat, als es der erste Anschein (und Augenschein) bei der Betrachtung der Symptome vermuten lässt.

Aufgabe der Psychologie ist es, den Dingen auf den Grund zu gehen, den Sinn und die wahre Bedeutung aufzuspüren, die für den einzelnen Menschen hinter all seinen symptomatischen Erscheinungen liegen. Es geht also schlicht um die Frage, „was die Menschen eigentlich wirklich auf dem Herzen haben“ und „was ihnen wirklich auf der Seele liegt“, wenn sie ein Symptom behandelt haben wollen. Psychologisch orientierte Berater finden in den astrovitalis-Analysen Vorschläge, Hintergründe von Symptomatiken in Betracht zu ziehen, die sich auf den ersten Blick nicht zeigen. astrovitalis gibt Beratern also ein Instrument an die Hand, das aufgrund erprobter Basisdaten und Symbolisierungen gleichsam eine erste „objektive Anamnese“ möglich macht. Es zeigt zudem mögliche oder wahrscheinliche Dispositionen von Klienten und Patienten auf und bietet so den Therapeuten, Ärzte, Wellness-Beratern, Lebensberatern und „Lifecoaches“ ein Bild, das im Laufe der Behandlung oder Betreuung zum Vergleich, zur Inspiration und schlicht zur Vergewisserung zurate gezogen werden kann. Jeder Berater oder Coach weiß, dass es bei Analysen, wie sie auch astrovitalis vorlegt, nicht um „Rezepte“ geht, sondern um fundierte Expertisen, die hilfreich sein können. Nicht mehr – aber auch nicht weniger leisten die durch das astrovitalis-Programm hergestellten Zuordnungen.

Therapeuten, Ärzte, Wellness-Berater, Lebensberater und „Lifecoaches“ finden in den astrovitalis-Analysen aber auch hilfreiche Hinweise, wie sie jenen Menschen „aus der Seele sprechen können“, die von ihnen ein „ganzheitliches Sprachverständnis“ erwarten, die mit ihren psychologischen und homöopathischen und durchaus auch astrologischen, spirituellen und religiösen, geistigen und mystischen Orientierungen ernst genommen werden möchten. In dieser Hinsicht finden Berater und Coaches in den astrovitalis-Analysen auch eine fundierte Darstellung der Symbolsysteme, die für viele Menschen im 21. Jahrhundert bereits ebenso verbindlich, wichtig und selbstverständlich sind, wie zum Beispiel religiöse Symbolsysteme oder Symbolsysteme der „Wissenschaftsgläubigkeit“ im 20. Jahrhundert. astrovitalis kann insofern für Therapeuten, Berater und Coaches auch ein gutes Hilfsmittel sein, um die Sprache zu verstehen, die ihre Patienten

und Klienten gegebenenfalls sprechen.

Sämtliche Aussagen der astrovitalis-Analysen beruhen auf über 30-jährigen Erfahrungen des Programmators, die er als Lehrer, Coach und Lebensberater gesammelt hat. Deshalb sollten diese Analysen auch nicht als Ausdruck einer subjektiven Sicht aufgefasst werden, sondern auch als Resultate, die auf den Lebensgeschichten vieler Hundert Menschen basieren. Deren im Guten und Schlimmen gemachten Erfahrungen wurden dem Programmator in unzähligen Beratungsgesprächen anvertraut. Und der ganze Facettenreichtum dieser Erfahrungen fand in die astrovitalis-Analysen Eingang.

Was die Darstellungsebene der Erfahrungen im Programm angeht, so ist das einzelne Persönlichkeitsprofil nicht – wie in ähnlichen Programmen oft üblich – in körperliche, seelische, geistige und spirituelle Lebensebenen aufgeteilt. Die Lebensebenen bleiben innerhalb eines astrovitalis-Profiles immer verbunden, da sie auch im subjektiven menschlichen Erleben nie wirklich von einander getrennt erlebt werden. Sie werden vom Menschen inhaltlich und zeitlich immer als individuelle Einheit („4 in 1“) wahrgenommen.

Dagegen sind die Persönlichkeitsprofile selbst fast immer unterscheidbar und – je nach Lebensphase – getrennt voneinander wahrnehmbar. Aus diesem Grund sind die angelegten Persönlichkeitsprofile klar von einander getrennt beschrieben und als solche jeweils als Einheit lesbar.

Jede so analysierte Person wird sich zunächst mit manchen Persönlichkeitsprofilen mehr, mit anderen weniger identifizieren können. Wir empfehlen deshalb, diejenigen Tipps auszuprobieren, die dem Persönlichkeitsprofil entsprechen, mit dem man sich generell oder auch zu einer bestimmten Zeit (siehe die astrovitalis-Zeitqualitätsanalyse) am besten identifizieren kann. Erfahrungsgemäß ändert sich dies im Laufe des Lebens häufig, weil man sich ständig weiterentwickelt und dadurch alle Facetten seiner beschriebenen Persönlichkeit durchlebt. Deshalb sollte der Fokus auch auf die jeweiligen Lösungswege und Tipps gelegt werden. Jede astrovitalis-Analyse sollte als eine Interpretation einer besonderen und einmaligen Persönlichkeit verstanden werden, die für die gesamte Lebenszeit Gültigkeit haben kann.

Es ist zu bedenken, dass vor allem Aussagen, die subjektiv als negativ empfunden beziehungsweise als falsch abgelehnt werden, in sehr vielen Fällen der Anlagewirklichkeit dennoch sehr nahe kommen. Die Ablehnung von Aussagen macht nie die Aussage als solche „falsch“. Das Unter- und Unbewusste eines Menschen wird von astrologischen Beschreibungen der vorliegenden Art normalerweise intensiv angesprochen. Deshalb sind heftige Reaktionen erklärlich. Eine betonte Abwehr ist oft ein typischer Hinweis darauf, dass eine Aussage auf ein verdrängtes seelisches Problem gestoßen ist und dass die zu analysierende Person mit ungeliebten oder ungelebten Anteilen konfrontiert wurde. Der Zusammenhang zwischen der eigenen Person und den Aussagen erscheint ihr dann „nicht plausibel“. Andererseits – um es humorvoll und mit einem Augenzwinkern auszudrücken – tragen die astrovitalis-Analysen aber auch der Tatsache Rechnung, dass eine „Sonne manchmal eben auch nur eine Sonne symbolisiert“.

Sollte die Reaktion auf die Aussagen der astrovitalis-Analysen hingegen neutral oder „unbeeindruckt“ sein, weil man meint, „sich nicht recht wiederfinden zu können“, so kann dies manchmal seine Ursache in einer noch nicht ausreichend fortgeschrittenen „Eigenerkenntnis“ haben. Das Entwicklungsniveau der zu analysierenden Person entscheidet also letztlich über die Akzeptanz und den Nutzen der Aussagen.

Letztlich sollte auch immer bedacht werden, dass astrologische Aussagen immer auf der Geburtszeit beruhen – und sich damit auf einen Faktor stützen, der einerseits zwar hochgradige Individualität verbürgt, andererseits aber auch Unsicherheiten mit sich bringt, wird er nicht

genau bestimmt. Dies meint nicht, dass astrologische Aussagen generell unsicher sind, sondern nur, dass in einigen Fällen erhebliche Verschiebungen bei Anlagen auftreten können, wenn die Geburtszeit nur geringfügig differiert. Dies ist zwar selten der Fall, aber dennoch möglich.

Die Chinesen nennen das Geburtsbild die „Urkunde der Erfahrung“. Erfahrungen brauchen und haben ihre Zeit, um zu wirken und sich zu vollziehen. Von den zu analysierenden Personen sollten die vorliegenden astrovitalis-Analysen als solche Erfahrungen betrachtet werden, die augenblickhaft in ihrer Wirklichkeit auftauchen und wieder untertauchen, und um dann – vielleicht Jahre später – in der Erinnerung neu und tiefer verstanden, in Erscheinung zu treten. Eine japanische Weisheit weiß: „Der Weg ist ein Kreis.“ In diesem Sinne ist auch die astrovitalis-Analyse auf Langzeit- beziehungsweise Depotwirkung angelegt und „programmiert“, denn oft erlangt man erst nach langjährigen „Umrundungen“ und „Umkreisungen“ eines Lebensthemas dessen wahres Verständnis.

Tipp von Beratern für die zu analysierenden Personen: „Lesen Sie die astrovitalis-Analyse in größeren Zeitabständen immer wieder einmal in Ruhe durch. Sie werden erstaunt sein, was sich Ihnen an Neuem offenbart.“

Psychologie: Basisprofil

Mond/ - Sonne/ - oder Merkur6/ Neptun-Konstellation = analog Neptun im 2. Quadranten

Die inneren Bilder (immer ein Spiegel der eigenen Identität, des Wunsches nach Leben und der Fähigkeit, der eigenen Identität und dem Lebensantrieb durch Anpassung das Überleben zu sichern) sind nicht erlebbar, nicht fassbar. Geistige Bilder (die Vorstellung, das Entgegenkommende) stimuliert das Empfinden. Wird das Empfinden (als Reaktion auf das uns Entgegenkommende) verhindert, so entsteht eine „Narkose“ der Seele. Doch auch solche Verhinderung ist ein schon früh einsetzender Schutz. Die Anlagestruktur dieser Konstellation macht deutlich, dass ein Sichtbarwerden persönlicher Eigenarten und Empfindungen gefährlich werden könnte. Deshalb wird sie unsichtbar bleiben.

Die parallel erzeugte Angst garantiert in den ersten Jahren, dass man seelisch unerkant bleibt. Das Verhalten ist ängstlich, aber nicht (wie sonst oft) direkt sichtbar. Aber der Mensch ist gezwungen, sich zu verwirklichen. Die menschliche Verwirklichung braucht Zeit, da sie mit Erfahrungswegen gekoppelt ist. Hier ist häufig die Selbstverwirklichung mehr als bei anderen konstellativen Anlagen verzögert, da Eigenerfahrung ausbleibt.

Mangelnde Eigenerfahrung legt das Bild eines Maskenballs mit nur einem Gast nahe. Der Gast ist man selbst. Man geht zum Kostümverleih, um sich eine fremde (nicht-eigene) Identität zu entleihen. Mit dieser tritt man ins Leben und erlebt sich und das Leben in der Folge nicht aus sich, sondern als andere Personen (in entliehenen Gestalten, Gefühlen etc.). Man findet mit jeweils leicht abgewandeltem Kostüm Zugang zum Ballsaal, Zugang zum Leben. Doch es ist niemand da. Wenn man in den Spiegel schaut, erkennt man sich – unter der Selbstmaskierung – nicht. Die unter der Maskerade verkümmerte Identität macht zudem offen für Stimmungen und Eindrücke von außen: Man schießt – sich selbst uneingestanden – immer schon nach der nächsten Maske.

Man ist schnell von anderen Personen beeindruckt, solchen Eindrücken zuweilen ausgeliefert. Dies erklärt, warum man oft schon „nach dem ersten Eindruck“ in fremde Identitäten schlüpfen kann (psychologisch: quasi „symbiotisch“ das Leben eines anderen führt). Da man nicht selbst empfinden kann, empfindet man „nach“: Man steigt in fremden Rollen auf, wechselt ohne Schwierigkeiten von einer Rolle (Identität) in die nächste – man tarnt sich mit fremden Zugehörigkeiten, schlüpft in andere Personen und Masken. Und da die Tarnung zum Selbstverständnis wird, muss immer mit einer erhöhten Erkrankungsneigung gerechnet werden. Körperlich sind Krankheiten hier häufig hormonell bedingt und spiegeln die Angst, sich zu leben.

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

Die persönliche äußere und in der Folge innere Welt ist in großem Ausmaß Unberechenbarkeiten und irritierenden Situationen (im Extrem auch Schocks) ausgesetzt. Das wirkt sich zunächst auf das reaktive Verhalten und in konkreten äußeren Gegebenheiten aus.

Ursache von Irritation ist immer eine überlagernde Beeinflussung des Egos durch eine zunächst fremdartige Macht: die „Macht des Himmels“, eine „höhere Erkenntnis“. Was die Anlage der Konstellation schwer ins Leben integrierbar macht, tritt dadurch hervor, dass die quasi „anonyme

Quelle“ der Überlagerung und Beeinflussung („Himmel“) gegen eine identifizierbare Quelle (eine konkrete Person oder ein bestimmtes Ereignis) vertauscht wird. Anders formuliert: Der Mensch sucht sich im konkreten Außen eine dinghafte Entsprechung für etwas, was eigentlich immateriell ist. So entstehen irritierende paradoxe Handlungssituationen: Man lehnt sich an andere an, um von ihnen bestimmt zu werden, aber ohne ihnen eigentlich zu trauen.

Derart ist man bei dieser Konstellation auch aus dem eigenen Ego und seinem realen Lebensumfeld „herausgehoben“. Das Ego wird für schwach gehalten, es scheint einem nicht zu gehören. Es wird auf unbrauchbare Stellvertreterfiguren projiziert, die das Versprechen von Stärke nicht halten können (und deshalb irritieren). In diesem Kontext besteht aber auch eine Chance auf Weiterentwicklung durch die Erkenntnis, „dass Gott eine reale, konkrete, materialisierte Erscheinung auf Erden annehmen kann“. Voraussetzung dafür ist allerdings das Sichbefreien vom Ego als Maßstäbe setzender Instanz.

„Befreiung“ bedeutet auch, sich zu trauen, paradox und ohne so genannte Folgerichtigkeit zu reagieren – und somit andere zu schockieren. Das jeweilige Entwicklungsniveau entscheidet, ob dieses Handeln absurd-grotesk oder kreativ ist. Eine der „rationalen Normativität“ verpflichtete Gesellschaft neigt zu einer Ausgrenzung derartiger Individuen (zum Beispiel in Nervenkliniken), da den so genannten Normalen die Fähigkeit abhanden gekommen ist, Erfahrungen so genannter „Verrückter“ nachzuvollziehen (die in auch der Spiritualität verpflichteten Gesellschaften durchaus als „Heilige“ gelten können).

„Vorstellung zu leben ist leichter als Wirklichkeit zu leben!“ Der Mensch ist bei dieser Konstellation von höchster Stelle aufgerufen, die verloren gegangenen Ideale der Menschheit konkret sichtbar zu machen. Man muss sich unkonventioneller Methoden bedienen und in gewissem Sinne ein nicht kalkulierbares (nicht konventionelles!) Lebensrisiko eingehen.

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

Es besteht eine allgemeine Trennung von Vorstellungswelt und Lebensrealität im räumlichen, konkreten Umfeld. In der Kindheit finden sich zwanghafte körperliche Verhaltensweisen (zum Beispiel bei Besuchen immer einen Diener oder Knicks machen müssen oder sofortige massive Unterdrückung aggressiver Impulse oder vorstellungsgebundene künstliche Mimik), die bei den Eltern abgeschaut wurden.

In der Regel besteht ein Gefühl ständigen Verhindertseins im Ego-Bereich, das heißt Verhaltensweisen, die im sichtbaren spontanen Handeln zu Befriedigung führen würden, sind tabu. Stattdessen lebt man dieses Verhalten in der Vorstellung aus. Da körperliche Vorgänge aber einfach dennoch ablaufen, müssen die Vorstellungsfixierungen (zum Beispiel der Körper sei schlecht) doch (unter größten Ängsten) gelockert und gelöst werden, denn das Körperliche kann (vor allem in der Pubertät) nicht ignoriert werden. Häufig findet sich in diesem Zusammenhang ein ausgesprochenes Masturbationsverbot beziehungsweise fehlende Aufklärung von Seiten der Eltern. Zwanghafte Masturbation beim Erwachsenen und/ oder Lustgewinn aus der Vorstellung sexueller Praktiken können daraus folgen.

Häufig findet sich auch ein starker Mutterbezug, manchmal sogar eine Mutterfixierung mit stark oralen Zügen (die Fixierung soll die Befriedigung oraler Bedürfnisse gewährleisten).

Bei dieser Konstellation ist eine starke Bindung an das matriarchalische Prinzip gegeben. Da das Matriarchalische als „Erscheinung“ das unübersehbare und unausweichliche Zentrum der Welt

ist, ist man zwanghaft an dieses Phänomen schlechthin gebunden. Unter anderem bedeutet das: Fixierung auf konkret ausgeübte Macht (Gewalt), Fixierung auf reale Vorgänge (die Beruhigung im realen Geschehen) und Fixierung auf Funktionsabläufe (Befriedigung, wenn man weiß, wie etwas funktioniert = Lustgewinn über Funktionszwänge).

Da sich die Erscheinungswelt (das Phänomen) in der Vorstellung jedoch wie alles in der Vorstellung völlig wirklichkeitsfremd übersteigern lässt, ist man immer in der Gefahr am konkreten Phänomenalen „hängen zu bleiben“, weil es einem als „das Positive überhaupt“ erscheint. Dadurch „erscheint“ einem das, was einem „nicht erscheint“, bisweilen sogar als nicht existent. Nur auf hohem Entwicklungsniveau ist man in der Lage, die tief sitzende Skepsis gegenüber allen unsichtbaren Bereichen abzulegen.

Möglicherweise ergibt sich auch eine stark ausgeprägte Skepsis bis hin zur „Unüberzeugbarkeit“. Die Ursachen dafür liegen häufig in einer umfassenden Unterwerfung des Menschen dieser Konstellation unter egofremde Vorstellungen (oft der Eltern), zum Teil in Verbindung mit Gewaltanwendung. In der Folge wird man alles dafür tun, einzig die eigenen Vorstellungen durchzusetzen. Man bleibt unüberzeugbar.

Es ist notwendig, die eigene Sichtweise des Realen und Konkreten während des Lebens gründlich zu revidieren. In der Regel gilt es, die Knechtung durch das Materielle der Phänomene abzuwenden. „Knechtung“ bedeutet in diesem Zusammenhang: vom Materiellen verplant zu werden; in ihm gefangen zu sein; gleichzeitig aber in der Vorstellung zu leben, man selber hätte die Macht, man selber hätte die Entscheidungsfreiheit.

Venus7/ - Pluto/ - oder Jupiter/ Saturn-Konstellation = analog Saturn im 3. Quadranten

Das bei dieser Konstellation vorgefundene Bedürfnis, Entgegenkommende(s) (Menschen, Idee) kalkulierbar und regelbar zu machen, es zu ordnen und damit seines Anteils an Unvorhersehbarkeit zu berauben, ist die Grundlage für eine prinzipielle und tief sitzende Berührungsangst. Es handelt sich dabei weniger um seelische als um geistige Berührungen, denen man zumindest ängstlich-abwartend, wenn nicht deutlich-abweisend („bis hierher und nicht weiter ...“) entgegensteht.

Daraus resultiert schon in frühen Jahren ein Defizit an Fremderfahrungen, das heißt ein Mangel auch an Erlebnissen mit fremden Menschen oder Ideen. Sie mögen zwar da sein, doch sie werden nicht „herangelassen“. Ergibt sich (durch partielle Lockerung) ein wirklich enger Kontakt, so zeigt sich, dass (für den Fall, dass das Grundproblem selbst ungelöst blieb) dieser Kontakt schnell „formal geregelt“ wird. Das bedeutet zum Beispiel, dass nach kurzer Zeit des Kennenlernens ein Partner in die Ehe (auf „ein Terrain formaler Regelungen“) gezogen wird. (Damit ist nichts über die Frage ausgesagt, ob Liebe im Spiel ist oder nicht.) Es tritt also erneut das Bedürfnis hervor, das oder den Entgegenkommende(n) – also auch den Partner – kalkulierbar und regelbar zu machen. (Dies enthält keine moralische oder andere Wertung, ist weder „gut“ noch „schlecht“, es ist einfach eine Beschreibung der Verhaltensneigung.)

Natürlich ist zum Beispiel eine Ehe (oder eheähnliche Form) keine Gewähr für den Ausschluss von Unkalkulierbarem. Insofern wird der Mensch im Laufe der Zeit einsehen, dass die Geregeltigkeit seiner vergangenen, gegenwärtigen und sogar der (in der Vorstellung) zukünftigen Beziehungen aus Schutzgründen aufrechterhalten wird. Dieser Schutz vor dem anderen ist eine selbst errichtete Mauer, die selbst zu überwinden nach Jahren des Bauens nicht einfach ist. Der Schutz

funktioniert also in beide Richtungen: für Bewegungen von außen nach innen (zunächst auch so vorgesehen), später aber auch für Bewegungen von innen nach außen. Dies führt zu einer gleichsam inszenierten Selbstisolation und damit (im sie Erleben) auch zu der scheinbar plausiblen Bestätigung: „Von anderen werde ich nur enttäuscht.“

Diese unterschwellige Bereitschaft, enttäuscht zu werden, muss in ihrem „Automatismus“ erkannt und durchbrochen werden. Ansonsten besteht auf Dauer die Gefahr, in versteinerten Beziehungen oder Beziehungsmustern (routineartigen Ritualen) zu leben (mit entsprechenden Spätfolgen wie zum Beispiel dem Gefühl, Liebe sei nur Pflicht). Auf hohem Entwicklungsniveau erlaubt es aber gerade diese Anlage, dem menschlichen und geistigen Miteinander das Gewicht zu geben, welches ihm gebührt. Man hat erkannt, dass niemand auf Dauer hinter Mauern leben kann und darf (auch nicht hinter selbst gebauten Mauern). Möglicherweise wird man aus eigener Erfahrung zum Helfer für jene, denen das Überwinden des selbst erbauten Hindernisses nicht gelingt.

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.

Im „Basisprofil“ erfahren die Leserinnen und Leser Grundsätzliches über das Leben und die Persönlichkeit des Menschen, für den das Profil erstellt wurde. Deshalb ist das Basisprofil auch ein guter Einstieg in das Gesamtprofil, wenn das Interesse hauptsächlich den allgemeinen kollektiven Rahmenbedingungen der individuellen Anlage und Lebensweise gilt. Hier finden sich immer auch die Aspekte, durch die sich „jede(r)“ angesprochen fühlt – wenn sie oder er typischen und archetypischen Zügen ihrer oder seiner Person auf der Spur ist.

Einleitung

Das Basisprofil (auch Kollektivprofil genannt) beschreibt die tiefen Grundzüge der Persönlichkeit der zu analysierenden Person – astrologisch bezogen auf die Konstellationen der Kollektivplaneten Saturn, Uranus, Neptun und Pluto in Bezug auf die jeweiligen Quadranten.

Hintergrund

Im Basisprofil ergeben sich einerseits allgemeine, andererseits aber auch sehr grundsätzliche Aussagen. Daher kann das Basisprofil ein sinnvoller Einstieg in das Gesamtprofil der astrovitalis-Analyse sein. Die Planeten Saturn, Uranus, Neptun und Pluto werden in ihren Quadrantenstellungen ausgewertet und danach zum Verhalten (der Sonne) in Beziehung gesetzt.

Aus dem Zusammenspiel der Kollektivplaneten Saturn, Uranus, Neptun und Pluto mit dem Verhaltensmodus, welcher durch die Sonne angezeigt wird, ergeben sich die „tragenden Pfeiler“ der Anlagestruktur. Das Basisprofil verbindet daher die Inhalte der einzelnen Felder eines Quadranten mit der Energie des darin befindlichen Planeten zu einem Ursache-Wirkung-Verhältnis. Der Verhaltensmodus der Sonne ist in der Regel der Indikator für die Auswirkungen der Profillinhalte auf einen Lebensbereich, da Verhalten immer Wirkungen erzeugt oder deren Umsetzung im Erleben darstellt.

Nutzen

Psychologisch betrachtet ist der „kollektive Bereich“ der menschlichen Seele der tiefste, der geheimnisvollste und der am wenigsten entschlüsselte, er ist der Basisbereich. Wenn man in die kollektiven Strukturen der Seele eintaucht, verbindet man sich mit Unendlichkeit und Ewigkeit. Raum und Zeit, wie sie das Bewusstsein kennt, existieren dort nicht und so liegt der Nutzen solcher Beschreibungsversuche im Rahmen der astrovitalis-Analysen in ihrer Wirkung auf die Leserin und den Leser: Die Analysierten fühlen sich an „Grundsätzliches“ im Leben und in der eigenen Persönlichkeit erinnert.

Psychologie: Aufgabenprofil

SICH AM RECHTEN PLATZ NIEDERLASSEN

Saturn / Stiervenus

Durch eine empfindliche Störung der Stillphase empfindet das Kind in der Folge subjektiv, zu wenig Nahrung zu bekommen. Es entwickelt kompensatorische Aktivitäten im realen, konkret-materiellen Lebensbereich um die dortige Eigenwerthemmung zu überwinden. Die Kompensation führt in der Regel aber bald zu einer durch Oralität bestimmten Abhängigkeit von physischen Merkmalen. Damit ist einerseits Fixierung auf alle der realen Sicherheit dienenden Dinge gegeben, andererseits ein Gehemmtsein gegenüber diesen Dingen.

Die Neigung, sich etwas „einverleiben“ zu wollen, wird häufig handlungsleitend (was nicht bedeutet, dass sie im Handeln immer sichtbar wird). Das Gefühl: „Das will oder könnte ich haben“ dient dazu, die frühkindlich entstandene Angst vor Nahrungsverlust (und damit die Furcht, zu verhungern) zu kontrollieren. Die Ursache der subjektiven Verlustangst findet sich häufig bei der Mutter (oder auch Amme). Die „Spenderin erster Nahrung“ wurde dem Bedürfnis des Kindes nicht gerecht. Reduzierte Muttermilchproduktion, Brustdrüsenentzündungen usw. können die reale Ursache eines subjektiv als Nahrungsentzug oder -vorenthaltung empfundenen Mangels sein.

Aufgabe: Sublimierung der neurotischen, an Oralität angelehnten Wunschbilder.

DEM SINN DES LEBENS AUF DER SPUR

Saturn / Jupiter

In weltanschaulichen Fragen gibt es bei dieser Konstellation entweder nie oder ständig Glaubensprobleme. Charakteristisch ist ängstliche Vermeidung von Sinnfragen. Hoffnungsmangel kann Depressivität (im Sinne geistiger Melancholie) bedingen. Das Prinzip der Hoffnung hilft dem erwachsenen Menschen, ohne definitive Gewissheit aber doch im Glauben an das Erreichbare weiterzuleben. Gewissheit ist nur durch gelebte Erfahrung möglich und genau das ist bei dieser Konstellation ein Grundproblem: Wie kann man Erfahrungen vor zerstörerischem Zweifel (der oftmals alles relativiert und vom Erlebnis zu abstrahieren trachtet) schützen? Der Hang zu grüblerischer, dogmatischer Grundhaltung ist im Rahmen dieser Anlage unverkennbar.

Der erwachsene Mensch gefällt sich im Bild des vom Berge herabsteigenden Propheten, der in seinen Händen die Gesetze Gottes oder die Gesetze der Natur hält – und der im eigenen Lande nicht Gehör findet. Menschen brauchen Bilder zur Orientierung. Sie weisen ihnen so „häppchenweise“ und anspielungshaft auf ihrem Lebensweg die Richtung ... Im Rahmen dieser Konstellation aber sind die Bilder selbst bereits ein gefügtes Ganzes – und dennoch kommentarlos und selbstredend über sich hinausweisend. Diese Konstellation zeigt das Dilemma desjenigen Menschen, der die Schatzkarte besitzt, nicht aber das Land kennt, in dem der Schatz verborgen ist. Alles scheint greifbar nah – und liegt doch so fern. Die Folge ist oft Nihilismus. Dieser Nihilismus (der nicht selten den Eindruck einer anerzogenen „Philosophie der Sinnlosigkeit“ macht) kann und sollte nur durch stetige und gründliche Überprüfung der eigenen Anschauungen – und auch der anderer – überwunden werden. Denn eine solche Philosophie der Sinnlosigkeit trägt im Rahmen dieser Konstellation entweder kompensatorische Züge oder manifestiert sich als Scheintugend, der man innerlich nicht folgen mag.

Aufgabe: Einer der Objektivität verpflichteten Philosophie dienen.

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.

WAS KAM, DAS GEHT UND KOMMT WIEDER

Uranus / Zwillingenmerkur

Aufgrund einer unangemessen unruhigen Umgebung und damit gegebenen ständigen Ablenkungsmöglichkeiten während der ersten Lebensjahre tauchen Konzentrationsstörungen auf. Ebenso ist aber im Rahmen dieser Konstellation bei entwickelter Intelligenz eine besonders rasche Auffassungsgabe gegeben. Die in der Regel rastlose kommunikative Situation im Elternhaus zeugt von einer Über- oder Unterbetonung des Intellektuellen. Rast- und Ruhelosigkeit färben auf das Kind ab, es ist nervös und zappelig (zum Teil „hyperaktiv“). Die Funktionsabläufe überschlagen sich. Den erwachsenen Menschen charakterisiert auf hohem Entwicklungsniveau fast immer große Intelligenz, aber auch Kühle und bisweilen Gefühlskälte.

Es besteht die Gefahr der geistigen Arroganz bei gleichzeitiger Verneinung des Körperlichen („Computergehirn“). Man spürt den – oft für die Praxis folgenlosen – Drang, Originalität zu demonstrieren. Wirkliche innere Freiheit wird erdacht, nicht gelebt. Man will herausgehoben sein aus dem „langweiligen Durchschnitt“, gibt sich aufgeklärt und konsumiert jeden wichtigen Gedanken (oft ohne ihm zu trauen). Wichtig scheint für Menschen dieser Konstellation, das Blutleere des Rationalen zu erkennen und dessen Grenzen zu überschreiten („für ungültig zu erklären“).

Aufgabe: Theorien auf die Wirklichkeiten des Lebens beziehen.

ZU HAUSE ÜBER DEN WOLKEN

Uranus / Mond

Die Mutter wehrt das Weibliche ab. Dunkles macht Angst, ist mit Unreinheit assoziiert. Allgemein besteht eine sehr geringe seelische Belastbarkeit. Bei seelischer Enge führen Fluchttendenzen zu partnerschaftlichen Problemen. In der Regel ist bei dieser Konstellation die Mutter, möglicherweise aber auch der Vater, durch ausgeprägte Ausgefallenheit und Besonderheit im Verhalten gekennzeichnet.

Dies kann sich in Unkonventionalität der Mutter im Realen zeigen oder aber (häufiger) in ihrer, das Kind irritierenden, seelischen Distanziertheit. Für das Kleinkind bedeutet dies entweder einen Mangel an Pflege oder eine aus Schuldgefühlen herrührende Übersättigung mit Liebe beziehungsweise gespielter Gerührtheit. Die Mutter entbehrt dabei in Bezug auf das Kind nicht immer der Liebesfähigkeit (Identifikationsmöglichkeit), doch ist in der Regel die Unruhe der seelischen Entfernung zwischen Mutter und Kind spürbar. Diese Entfernung wird nur dann vom Kind im Sinne eines Schutzreflexes selbst aufgebaut, wenn es von der Mutter seelisch bedrängt wird.

Generell hat aber die massive Irritation des Urvertrauens im späteren Leben Gefühlsverarmung bis -erkaltung zur Folge. Die archetypische Mutter symbolisiert in ihren dunklen Zügen auch das Unbewusste als solches. Dem Erwachsenen erscheinen diese Züge als suspekt und „schmutzig“. Typisch ist im Rahmen dieser Konstellation auch die Angst vor Unreinheit auf allen Ebenen (körperlich, geistig und seelisch).

Aufgabe: Die Angst vor seelischer Nähe überwinden lernen.

DAS LEBEN FINDET IMMER WEGE

Uranus / Sonne

Ein vorgeburtliches Bedrohungserlebnis bestimmt diese Konstellation (möglicherweise Abtreibungsgedanken der Mutter). Beengendes erzeugt Angst, es entstehen Fluchtreflexe. Eine allgemeine Einschränkung der Erlebnisfähigkeit ist die Folge. Beim Erwachsenwerden dringt die Erinnerung an die Lebensbedrohung bei gleichzeitig versperrten Fluchtwegen häufig direkt in das Bewusstsein. Um der Bedrohung zu entgehen, ist man ständig „auf der Hut“, angespannt, übernervös, konzentrationschwach. Typisch ist hier eine Beengungspsychose (man muss panikartig den engen Mutterleib verlassen). Fluchtwege (auch soziale) müssen nun immer offen sein. Integriert sein (Routine) erzeugt Angst.

Kompensiert wird die Angst häufig mit Scheinüberlegenheit (man glaubt, etwas Besonderes zu sein). Im schweren Fällen flieht man vor sich selbst (Zentrumsflucht), kann nichts aufbauen, nichts zu Ende führen. Man hält sich – innerlich labil flackernd – an der Peripherie der Dinge auf. Bei genügender Bewusstwerdung der Problematik ist man aber fähig, unnötigen Ballast fallen zu lassen und dabei auch notwendige Bindungen (sachliche und/ oder menschliche) einzugehen. Es bleibt aber immer eine gewisse Teilnahmslosigkeit an realen und seelischen Vorgängen, wodurch andere häufig in ihrer Meinung bestätigt werden, man sei unnahbar und schwer erreichbar.

Aufgabe: Mehr-Beachten realer Notwendigkeiten. Über-Blicke wahren.

JEDES ENDE IST EIN NEUER ANFANG

Uranus / Pluto

Die Mutter trägt dem männlichen Prinzip gegenüber eine Art Urzweifel in sich. Das geborene Kind versucht daraufhin, das Männliche in sich – und später in anderen – zu unterdrücken. Da dies nicht immer möglich ist, kommt es zuweilen zu einem massiven Zusammenbruch der Vorstellungswelten. Beziehungen besteht eine große Angst vor dem Eingehen einer Bindung. Dabei klaffen Vorstellungen und Wirklichkeit in eklatanter Weise auseinander.

Die vorgeburtliche Situation ist oft von unsichtbaren und in der Tiefe unüberbrückbaren Spannungen zwischen Mutter und Vater gekennzeichnet: Die Vorstellungen der Mutter bezüglich des Vaters, ihre Phantasmen über ihn, entsprechen nicht seiner Wirklichkeit, seinem Naturell. Aus Angst, in Ruinen einer zusammengebrochenen Vorstellungswelt, eines zerstörten Phantasmas zu leben, hat die Mutter alle Zweifel weggedrängt. Das reicht bis zum Geburtsvorgang zurück: Die Geburt des Kindes selbst soll weggedrängt – und verdrängt werden.

Das Kind, dem Enttäuschungsdruck ausgeliefert, versucht im Älterwerden das männliche Prinzip („Animus“) sozusagen (als Platzhalter) für die Mutter zu bekämpfen. Das faktische Geschlecht spielt dabei zunächst keine Rolle. Jungen fühlen sich dabei jedoch als Mann nicht (von der Mutter) akzeptiert und reagieren daher häufig mit Hass gegen alles Weibliche in sich und im Außen (vgl. Animaverdrängung). Mädchen haben beim Älterwerden ebenfalls Schwierigkeiten mit der eigenen Weiblichkeit und werden (quasi als „willkommene Rache für ihre Enttäuschtheit“) den Männern „die Hölle heiß machen“. Generell herrscht immer eine ungeheure innere Hochspannung (Geburtsvorgangsassoziationen), die über die Vorstellungswelt abgelassen werden will.

Spannung und Gezwungensein werden zur Vorstellung, werden damit zur Orientierung im Leben. Irgendwann kommt es dann zu einem notwendigen Zusammenbruch der Vorstellungswelt und somit zur Wiederholung der vorgeburtlichen Situation der Mutter.

Im Grunde ist man hier durch das Gefängnis der Vorstellung und der Phantasmen ein Leben lang von sich getrennt, es sei denn, man überwindet die Vorstellungsmechanismen, die Isolation und den kompensatorischen Machtwunsch, andere von den eigenen Vorstellungen überzeugen zu wollen!

Aufgabe: Lernen, ohne zu feste Vorstellungen, Bilder und Phantasmen zu leben.

AM ANFANG WAR DAS WORT

Neptun / Zwillingmerkur

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.

AM ANFANG UND AM ENDE IST ALLES EINS

Neptun / Mond

Das gleichgeschlechtliche Elternteil sieht im Kind aufgrund wesensmäßiger Ähnlichkeiten eine Konkurrenz. Das Kind „tarnt“ sich deshalb (auch „hormonell“). Es kommt zu einer „nicht-geschlechtsspezifischen Entwicklung“ in Seele, Geist und Körper. Der Erwachsene fühlt sich daher Geschlechtsgenoss(inn)en oft unterlegen. Identifikation heißt, sich mit etwas verbinden, „was mir gleich ist“. Obwohl man geschlechtlich ist, lebt man in den ersten Jahren quasi „geschlechtslos“. Daraus folgt eine Neigung zur Identifikation mit gleichgeschlechtlichen Bezugspersonen, mit dem gleichgeschlechtlichen Elternteil (Außen-Ich). Weil aber fehlende Eigenentwicklung als Schutzmechanismus notwendig ist, um das Überleben zu sichern, ist diese Identifikation mit Vater oder Mutter eigentlich eine Konkurrenz.

Aus der Konkurrenzsituation ergibt sich parallel die Parteinahme für das gegengeschlechtliche Elternteil und damit die klassische ödipale Situation (Resultat: Gefahr des Vater- oder Mutterkomplexes). Das Kind unterdrückt die Entwicklung der eigenen Geschlechtlichkeit, was beim Erwachsenen unter anderem zu seelisch bedingten Störungen von Partnerschaften führt. Andererseits bedingt im Rahmen dieser Konstellation Hypersensibilität starke idealistische, mystische oder intuitive Neigungen. Wenn der Mensch im Älterwerden Formlosigkeit in Stabilität verwandelt, kann er seinen Hunger nach emotionaler Nahrung und nach lebendigen Bildern aus sich selbst heraus befriedigen. Ansonsten bleibt die Gefahr der Selbsttäuschung ein Leben lang bestehen.

Aufgabe: Gewissheit entwickeln, dass das eigene Naturell ungestraft gezeigt werden kann. / Selbstwusstsein entwickeln, das eigene Naturell ungestraft zu zeigen.

DIE SUCHE NACH DEM HEILIGEN GRAL

Neptun / Jupiter

Schon das Kind spürt oft, dass seine eigenen Wahrnehmungen nicht immer mit dem übereinstimmen, was die Personen seiner Umwelt über das von ihm Wahrgenommene äußern. Es entsteht ein Konflikt zwischen Glaube und Gewissheit, weil die tatsächlichen Erfahrungen des Kindes mit den Überzeugungen der Umwelt nicht übereinstimmen. Werden Glaubensinhalte nicht durch Erfahrungen ergänzt, entsteht zwangsläufig Leiden an einem Mangel an Gottes-Gewissheit. Diese ist eine generelle Anlage (als eine transzendente Erfahrung und Erfahrung von Transzendenz). In dieser Konstellation aber ist der Mangel an Gewissheit verstärkt, den man durch eine (Über-)Betonung der (institutionalisierten, pathosreichen) Glaubensinhalte kompensiert.

Nicht selten ist das Kind einer ihm unerklärlich bleibenden und es verunsichernden „tauben Frömmerei“ seitens seiner Eltern ausgesetzt. Der oft ritualisierte Kirchengang erscheint allen Beteiligten quasi als „ein Naturgesetz“ und bedarf so keiner Erklärung. Manchmal allerdings ist „Kirche“ für die Eltern auch ein Reizwort. „Glaube und Kirche“ werden dann (wenn überhaupt) nur am Rande thematisch. Das „Reale“ ist wichtiger. In beiden Fällen ist aber fehlende Gottesge-

wissheit die Ursache für den später auftretenden Heißhunger nach abstraktem, philosophischem, auch „sinntiefendem“ Wissen.

Der erwachsene Mensch kann seine wahrhaftige Einsichtsfähigkeit erweisen, wenn er lernt, keinem Götzen zu dienen, sondern nur sich selbst! Die Erfahrung des Transzendenten darf nicht zur Anschauung verarmen, sie muss gelebt, nicht nur „gedacht“ werden. Bleibt Transzendenz lediglich Gedanke, dann entsteht eine verschwommene, erfahrungslos bleibende Religiosität ohne erlebte Gewissheit.

Aufgabe: Den Unterschied zwischen Priestern und Heiligen erkennen!

ÜBER DAS GEBEN WIRD DAS NEHMEN LEICHTER

Pluto / Stiervenus

Die Welt des Materiell-Konkreten macht auf das Kind einen intensiven Eindruck (zum Beispiel durch ihre Über- oder Unterbetonung durch die Eltern). Das führt angesichts materieller Dinge zu zwanghaften Sicherheitstendenzen und zu Befürchtungen, dass die eigenen Grenzen verletzt werden. Der unter dieser Konstellation lebende Mensch wird leicht der Typ des „Herdenführers“, denn seine Fähigkeit, „alles beisammen zu halten“, schafft Vertrauen bei anderen.

Aufgrund der einstigen ungewöhnlichen materiellen und finanziellen Verhältnisse der Eltern findet sich der erwachsene Mensch oft in Machtkämpfe um Räume (Reviere) verwickelt und in Revierverteidigungskämpfe. Das Kind ist auf die Welt des Phänomens fixiert und läuft Gefahr, dem Konkreten schlechthin auch in der Vorstellungswelt phantasmatisch zu verfallen. Oft führt dies auf geistiger Ebene zur Ausbildung von Pragmatismus und auf der realen Ebene zu Sicherheitszwängen („1000 Versicherungspolicen“). Fähigkeiten, das Leben konkret („im Hier und Jetzt“) zu genießen sind oft unterdrückt. Häufig erscheint „Lebenslustigkeit“ erst im Alter (zum Beispiel nach dem Tode eines langjährigen Partners oder „Lebenspartners“). Es gilt frühzeitig zu lernen, „ein Stück vom Lebenskuchen zu beanspruchen“.

Vor allem bei wohlhabenden Eltern läuft man immer wieder Gefahr, der Vorstellung, dem Phantasma immer währenden Überflusses zu huldigen. Gelegentlich werden auch andere zur Sicherung der eigenen Befriedigung benutzt. Generell kann der Mensch sich aber auf dem Hintergrund dieser Konstellation sehr gut auf die eigenen Kraftreserven verlassen – soweit er gelernt hat, die Gefahr einer allgemeinen Verfestigung zu erkennen und ihr entgegenzuwirken.

Aufgabe: Unbedingte Lockerung der Fixiertheit durch das Konkrete.

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.

LAUT UND DEUTLICH

Mars / Zwillingenmerkur

Diese Konstellation manifestiert sich als Anlage zu ausgeprägtem, kraftvollem, möglicherweise auch gereizt-aggressivem Ausdruck. Dies gründet im Geistigen als Fähigkeit, rational und konkret zu denken. Aus solcher Manifestation leitet sich auch die dem entsprechende körperliche Beweglichkeit ab (zum Beispiel in Mimik und Gestik) sowie das ihr korrespondierende sprachliche Verhalten. Dessen Modi sind oft nicht ausgeglichen; es kommt häufig zu auch verbalen Streitigkeiten. Die prinzipiell latent gereizte Denkhaltung sollte unbedingt positiv entwickelt und dabei beruhigt werden.

Aufgabe: Beruhigung, eigenen Ausdruckskapazitäten eine angemessene Richtung weisen.

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 Reaktionsschnelligkeit sind die Konsequenzen.

Aufgabe: Verstehen lernen, dass Gefühle vom Eigenimpuls abhängen.

Das „Aufgabenprofil“ bietet eine Vielfalt individueller Aspekte. Weil hier praktische Erfahrungen sehr genau verarbeitet wurden, werden sich gemeinte Leserinnen und Leser wiedererkennen – aber auch widersprüchliche Informationen und Hinweise finden. Damit entspricht die Darstellung des Aufgabenprofils der Komplexität des Lebens, das als solches – auch im Rahmen bestehender kollektiver oder individueller Grundorientierungen – widersprüchlich sein kann. Es kommt deshalb darauf an, sich mittels Aufgaben, die sich aus solchen Rahmenbedingungen ergeben, der persönlichen Triftigkeit der möglichen oder wahrscheinlichen Zusammenhänge zu vergewissern. Die Texte des Aufgabenprofils unterstützen die gemeinten Leserinnen und Leser bei dieser persönlichen Gratwanderung.

Einleitung

Das Aufgabenprofil beschreibt die umfassenden Persönlichkeitsausprägungen und formuliert für die jeweilige Konstellation eine sich aus dieser ergebende Lebensaufgabe – astrologisch bezogen auf die Felder- und Zeichenstellungen sowie die Aspekte aller zehn Planeten untereinander.

Hintergrund

Das Aufgabenprofil basiert auf einer im Geburtsbild formal vorhandenen Felder- oder Zeichenstellung beziehungsweise auf einem Aspekt der beiden angegebenen Planeten. Das Aussagenetz ist beim Aufgabenprofil feiner gewoben – nicht tiefer – als beim Basisprofil. So entsteht bei Kombination mit den Aussagen des Basisprofils ein sehr „gerundetes Bild“ der Persönlichkeit der zu analysierenden Person angesichts ihrer vorgeburtlichen, frühkindlichen und erwachsenen Anlagen. Bedenken Sie bitte, dass Aussagen sich – durchaus in Analogie zum Geschehen beim Menschen aus Fleisch und Blut – widersprechen können. Dies hat nichts mit einer „Unflexibilität der Deutung“ zu tun, sondern mit der Vorgabe des Geburtsbildes. Widersprüche und „Ungeheimheiten“ beim Vergleich der Anlagen untereinander gehören mit zur Lebenswirklichkeit eines jeden Menschen und damit auch zu einer jeden Person, für die mittels astrovitalis ein individuelles Profil erstellt wird.

Nutzen

Das Aufgabenprofil verdichtet alle Anlagestrukturen des Geburtsbildes und erstellt entsprechend auch eine überschaubare Textmenge. Aus den Aussagen werden die Aufgabenformulierungen abgeleitet. Dadurch steht ein prägnantes und dennoch in Einzelteilen lesbares Bild der zu analysierenden Person. Die „Aufgaben“ können sehr pragmatisch als „Arbeitsgrundlage“ für jeweilige aktuelle Lebensthemen verstanden werden. Sie stellen gleichsam zu erreichende Ziele dar und markieren so die Lösung der beschriebenen Aufgabe.

Psychologie: Lösungsprofil

SICH AM RECHTEN PLATZ NIEDERLASSEN

Saturn / Stiervenus

Erscheinungsform (Auswirkung):

In den ersten Lebensjahren standen Sie vor der unausgesprochenen Aufforderung, sich in den bestehenden Familienverband einzuordnen und Ihre individuelle Lebensentwicklung hinter die Anforderungen dieser Gemeinschaft zurückzustellen. Ihre gesamte Familie erschien Ihnen vermutlich strukturell als starr, „in sich abgeschlossen“ und von außen und innen nur schwer überwindbar – wie ein „Familienclan“. Die Grenzen Ihrer Selbstentfaltung waren überdeutlich gezogen und Sie entwickelten Ängstlichkeit, Ihre eigenen Grenzen, die ja zunächst innerhalb der Familiengrenze verliefen, zu übertreten.

Als weitere wichtige frühkindliche Erfahrung gab es Ihr Gefühl, nicht genug „zu haben“, möglicherweise sogar „verhungern zu müssen“. Diese Erfahrung prägte sich in Ihnen als Angst vor Armut, Prestigeverlust oder Statusveränderungen aus. Vielleicht war dies auch dadurch bedingt, dass das Ansehen Ihrer Familie innerhalb der näheren Umgebung aufgrund möglicher finanzieller Probleme stark geschmälert war. In diesem Zusammenhang liegt eine Ursache für Ihre Fixierungen auf materielle Werte, die vielleicht in späteren Jahren den Blick auf die eigentlichen Ängste hartnäckig versperrten. Oftmals steht hinter der Angst vor finanzieller Abhängigkeit die Orientierung an materiellen Werten. Und die Grenze zur inneren Welt würde immer unüberwindlicher, denn Sie wären mit Ihrer Angst sehr auf die äußere Welt und den materiellen Erwerb konzentriert.

Natürlich wissen auch Sie, dass Geld allein nicht glücklich macht. Die ausschließliche „Versteifung auf Materielles“ führt in der Regel zu unbewussten Zweifeln an wirklicher persönlicher Sicherheit. Aufgrund des subjektiv empfundenen materiellen Mangels während Ihrer Kindheit und der daraus resultierenden Genusseinschränkungen sind Sie wahrscheinlich trotz vielleicht heute guter finanzieller Situation nur zögerlich in der Lage, Ihr Leben wirklich zu genießen.

Frühkindliche Verbote bezüglich der „angenehmen Seiten des Lebens“ sitzen vermutlich noch sehr tief und hartnäckig in Ihnen fest! Oft fühlen Sie sich daher von Ihrer triebhaften Natur „abgeschnitten“. Entwickeln Sie sehr schnell Schuldgefühle, wenn Sie sich etwas gönnen? Oftmals zeigt sich eine allgemeine Tendenz, keinen wirklich eigenen Lebensstil zu entwickeln und zu entfalten. Sie neigen wahrscheinlich unbewusst dazu, den Lebensstil Ihrer Eltern weiterzuführen, selbst wenn die äußere Form Ihres Lebens anders anmutet und Sie vielleicht in materiellen Umständen leben, von denen andere nur träumen. Sie würden dann durch ein Ihrer materiellen Situation unangemessen „bescheidenes“ Verhalten durchaus positiv auffallen.

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

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Sie haben die Stillphase als erheblich zu kurz empfunden und zwar unabhängig davon, ob mit oder ohne objektiven Grund. Daher entwickelte sich bei Ihnen zunächst eine elementare Angst, zu verhungern. Sie hatten, wie jedes andere Kind auch, zwei elementare Grundbedürfnisse: Wärme und Nahrung! Wurde eines davon, subjektiv empfunden, nicht befriedigt, erschien das als eine sehr bedrohliche Situation. In der Folge entwickelten Sie eine zwiespältige Beziehung zu allem Materiellem und Körperlichem. „Zwiespältig“ meint in diesem Zusammenhang auch, dass es

zwischen Ihrer inneren Einstellung und Ihrer äußeren Lebensführung beziehungsweise Ihrem äußerlichen Lebensstil Unvereinbarkeiten gibt. Diese zeigen sich von Zeit zu Zeit in Selbstwertzweifeln und Rückzugstendenzen aus dem äußeren Leben. Ihr tief begründetes Lebensgefühl: „Ich bekomme vielleicht wieder nicht genug, ich komme vielleicht wieder zu kurz, also muss ich schauen, dass ich mir meinen Anteil am Lebenskuchen sichere. Und genau das werde ich mit großer Hartnäckigkeit tun!“

Empfehlung (Lösungsweg)

Sie sollten lernen, das Leben in seinen materiellen und körperlichen Aspekten wirklich zu genießen und zwar ohne die Angst, immer zu kurz zu kommen. Tun Sie sich und anderen etwas Gutes, jeden Tag! Und sagen Sie sich dabei: „Ich bin es mir wert! Leben und leben lassen!“ Sollten Sie mit Abhängigkeits- oder Suchtproblemen oraler Art zu tun haben (zum Beispiel Rauchen oder Essstörungen), dann sollten Sie sich nicht scheuen, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen, denn das Problem ist zwar in den Griff zu bekommen, aber möglicherweise nicht von Ihnen allein.

Außerdem sollten Sie sich liebevoll darum kümmern, Ihr tief berührtes Sicherheitsbedürfnis durch regelmäßigen kommunikativen und emotionalen Austausch mit anderen Menschen zu befriedigen. Denn: Austausch bringt Ihnen Ausgleich.

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Drüsenprobleme allgemeiner Art, Kropf, Mandelentzündungen, Kehlkopferkrankungen, Stirnhöhlenerkrankungen, Erkrankungen im Hals- und Nackenbereich, alle Arten von Essstörungen.

DEM SINN DES LEBENS AUF DER SPUR

Saturn / Jupiter

Erscheinungsform (Auswirkung):

Wie stand es denn „damals“ mit dem Zugang zur geistigen Welt, zu Religionen, zu philosophischen Weltanschauungen? Erlebten Sie Ihre Eltern vornehmlich als Menschen, die an der geistigen Welt nur wenig oder vielleicht gar kein Interesse hatten? Wenn dies der Fall war, so dürfte auch Ihnen selbst dieser Zugang nicht leicht gemacht oder sogar versperrt worden sein. Das musste natürlich keineswegs in „böser Absicht“ passiert sein, doch führte es in seinen Auswirkungen möglicherweise dazu, dass Sie schon sehr früh einen großen Bereich des Lebens ausblendeten.

Wie so häufig im Leben, so kann auch aufgrund der gleichen inneren Anlage und Konstellationen genau das Gegenteil des eben Beschriebenen eintreten. Das Leben hat immer zwei grundsätzliche Möglichkeiten der Ausformung von Anlagestrukturen: entweder „Nein“ oder „Ja“. Das zuvor Beschriebene liegt auf der Seite von „Nein“. Aber die Seite des „Ja“ ist ebenfalls möglich und so hätten Sie also Eltern „vorgefunden“, die Ihnen den Zugang zur geistigen, religiösen oder philosophisch geprägten Welt bereitwillig geebnet und Sie sogar mit einem gewissen Erwartungsdruck in diese Richtung geleitet hätten. Vielleicht hatten Ihre Eltern in solchen Zusammenhängen auch – um sich selbst geistig weiter aufzuwerten oder von anderen zu unterscheiden – den geistigen oder ethischen Selbstaussdruck anderer Menschen unnötig oft oder scharf kritisiert oder gar vor Ihren Augen herabgesetzt.

In einem solchen „Milieu der Abgrenzung“ waren Sie dann einem sehr starken Erwartungsdruck ausgesetzt, das heißt Ihre Eltern stellen an Sie schon früh „viel zu hoch gesteckte“ geistige

Anforderungen. Erwarteten sie immer Ihre Zustimmung zu eigenen Meinungen und Äußerungen? Unterstellten Ihre Eltern, dass Sie ihnen schon als Kind geistig würden folgen könnten? Wie aber sollten Sie mit kindlichem Geist, der die „Verstiegenheiten“ des Erwachsenen noch nicht kennt, die Ansprüche Ihrer Eltern zufrieden stellen? Oft spielen dabei auch tief versteckte Nachholbedürfnisse der Eltern eine große Rolle: Was die Eltern nicht erreichen konnten, sollten nun Sie als ihr Kind, gleichsam „als die geistige Speerspitze der Familie“ vorweisen können. Und die Auswirkungen? Dass Sie sich schon sehr frühzeitig in den weiten geistigen und vor allem erwachsenen Landschaften bewegten, die der Mensch mithilfe seiner Gedanken erkunden kann. Ein Kopfreisender!

Natürlich gibt es, wie immer im Leben, auch die weite Zone „zwischen den Extremen“. Vermutlich dürften auch Sie sich in Bezug auf die oben dargestellten beiden Möglichkeiten irgendwo „dazwischen“ aufgehoben haben, in Ihrem persönlichen „Jein“. Doch war es für Sie recht schwierig, ein druck- und spannungsfreies Verhältnis der geistigen Welt gegenüber zu etablieren, ein Verhältnis des „Ja, aber ...“ und des „Nein, aber ...“ oder auch des entspannten „Jein“ – weil es immer wieder jemanden gab, der Ihnen mit mehr oder weniger großer Strenge sagen wollte, was „richtig“ und was „falsch“ im Leben sei; oder „was Sinn macht“ und „was Unsinn ist“; oder was „Wert hat“ und „was wertlos ist“ oder was „Ja“ bedeutet oder „Nein“. Die eigentliche Frage für Sie war aber: Wie kann ich meine eigenen geistigen Maßstäbe aufbauen, in meiner eigenen geistigen Welt selbstbestimmt leben, wenn ich doch mit so vielen Geboten, Vorgaben und Erwartungen konfrontiert bin und zunächst natürlich niemanden enttäuschen will. Fragen Sie sich heute ruhig einmal ernsthaft: „Kann ich das? Kann ich Ratschläge und Empfehlungen gelassen prüfen, ohne darin sofort Gebote, Vorgaben und Erwartungen zu mutmaßen oder zu befürchten?“

Da das Geistige des Menschen als Welt und Vorstellungen eine Hauptsäule seiner menschlichen Weiterentwicklungsmöglichkeiten darstellt, mussten oder müssen Sie eine Reihe von Schwierigkeiten und Ängsten auf dem Weg zu persönlicher geistiger Reife durchstehen. Sie erfuhren und erfahren „am eigenen Leib“, was es heißt, um wahrhaftige geistige Weiterentwicklung der Persönlichkeit und des eigenen Weltbildes kämpfen zu müssen. Das lässt Sie im Laufe der Zeit zu einem mental starken Menschen reifen, der in dem stabilen Gefüge von Ansichten und Einstellungen lebt, das er in langen Jahren errungen hat.

Manchmal ist für geistige Reife und Stabilität allerdings auch ein hoher Preis zu zahlen. Kennen Sie das Gefühl von Schwere und Melancholie, das sich gleich „dunklen Wolken“ von Zeit zu Zeit in Ihrem Kopf breit machen will? „Die Melancholie ist die Mutter der Kreativität.“ Vermutlich ist dieser kluge Satz wahr. Fühlt sich Melancholie nicht häufig an wie „Unzufriedenheit“ oder „Weltschmerz“, der oder dem man nur durch neue schöpferische, kreative Impulse entgegentreten kann? Wenn Sie also der Melancholie begegnen, so versuchen Sie am besten, dies mit Wohlwollen und Dank zu tun – denn sie möchte im Grunde nur Ihren tiefen Wunsch nach geistiger Weiterentwicklung ansprechen und Ihnen weiterhelfen. Beginnen Sie in solchen Lebensmomenten, sich mit etwas ganz Neuem zu beschäftigen. Vielleicht beginnen Sie eine interessante Weiterbildung oder unternehmen eine Reise zu einem Ort der Welt, der Sie schon immer fasziniert hat. Oder lesen Sie endlich das Buch, das Sie schon seit Jahren lesen wollten. Und beherzigen Sie folgende Weisheit für Suchende: „Die Wahrheit ist immer nur der im Moment unwiderlegbare Irrtum!“

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

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Sie sind von Lebensbeginn an gekennzeichnet von dem Drang, die Wahrheit im Leben und über das Leben herauszufinden. Seitens Ihrer Eltern haben Sie wahrscheinlich eine entweder recht massive Ablehnung oder aber auch eine starke Befürwortung des abstrakten, religiösen oder moralisch-ethischen Denkens erlebt, in beiden Fällen also eine „Übertriebenheit des Standpunktes“. Sie dürften ein spannungsgeladenes Verhältnis zur geistigen Welt verspürt haben und dieses Spannungsfeld umschließt Sie bis heute. Ihr Lebensgefühl in diesem Zusammenhang: „Den wahren, tiefen Sinn des Lebens zu ergründen ist mein vorrangiges Ziel im Leben, aber es erscheint mir fast unmöglich – denn die Wege sind so weit und die Irrtümer so vertraut.“ Die Melancholie des Geistes ist Ihr zeitweiligen Begleiter.

Empfehlung (Lösungsweg)

Sie sollten sich mit Sanftmut aber auch mit Nachdruck dazu erziehen, trotz noch offener Lebensfragen eine Grundzufriedenheit zu entwickeln. Sie können nicht alles wissen und Sie brauchen nicht alles zu wissen. Können Sie eine möglichst undogmatische Haltung entwickeln, dann werden viele Antworten „von allein“ zu Ihnen kommen, ohne Ihr Zutun. Wichtig sollte für Sie sein „was“ Sie wissen, nicht „wie viel“. Üben Sie sich, wenn nötig, auch in der Kunst des Vergessens, denn vieles von dem was der Mensch lernt und weiß ist Ballast und erschwert seinen „geistigen Auftrieb“. Solcher Ballast könnte bei Ihnen noch aus Kinder- und Jugendtagen stammen („echte Altlasten“).

Achten Sie zudem immer darauf, Ihren Glauben an die höheren Dinge des Lebens nicht zu sehr an Institutionen zu binden. Lassen Sie Ihren Glauben ungebunden ziehen, schweifen und suchen, auch dabei wird sich das wirklich Wesentliche oft ohne Ihr Zutun finden. Der Schnee auf einem Blatt in der Frühlingssonne rutscht auch ab ohne sein Zutun.

Noch ein wichtiger Hinweis: Sollten Sie unter Ängsten leiden, die durch eine stark religiös geprägte Erziehung hervorgerufen werden, so sollten Sie diese sehr ernst nehmen und gegebenenfalls auch therapeutisch behandeln lassen.

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

fast alle Krankheiten der Galle und der Leber, Gelbsucht, Hüftgelenkserkrankungen, Neigung zu körperlichen Fehlhaltungen, Verknöcherungen, Lumbago.

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 anlagemäßig 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 unterschwellige 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 „Anlehnsbedürfnis 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 Lebensgefühl 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.

WAS KAM, DAS GEHT UND KOMMT WIEDER

Uranus / Zwillingenmerkur

Erscheinungsform (Auswirkung):

In der Regel dürften Sie im Elternhaus über längere Phasen hindurch eine hastig-rastlose, „überdrehte“ oder anderweitig ungewöhnliche Kommunikationssituation erlebt haben. Schien nicht alles irgendwie ein wenig oberflächlich und schnelllebig, mit wenig Tiefgang, wenig Einführung in das, worum es beispielweise in Ihren Fragen an die Eltern wirklich ging? Hörte man Ihnen zu? Hatten Sie nicht oft das Gefühl, zu schnelle Antworten zu bekommen? Dies kann sowohl an einer Über- als auch an einer Unterbetonung des Intellektuellen in Ihrem Elternhaus gelegen haben.

Das „beschleunigte Leben“, eine „flache Atemlosigkeit von Unterhaltungen“ und ein „Handy-Gefühl“ befriedigten mit erhöhtem Informationsaufkommen zwar einerseits Ihre kindliche Neugier, ließen bei Ihnen aber eigentlich mehr neue Fragen entstehen, als dass alte beantwortet wurden. Auf den Punkt gebracht: Sie lebten häufig in einem Informationsüberschuss bei gleichzeitigem Erfahrungsdefizit.

Mangelnde Aufmerksamkeit der Außenwelt prägte den kindlichen Verstand. Waren Sie nervös und zappelig und „überschlugen“ Sie sich zeitweise? Heutzutage nennt man Derartiges gerne „Hyperaktivität“. Früher nannte man Sie vermutlich einfach „Zappelpilipp“.

Intelligenz und Liebe sind im Geburtsbild eines Menschen nicht ablesbar. Dennoch legt die Analyse Ihrer Persönlichkeitsmerkmale den Schluss nahe, dass Sie über eine höhere geistige Intuition als andere Menschen verfügen könnten. Wahrscheinlich sind Sie „intelligent“ im Sinne der Fähigkeit, lose verteilte Zusammenhänge in wenigen gedanklichen Schritten zu einem ansprechenden Konzept verarbeiten zu können. „Intelligenz“ wird oft definiert als die Fähigkeit, ein wiederholt auftretendes Problem nicht immer auf die auch gleiche Weise zu lösen, sondern immer neue Wege für effektivere Lösungsmöglichkeiten zu finden. Ihre Form der Intelligenz hat insofern auch mit einer gewissen geistigen Lust an Kreativität zu tun.

Zugleich laufen Sie allerdings öfter Gefahr, bei gleichzeitiger „Verneinung des Körperlichen“ einer gewissen geistigen Arroganz zu verfallen („Computerhirn“). Verlieren Sie nicht den Bezug zur handfesten Realität! Denken Sie nicht, Sie seien „etwas Besseres“. Und falls es nicht anders geht, dann denken Sie es nicht, seien Sie es! Gedachte Freiheit ist noch nicht gelebte Freiheit. Und was nicht gelebt wird, existiert nur im „Wolkenkuckucksheim“, aber nicht wirklich. Bleiben Sie mit beiden Beinen auf dem Boden, auch wenn Ihr Kopf in den Wipfeln der Bäume oder über den Dächern des Himalaya weilt.

Sie wollen aus dem „langweiligen Durchschnitt“ herausgehoben sein. Das ist nachvollziehbar. Sie geben sich zu Recht aufgeklärt und konsumieren – wie gerade jetzt auch – jeden wichtigen Gedanken. Allerdings trauen Sie ihm oft nicht. Das ist schade. Sie haben zuweilen einfach zu viel geistigen Abstand zur Welt, wodurch Sie ihr ein gerechtfertigtes Vertrauen vorenthalten. Kein Wunder, dass man Sie manchmal als „hochnäsiger“ ansieht. Aber allen Ernstes: Es gibt Schlimmeres. Wichtig scheint für Sie vor allem doch zu sein, dass Sie die gewisse „Blutleere“ des rein Rationalen erkennen und dessen Grenzen von Zeit zu Zeit überschreiten lernen beziehungsweise wenn nötig auch für ungültig erklären lernen. Sich zu verlieben, wäre ein solcher Moment. Sagen Sie dann nicht: „Ich denke, ich liebe dich“. Sagen Sie: „Ich liebe dich“. Welch ein Unterschied!

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

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Es bestand eine tief angelegte innere Unruhe auf allen Lebensebenen, verbunden mit dem Bedürfnis, immer ungebunden und beweglich sein zu können. Die eigentlich irritierende kommunikative Situation im Elternhaus war für Sie als Kind in der Regel zunächst nicht wirklich ein Problem, später hat aber der Intellekt eine sehr bestimmende Rolle zu spielen begonnen. Damit wurde „das Leben an sich“ für Sie „sehr relativ“ und zuweilen „blutleer“ und Sie mussten sich immer mehr um die Zufuhr von angemessenen, innovativen und „dieses flirrende Gefühl im Kopf herstellenden“ Informationsmengen kümmern. Für Sie ist jedoch im geistigen Bereich langfristig nicht Quantität sondern einzig Qualität wichtig!

Empfehlung (Lösungsweg)

Der Mensch leidet heutzutage oft an der Tatsache, dass er zwar extrem schnell extrem viele Informationen zur Verfügung hat, dennoch aber „nichts wirklich weiß“. Dies ist überspitzt formuliert – für Sie aber im Kern wahr. Denn auch Sie dürften sehr genau wissen, was damit gemeint ist. Um der angedeuteten Tendenz des „Wissens ohne wahres Wissen“ längerfristig zu widerstehen, sollten Sie Ihren „Wissenspool“ sortieren und sich auch „in der Kunst des Vergessens“ üben. Wahrscheinlich gehören Sie zu den Menschen, die in einem doppeldeutigen Sinne „zu viel“

wissen. Reduzieren Sie sich gedanklich besser auf ein „Weniger“ und auf das Wesentliche.

Zudem sollten Sie mehr und mehr lernen, nicht jeder Neugier nachzugeben. Schulen Sie Ihre Konzentrationsfähigkeit und vergessen Sie bei aller geistigen Akrobatik nie, dass das Leben auch eine emotionale Seite hat. Denken Sie das nicht nur und sagen Sie nicht nur: „Oh ja, das stimmt“ – sondern leben Sie das im Alltag! Im Ernst: Vergessen und ungelebt zurücklassen dürfen Sie vieles, nur das nicht. Sonst sind Sie nur „Kopf“ und nie „Herz“, sonst sagen Sie wie einst René Descartes: „Ich denke, also bin ich“ – als wenn das Leben sich nicht auch anders abspielte.

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Gleichgewichtsstörungen, Hautaffekte, Neigung zu allgemein angespannter nervlicher Situation, Hörsturz, Neigung zu Knöchelbrüchen, Koordinations- und Konzentrationsstörungen.

ZU HAUSE ÜBER DEN WOLKEN

Uranus / Mond

Erscheinungsform (Auswirkung):

Wäre die Seele eine Feder, so könnte sie mit dem Wind fliegen. Ungebunden, von allen Lasten befreit, herausgehoben aus den Niederungen der allzu vielen menschlichen Jammertäler, fern aller Bedrängnisse, mit weitem, erleichterndem Blick auf den fern zurückliegenden Horizont des Schmerzes ...

Sie sind eine Feder. Im innersten Wesen tragen Sie diese Leichtigkeit, diese Unbekümmertheit, diese Gelassenheit jener Menschen, die alles hinter sich lassen konnten und können, die in ihrer Herausgehobenheit geschützt sind vor den Stürmen des Lebens und die daher alle Bewunderung derer genießen, die den Untiefen, dem Schmerz und den dunklen Tälern dieses Lebens ungeschützt ausgesetzt sind.

Jedoch: Alle Dinge haben zwei Seiten. Die Herausgehobenheit aus dem, was seelisch relevant ist oder was seelisch bedrängte, dürfte in vielerlei Hinsicht ihren Preis gehabt haben: Scheu (oder gar Angst) vor seelischer Nähe. Bildlich formuliert sitzen Sie auf einer Art „seelischem Schleudersitz“, der immer dann „gezündet“ wird, wenn die vielen Eindrücke des Lebens übermächtig oder zu schmerzlich werden. Ihre Seele ist ein mehr als zartes Geschöpf, sie ist zerbrechlich wie feinstes Glas, fein strukturiert wie Pergamentpapier, wenig belastbar wie die Flügel eines Schmetterlings. So wird der Schutz der Seele zur zwingenden Notwendigkeit, zu einer vorrangigen Aufgabe im Leben.

Das Schicksal wusste dies bereits von Anbeginn. Wenn Ihnen das Wort „Schicksal“ nicht gefällt, dann sagen Sie einfach, dass Sie bereits als neugeborener Mensch unbewusst für den Schutz Ihrer Seele sorgten, indem Sie sie heraushoben aus dem Empfinden, dem Fühlen und Spüren dessen, was um Sie herum vor sich ging.

Dies hatte zunächst und vor allem mit Ihrer Mutter zu tun. Sie dürften eine der beiden hier beschriebenen Möglichkeiten im Verhältnis zu Ihrer Mutter erlebt haben: Entweder kümmerte sie sich in einer übermäßigen Weise um Sie (aus verdrängten Schuldgefühlen heraus wurden Sie dann mit Liebe oder gespielter Gerührtheit überhäuft) – oder aber Sie fühlten sich von Ihrer Mutter vernachlässigt (Mangel an frühkindlicher Pflege und mütterlicher Fürsorge).

Anhand des Geburtsbildes lässt sich bei solcher Konstellation nicht genau sagen, welche der

beiden Varianten zutrifft. Im Prinzip ist das aber auch nicht so wichtig, denn in beiden Fällen kommt es zu ein und demselben weiteren Verlauf: Das Kind geht auf Distanz zur Mutter beziehungsweise wird von der Mutter auf Distanz gehalten. Resultat ist die Entfernung vom Mütterlichen als solchem, von der Mutter im Besonderen, damit – und das ist das Entscheidende – die Entfernung von sich selbst. In der Distanz zur Mutter zeigt sich von den ersten Lebenstagen bis vermutlich in die Gegenwart die Distanz zur eigenen Seele, zur eigenen Identität. Dies war und ist ein hoher Preis, mit dem die Herausgehobenheit aus den „dunklen Bereichen“ der Seele bezahlt wurde und wird.

Ihrer Mutter kann zwar nicht generell die Liebesfähigkeit (das heißt auch die Fähigkeit zur seelischen Identifikation) für Sie als Kind abgesprochen werden, doch dürften Sie immer eine unruhige und innerlich leicht herstellbare seelische Entfernung zwischen sich und Ihrer Mutter spüren oder gespürt haben. Dieses Gefühl der Ferne wird von Ihnen aber in der Regel nur aufgebaut, wenn Sie sich von Ihrer Mutter in irgendeiner Form bedrängt sehen. Ist dies nicht der Fall, so bleibt das Verhältnis normal und „unangetastet“.

All dies dürfte im Laufe der Jahre wahrscheinlich dazu geführt haben, dass Sie manchmal nicht mehr wussten, was Sie fühlten oder fühlen sollten. Möglicherweise fiel Ihnen dies vor allem im Unterschied zu anderen Menschen Ihrer Nähe auf, die schon reagierten (zum Beispiel mit Freude oder Traurigkeit), während Sie noch „überlegten“, was nun wohl am besten zu tun sei. Heftige, von inbrünstiger Leidenschaftlichkeit getragene, dramatische Gefühlsausbrüche sind nicht Ihre „Art“. Sie geben sich eher gefasst, kühl und wirken daher oft unbeteiligt, „nicht bei der Sache“, nicht wirklich anwesend – als wenn Sie sich weggeträumt hätten aus der gerade bestehenden realen Situation.

Sie haben sozusagen die „seelischen Öffnungszeiten“ erfunden und möchten weder davor noch danach noch eigentlich auch mittendrin gerne gestört werden. Was aber, wenn es sich lohnen würde „gestört“ zu werden? Manchmal stehen nämlich Prinzen oder Prinzessinnen „in der Warteschlange“ und möchten geküsst werden oder würden Sie zumindest sehr gerne näher kennen lernen. Wäre es nicht schade, wenn Sie gerade dann Ihr Schildchen „Bin gerade nicht da – versuchen Sie es einfach später noch mal!“ rausgehängt hätten ... Vergessen Sie nicht – es geht hier um Ihre innere Einstellung, nicht um das äußere Erscheinungsbild Ihres Verhaltens. Vielleicht leben Sie ja an der Seite solch eines Prinzen oder solch einer Prinzessin. Aber sind Sie innerlich wirklich ein Paar?

Wichtig: Haben Sie eine Abneigung oder Angst vor Schmutz, vor Dreck, vor irgendwelchen Ansteckungen, vor Unreinheiten, vor dem Dunkeln? Wenn dies – was anzunehmen ist – zutrifft, so symbolisieren diese Abneigungen oder Ängste Ihre eigenen, im Dunkel gebliebenen Aspekte Ihrer Psyche. Da es aufgrund Ihrer inneren Herausgehobenheit recht viele „dunkle Flecken“ geben dürfte, haben Sie eine große Aufgabe vor sich: Sie sollten diese Kammern Ihrer Seele erkunden!

Da Ihnen eine gewisse „Fantasie für das Böse“ fehlt (was ja auch nicht gerade die erstrebenswerteste menschliche Eigenschaft wäre), brauchen Sie in der Regel bei der Erforschung Ihrer Seele keine Angst zu haben. Denn was können Sie denn in sich selbst anderes finden als sich selbst? Wenn Sie Angst hätten, wenn Sie vieles suspekt oder fragwürdig fänden, dann hätten Sie eigentlich vor sich selbst Angst, empfänden sich selbst als suspekt oder fragwürdig.

Aber Sie sind es nicht! Sie sind einfach nur zu selten in und bei sich zu Hause (dies ist auch im ganz realen Sinne gemeint) und sollten Ihre Wohnung einfach nur ein wenig besser kennen lernen. Vielleicht ziehen Sie in Zukunft auch nicht gleich immer so schnell oder häufig um (oder

in der Welt herum), sondern renovieren dafür mal lieber gründlich alles oder richten vielleicht ein Zimmer neu ein. Einfach mit der Absicht: „Diesmal bleibe ich.“

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

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

In den ersten Lebensjahren kam es entweder zu einem Mangel an frühkindlicher Pflege oder zu einer seelischen Reizüberflutung durch Ihre Mutter. In der Folge werden Sie unbewusst eine große seelische Distanz in Form „seelischer Öffnungszeiten“ und rigoroser Abwehr heftiger und negativer Empfindungen aufgebaut haben. Ihr Lebensgefühl könnte lauten: „Ich bin allergisch gegen massive seelische Eindrücke, ich will daher nicht beeindruckt sein können.“

Wahrscheinlich wurden Sie mit einer eher geringen seelischen Belastbarkeit ausgestattet (was Sie selbst subjektiv selten so empfanden). Damit unterlagen und unterliegen Sie aber im Vergleich zu anderen Menschen in vergleichbaren Situationen einem eher geringen Leidensdruck, sind also vor einem seelischen „Super-GAU“ in aller Regel gut geschützt.

Empfehlung (Lösungsweg)

Versuchen Sie Zeit Ihres Lebens, mehr und mehr seelische Nähe zuzulassen, geben Sie nach und nach Ihre Unnahbarkeit auf, arbeiten Sie an Ihrer „Scheu vor Nähe“! Lassen Sie immer ein wenig mehr Nähe zu, lassen Sie andere immer ein wenig näher an sich herantreten, lassen Sie sie teilhaben an Ihrem Leben. Das Prinzip des „Wissens durch Teilhabe“ ist für Sie etwas sehr Wichtiges, denn dabei geht es nicht um aus der Distanz aufgenommene Informationen, die das Wissen erzeugen, sondern um eben ein seelisches Sichöffnen, um Teilhabe am Empfinden, damit um wahre Nähe. Keine Angst, übertreiben können Sie das „Nahsein“ nicht, eine gewisse „Sicherheitszone“ wird und dürfte immer gewahrt bleiben.

Das im Wesenskern recht distanzierte Verhältnis zu Ihrer Mutter kann dadurch überbrückt werden, dass Sie Ihre eigene Herkunft würdigen beziehungsweise nicht vergessen. Da Sie generell mit dem Vergessen wenig Schwierigkeiten haben, sollten Sie das Erinnern üben! Schauen Sie sich in ausgesuchten Momenten Bilder Ihrer Kindheit an, machen Sie sich klar, dass es Sie in Fleisch und Blut gibt, überzeugen Sie sich, dass Sie anwesend sind – denn auch fliegende Federn sind irgendwann einmal gelandet. Und wenn Ihnen doch wieder einmal alles zu viel geworden ist, dann gehen Sie einfach. Doch bitte nur für eine Weile, denn das Wiederkommen sollte für Sie im Laufe der Zeit genauso wichtig werden, wie das Weggehen.

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

nerval bedingte Hautausschläge (Neurodermitis), manisch-depressive Anlage, Gastritis, Schilddrüsenüberfunktion oder -unterfunktion, große Ansteckungsängste, Unterleibserkrankungen, Gürtelrose, Herpes labialis, leicht störbarer Schlaf.

DAS LEBEN FINDET IMMER WEGE

Uranus / Sonne

Erscheinungsform (Auswirkung):

Die Geschichte beginnt eigentlich einige Zeit vor Ihrer Geburt, im Bauch Ihrer Mutter. Wissen Sie etwas von Situationen, in denen Ihre Mutter während der Schwangerschaft ängstlich, vielleicht erschrocken oder gar schockiert gewesen sein könnte? Gibt es vielleicht Erzählungen, in denen die Rede davon war, dass unerwartete plötzliche Ereignisse im Leben Ihrer Mutter sehr große

Umstellungen für sie bedeuteten? Dies kann sich auf vieles beziehen, zum Beispiel auf Vorfälle mit den Eltern Ihrer Mutter, auf partnerschaftliche Angelegenheiten, auf berufliche Umstände, auf Unfälle oder sonstige eher unangenehme unvorhergesehene Geschehnisse.

Möglich ist auch, dass Ihre Mutter während der Schwangerschaft einerseits unbewusst oder andererseits auch sehr bewusst und direkt darüber nachgedacht hat, ob sie das Kind in ihrem Bauch (also Sie) wirklich austragen will oder nicht. Es mag nachvollziehbare Gründe gegeben haben, aus denen Ihre Mutter auf solche Gedanken kam – unabhängig davon, ob diese „gut“ oder „schlecht“ waren.

All diese so beschreibbaren Möglichkeiten sind nur eine kleine Auswahl von unendlich vielen Varianten, um die es in Ihrem Persönlichkeitsprofil geht: Vorgeburtlich dürften sich die äußeren, von Ihrer Mutter erlebten Ereignisse durch emotionale Reaktionen auf Sie übertragen haben. Dies ist normal, denn jedes Kind ist im Mutterleib mit dem gesamten körperlichen, seelischen und geistigen Erleben der Mutter in tiefer Resonanz verbunden. So könnte sich zum Beispiel ein heftiger Schreck, den Ihre Mutter vielleicht bekam, als sie irgendwo eine Treppe hinabstieg und umknickte, direkt auf Sie übertragen haben. Da Sie als Ungeborenes natürlich nicht „analysieren“ konnten, was geschah, empfanden Sie nur den Schreck Ihrer Mutter und „deuteten“ ihn als eine Art Bedrohungssituation.

Diese Vorgänge dürften sich mit ziemlicher Sicherheit in der einen oder anderen beschriebenen Art und Weise vollzogen haben. Denn als Ungeborenes dürften Sie einer Situation ausgesetzt gewesen sein, die Sie schon in diesem Stadium Ihrer Existenz als eine starke Bedrängnis beziehungsweise auch möglicherweise eine Bedrohung Ihres Lebens empfanden. Das führte dazu, dass sich in Ihnen eine Ferne zum emotionalen Erleben solcher Vorgänge etablierte, um vor den damit verbundenen Eindrücken geschützt zu sein. Beim Erwachsenwerden drängte diese Erinnerung dann häufig indirekt oder auch teilweise direkt wieder in Ihr Bewusstsein. Um der vermeintlichen „Bedrohung“ dann schnellstmöglich zu entgehen, waren und sind Sie ständig „auf der Hut“, innerlich und äußerlich sehr angespannt, oft hypernervös und in vielen Situationen auch konzentrationschwach.

In besonderen Fällen kann es sogar zu so genannten „Beengungspsychosen“ kommen: In einem voll besetzten Bus oder in den engen Gängen der U-Bahn stellen sich Beklemmungsgefühle ein, die sehr heftig sein können. Eigentlich will man dann nicht selten panikartig „den engen Mutterleib verlassen“. Weil jedoch – wie möglicherweise in der Schwangerschaft Ihrer Mutter – der Fluchtweg versperrt war/ ist, entstand und entsteht eine große Angst vor Festlegung, vor Integration, vor Endgültigkeit, vor dem Tod. Viele Menschen kompensieren eine solche Angst häufig mit demonstrativer Scheinüberlegenheit, um ein Gefühl von „Nicht-Betroffensein“ zu entwickeln.

Solche Anteile Ihres Persönlichkeitsprofils sollten Sie durchaus ernst nehmen, wenn auch Ihr alltägliches Verhalten in der Regel unauffällig und häufig eine Zeit lang ohne die beschriebenen Merkmale bleiben mag. Sie haben dann wahrscheinlich schon fast unbewusst einer möglichen so genannten „Zentrumsflucht“ beziehungsweise „Ich-Inflation“ erfolgreich vorgebeugt. Sie dürften dann schon fähig sein, unnötigen „Ballast“ immer im rechten Moment fallen zu lassen, aber alle notwendigen Bindungen auf der sachlichen und menschlichen Ebene in einem ausreichende Maße beizubehalten. Es bleibt Ihnen jedoch immer ein kleiner Rest „Teilnahmslosigkeit“ an realen und seelischen Vorgängen, wodurch Sie andere gelegentlich irritieren.

Eine letzte Auswirkung der unbewusst erlebten, vorgeburtlichen Ereignisse ist noch erwähnenswert: Sind Sie sensationshungrig? Mögen Sie aufregende Situationen, in denen anderen irgendwas geschieht? Und Sie können als „Voyeur“ zuschauen? Leugnen Sie es nicht. Sie sind ja von

der zuvor erwähnten Ferne zum emotionalen Erleben charakterisiert. Überspitzt formuliert: Ihnen fehlt Lebendigkeit und Sie haben Lebenshunger! Das bedeutet aber zugleich auch, dass Sie sich vor allem in „langweiligen“ Zeiten über die Teilnahme am Leben anderer gerne ein wenig Abwechslung in Ihr eigenes Leben holen. Das ist alles soweit kein Problem. Wenn Ihnen allerdings auffällt, dass Sie sich mehr mit anderen als mit sich selbst beschäftigen, wenn Sie sich um andere kümmern, nicht aber um sich selbst, dann ist die Toleranzschwelle überschritten. Sie rutschen dann in die „Ich-Inflation“ und laufen Gefahr, sich selbst aus den Augen zu verlieren. Sie sollten dann unbedingt beginnen, Ihr eigenes Leben (wieder) aus der Nähe zu betrachten, sich also um sich selbst kümmern und sich nicht durch die „kleinste Kleinigkeit“ davon abbringen lassen.

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

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Sie dürften mit hoher Wahrscheinlichkeit eine vorgeburtliche Bedrängung oder Bedrohung Ihres Lebens erfahren haben. Was immer die äußeren Umstände gewesen sein mögen, sie weisen immer auf eine mehr oder weniger emotional erregte Verfassung Ihrer Mutter hin. Ob diese zeitlich begrenzt war (zum Beispiel bei einem kurzen heftigen Schrecken, den sie bekam) oder sehr lange andauerte (zum Beispiel wenn Ihre Mutter lange darüber nachgedacht haben mag, Sie vielleicht nicht zur Welt bringen zu können oder wollen) ist aktuell schwer zu sagen – und für den ursächlich sich vollziehenden Vorgang als solchen auch nicht sonderlich relevant.

Da in dieser Situation der Fluchtweg versperrt war (Ihre eigentliche Geburt und damit die „Öffnung der Türe“ stand ja noch bevor), dürfte dies in Ihrem ungeborenen Zustand zwangsläufig zu einem starken Unruhe- und Beengungsgefühl, eventuell sogar zu einer recht heftigen panischen Reaktion geführt haben. Es kam zu einer „Entfernthet vom Leben“. Das sich daraus ergebende Lebensgefühl könnte lauten: „Ich muss mich (immer) befreien, ich muss (immer) fliehen, ich muss (immer) irgendwo raus – denn: Das Leben dort draußen ist für mein Leben hier drinnen nicht zuträglich.“

Empfehlung (Lösungsweg)

Lernen Sie mehr und mehr, Ihre möglicherweise auffällige innere Unverbindlichkeit und oder gar Teilnahmslosigkeit dem Leben und anderen Menschen gegenüber auf ein geringst mögliches Maß zu reduzieren. Nähe zum Leben ist immer wichtig. Wenn sie fehlt, dann fehlt auch das Erleben der eigenen Persönlichkeit. Versuchen Sie immer auch, ein gewisses Maß an Subjektivität zuzulassen. Dadurch proben Sie die Nähe zu den eigenen Emotionen. Seien Sie ruhig von Zeit zu Zeit aufbrausend, stürmisch, erkunden Sie Ihre – sicherlich vorhandenen – Leidenschaften, leben und drücken Sie sie aus, konfrontieren Sie andere Menschen mit Ihren Ideen und Gefühlen, „beamten“ Sie sich sozusagen mit einem lauten Knall zurück auf die Erde, der Sie im Sinne Ihrer Entfernthet vielleicht schon sehr lange den Rücken gekehrt hatten. Etablieren und leben Sie ein wenig mehr die so genannten „italienischen Momente“, seien Sie „Sie selbst“ mit vehementem Nachdruck, mit berechtigtem Stolz. So selbstverständlich und so einfach es klingen mag, so wichtig ist es für Sie zu wissen: Sie leben! Leben Sie!

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Herzrhythmusstörungen, Herzinfarkt, Neigung zu niedrigem Blutdruck, Nervenentzündungen, Schilddrüsenfehlfunktionen und -anomalien, innere Unruhe, erhöhte Unfallneigung, eventuell Disposition zu Querschnittslähmung, allgemein Risiko der Nerven- und so genannten Geisteser-

krankungen (in extremen Fällen Schizophrenie), manchmal Erstickungsgefühle und Beengungspsychosen, nervöse Hautstörungen (hektische Flecken), Herpes labialis.

JEDES ENDE IST EIN NEUER ANFANG

Uranus / Pluto

Erscheinungsform (Auswirkung):

Dieses Persönlichkeitsprofil verzeichnet die herausforderndsten und chancenreichsten Aufgaben, denen ein Mensch über die Deutung seines Geburtszeitpunkts begegnen kann. Nur wenige andere Anlegekonstellationen bieten eine derart tief gehende Möglichkeit der Neuorientierung des Lebens – sozusagen einer Wiedergeburt zu Lebzeiten – wie diese! Große Aufgaben erwarten Sie!

Zunächst ein paar wichtige Bemerkungen bezüglich der Situation vor Ihrer Geburt. (Bitte beachten Sie auch dabei, dass alle Beschreibungen von menschlichen Verhaltensweisen immer auf eine zutiefst unbewusste Ebene bezogen sind. In diesem Ihren Persönlichkeitsprofil geschieht seitens der Akteure zunächst nichts in bewusster Absicht oder in bewusster Steuerung der Vorgänge, alles läuft anscheinend „automatisch“ und ohne das bewusste Zutun der Beteiligten ab. Das ist sehr wichtig zu wissen!)

Die vorgeburtliche Situation war vermutlich von unsichtbaren, aber in vielen Fällen unüberbrückbaren Spannungen zwischen Ihrer Mutter und Ihrem Vater gekennzeichnet und zwar insofern, als die Vorstellungen Ihrer Mutter bezüglich Ihres Vaters nicht seiner eigentlichen Wirklichkeit, seinem eigentlichen Naturell entsprachen. Beim Bild, das Ihre Mutter von Ihrem Vater hatte, klafften Vorstellung und Wirklichkeit auseinander. Dies führte aller Wahrscheinlichkeit nach – und unabhängig von der objektiven Realität der Verhältnisse oder der bewussten Einstellung Ihrer Mutter – zu einem unterschwellig entscheidenden Eindruck Ihrer Mutter Ihrem Vater gegenüber: „Enttäuschung“. Genau dieser Eindruck ist es, der sich in Ihrem Persönlichkeitsprofil wiederfindet, weil er gleichsam von der Mutter „übertragen“ wurde auf ihr zu gebärendes Kind.

Die Gründe solch tiefer, unbewusster Enttäuschung (auch „Desillusionierung“) können vielfältiger Natur sein und bedürfen – da sie ja in der Vorstellung und nicht in der Realität verankert sind – auch „keiner objektiven Nachvollziehbarkeit“. Allerdings ist diese in manchen Fällen doch real gegeben, wenn zum Beispiel definitiv klar war oder ist, dass Ihre Mutter bezüglich Ihres Vaters konkrete Gründe für ein Enttäuschtsein hatte. Vielleicht hat er sie verlassen oder aus ihrer Sicht nicht ausreichend für die Familie sorgen können oder wollen. Oder es offenbarten sich bei Ihrem Vater Persönlichkeitsmerkmale, die die Mutter noch nicht kannte und die ihr nicht besonders gefielen. Ursachen für Enttäuschungen gibt es viele. Das Entscheidende ist aber, dass Ihre Mutter sich während der Schwangerschaft mit Ihnen in einem Zustand der Täuschung, des Sichttäuschens befunden haben dürfte.

Da kein Mensch „in Ruinen einer zusammengebrochenen Vorstellung“ leben will, wird auch Ihre Mutter die Zweifel wegzudrängen versucht haben. Möglicherweise gab es genau aus diesem Grund Komplikationen bei Ihrer Geburt? Sehr häufig passiert es auf solchem Hintergrund, dass zum Beispiel die Fruchtblase zu früh platzt oder dass sich die Nabelschnur um den Hals des Kindes wickelt (vorgeburtlichen Sauerstoffmangel) oder dass das Kind in Steißlage liegt. Das alles sind Beispiele möglicher Komplikationen, die aus geburtstechnischer Sicht häufig ziemlich gefährlich werden können.

Tatsache dürfte sein, dass Sie sich als Neugeborenes dem Druck der Enttäuschtheit Ihrer Mutter in einem gewissen Umfang auch ausgeliefert gefühlt haben. So werden Sie vermutlich im Älter-

werden das "männliche Prinzip" gleichsam auch in Stellvertretung Ihrer Mutter zu meiden oder auch zu bekämpfen versucht haben. Es spielte und spielt dabei eigentlich keine Rolle, welches Geschlecht Sie haben: Sie haben von ihrer Mutter „geerbt“, „dass das Männliche einen nicht unerheblichen Enttäuschungsfaktor in sich trägt“. Jungen und spätere Männer fühlen sich „als Mann“ nicht (auch von der Mutter nicht) akzeptiert und reagieren häufig mit merkwürdigen Verhaltensweisen auf alles Weibliche in ihnen selbst und in der Außenwelt (man spricht hier tiefenpsychologisch von einer „Animaverdrängung“). Mädchen und spätere Frauen haben beim Heranwachsen ebenfalls Schwierigkeiten mit der eigenen Weiblichkeit, die sie ja als etwas definieren, was vom Männlichen enttäuscht werden kann und werden in der Folge manchmal (quasi „als willkommene Revanche“) den Männern das Leben schwer machen.

Manchmal ist es auch möglich, dass sich die für dieses Persönlichkeitsprofil konstitutive Enttäuschung auf das Kind selbst bezieht, es sich in diesem Falle um eine so genannte „gegengeschlechtliche Enttäuschung“ handelt. Dies zeigt sich zum Beispiel, wenn der Vater zum Beispiel vom weiblichen Geschlecht des Kindes „enttäuscht“ war, weil sein Kinderwunsch „Junge“ lautete. Diese Enttäuschtheit des Vaters prägte sich dann ganz tief in die Erfahrungswelt der späteren Frau ein und führte dazu, dass diese Frau in Männern immer diejenigen sah, für die sie potenziell eine Enttäuschung sein konnte.

Oder aber das Kind „sollte ein Mädchen sein“, „wurde jedoch ein Junge“. Bei dieser Variante liegt die Enttäuschung eher bei der Mutter, die sich ein Mädchen gewünscht hatte. Die Enttäuschung der Mutter prägte sich dann ganz tief in der Erfahrungswelt des späteren Mannes ein und führte dazu, dass dieser Mann in Frauen immer diejenigen sah, für die er eine potenzielle Enttäuschung darstellen konnte. Solche psychische Dynamik ist sehr weit verbreitet. Sie ist allerdings – wie Sie vielleicht selbst schon herausgefunden haben – auch relativ leicht nachweisbar und daher schnell zu „enttarnen“. Das ist ein großer Vorteil, denn die partnerschaftlichen Konsequenzen, die sich bei Männern und Frauen in Bezug auf „den Blick auf das andere Geschlecht“ ergeben, könnten sonst immens sein.

Vermutlich dürfte in Ihnen allgemein – unabhängig von jeweiligen genauen Erscheinungsformen – eine ziemlich intensive „innere Hochspannung“ bestehen, die als ständige unbewusste „Assoziation“ des damaligen Geburtsvorganges verstanden werden kann. Diese große Spannung können Sie leicht über die Vorstellungswelt „ablassen“. Dies bedeutet für Sie aber auch, dass immer eben diese Spannung auch in Ihrer Vorstellungswelt und damit in Ihren Gedanken hintergründig existiert, Sie sozusagen geistig immer „unter Strom“ stehen. Wenn diese Spannung nicht immer wieder abgebaut wird, muss es früher oder später zwangsläufig zu einer zeitweisen gedanklich-geistigen Überlastung kommen. Diese zeigt sich dann als das Zusammenbrechen vieler bisheriger Vorstellungen von den Dingen, also wiederum als Enttäuschung. Geschieht dies, so müssen Sie sich im Leben völlig neu orientieren. Genau an solchen Stellen, in solchen Momenten beginnt Ihre große Aufgabe, Ihre große Herausforderung, Ihre allergrößte Chance! Wenn Sie sich, nachdem sich Ihre Vorstellungen nicht bewahrheitet oder erfüllt oder bestätigt haben, ganz neu im Leben orientieren – also einen Neuanfang inszenieren, dann kommt das einer Wiedergeburt zu Lebzeiten gleich. Sie haben dann auf eine besondere Weise eine ebenso besondere menschliche Reife erlangt!

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

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Es dürfte – so ernst und konfrontativ es sich an dieser Stelle auch anhören mag – im Sinne eines vorgeburtlichen Schlüsselerlebnisses unbewusst eine tiefe Enttäuschung Ihrer Eltern über ihr Kind gegeben haben. Daran ist, wie an jeder Ursache, nichts zu ändern (was glücklicherweise auf die Auswirkungen nicht zutrifft).

Ebenso dürfte vorgeburtlich ein unbewusster und tief sitzender Vertrauensmangel der Mutter in das männliche Lebensprinzip und damit auch in Ihren Vater als Repräsentant des Männlichen vorhanden gewesen sein. Es ergab sich also allgemein und grundsätzlich eine Atmosphäre der Täuschung (eigentlich einer Art „Lebensenttäuschtheit“) auf sehr wichtigen, fundamentalen Ebenen.

Diese Vorgänge, die zunächst nur Ihre Eltern – im Besonderen Ihre Mutter – betrafen, hinterließen aber auch in Ihrem eigenen Geburtsbild im Sinne des hier beschriebenen Persönlichkeitsprofils eine deutliche Prägung. Ihr tiefgründiges Lebensgefühl: „Die Täuschung entspricht einer fehlenden Orientierung im Leben, ich habe meinen Kompass verloren, ich stehe allein – ohne Vater und Mutter als richtungsgebende Kräfte.“ In extremen Fällen gehen Sie eventuell auch so weit zu sagen: „Vater und Mutter haben mich verlassen, weil ich selbst eine Enttäuschung für sie war.“

Empfehlung (Lösungsweg)

Wenn Männer zu lange im Bannkreis der Mutter blieben, so fehlt ihnen das Männliche und damit später in gewisser Weise aus der Sicht der Frauen die Attraktivität und Anziehungskraft. Solch ein Mann ist immer „Mutters Sohn“ und wird in der Folge mit möglichen Schwierigkeiten seitens etwaiger Schwiegerväter zu rechnen haben. Für einen Mann mit diesem Persönlichkeitsprofil ist es daher wichtig, dass er sich häufig im Umfeld von Männern aufhält, um sein Männliches – das ihm ja als etwas erscheint, was Enttäuschung auslöst – von anderen Männern „bestätigt“ zu bekommen. Männer müssen sich ihr Männlichsein von anderen Männern in einer kultivierten und nützlichen Form bestätigen lassen. Sie werden dann in einer gewissen Weise zu „Vaters Sohn“ – natürlich nachträglich nicht wirklich, aber ein „nachintegrativer Effekt“ ist doch sehr wohl positiv zu spüren.

Wenn dagegen Frauen zu lange im Bannkreis des Vaters blieben, so fehlt ihnen das Weibliche und damit später in gewisser Weise die Attraktivität und Anziehungskraft aus der Sicht der Männer. Solch eine Frau ist „Vaters Tochter“ und wird in der Folge immer mit möglichen Schwierigkeiten seitens etwaiger Schwiegermütter zu rechnen haben. Für eine Frau mit diesem Persönlichkeitsprofil ist es daher wichtig, dass sie sich häufig im Umfeld von Frauen aufhält, um ihr Weibliches – das ja vom Männlichen enttäuscht ist – von anderen Frauen „korrigieren“ zu lassen. Frauen müssen sich ihr Weiblichsein von anderen Frauen in einer einfühlsamen und die Würde des Männlichen nicht antastenden Form bestätigen lassen. Sie werden dann in einer gewissen Weise zu „Mutters Tochter“ – natürlich auch hier nicht wirklich, aber der verhaltensändernde Effekt ist deutlich wahrnehmbar.

Außerdem können Sie Ihre latente innere geistige Angespanntheit abbauen lernen, indem Sie von Zeit zu Zeit eine Überprüfung Ihrer Einstellungen vornehmen, gleichsam „einen General-Check Ihrer Grundhaltungen dem Leben gegenüber“ machen. In diesem Zusammenhang wird – und vor allem sollte – es dazu kommen, dass Sie Einstellungen revidieren. Tun Sie dies auf jeden Fall häufiger im Kleinen, denn sonst kann es sein, dass Sie das „Schicksal“ von außen eingreifend im Großen korrigiert. Dies empfinden die meisten Menschen in aller Regel als unangenehm. Gleichen Sie also Ihre Vorstellung von den Dingen mit der Wirklichkeit der Dinge häufig ab. Dann

wird es Ihnen prächtig gehen, denn Sie leben in großer Übereinstimmung mit Ihrem Schicksal!

Und vergessen Sie bitte auch Folgendes nicht: Eigentlich ist der Zustand des Enttäuschtseins ein positiver Zustand, denn es bedeutet, nicht mehr in der Täuschung zu leben! Enttäuschung „fühlt sich natürlich nicht immer angenehm an“, aber das hat mehr mit dem Unverständnis des Menschen gegenüber dem Zustand zu tun, als mit dem Zustand selbst.

Lernen Sie also mehr und mehr, einerseits eigene Lebenswege und Visionen zu entwickeln, diese aber auch, wenn nötig, immer wieder infrage zu stellen oder zu korrigieren. Sonst unterliegen Sie vielleicht einmal dem so genannten „Titanic-Effekt“: Von der Titanic hat man behauptet, sie sei unsinkbar – und genau darum musste sie sinken! Kalkulieren Sie also prinzipiell immer auch das Scheitern Ihrer Lebensvorhaben mit ein. Dies ist nichts als eine gesunde, nützliche und an den wahren Umständen sich orientierende Flexibilität dem Leben gegenüber. Enttäuschungen im negativen Sinne gehören dann weitgehend Ihrer Vergangenheit an!

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

starke Disposition zu Herzinfarkt, Spasmen, Schilddrüsenüberfunktion, plötzliche Krämpfe (häufig Wadenkrämpfe), Atembeklemmung (häufig in Zusammenhang mit unbewusst erlebtem Geburtstrauma beziehungsweise Fröhschädigung des Atemzentrums), Hyperventilation.

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 weitgehend 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 Selbst-

darstellung 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, antriebsschwach.

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 auslebbar 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, unerkannt 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.

AM ANFANG UND AM ENDE IST ALLES EINS

Neptun / Mond

Erscheinungsform (Auswirkung):

Identifikation bedeutet, sich mit etwas „gleichzumachen“, was einem sehr ähnelt oder sich einem anderen „gleich oder ähnlich zu fühlen“. Da man in den ersten Lebensjahren ohne sichtbar ausgeprägte Identität lebt, obwohl man natürlich ein Geschlecht hat, findet zunächst Identifikation mit einem gleichgeschlechtlichen anderen statt. Man folgt damit einem vorgegebenen psychischen Mechanismus. Weil äußeren Situationen den inneren Zuständen entsprechen und umgekehrt (Analogie- oder Resonanzprinzip), identifiziert sich ein Kind innerhalb der vorliegenden Anlagestruktur mit dem gleichgeschlechtlichen Elternteil (als Außen-Ich).

Identifikation mit dem Vater (bei Männern) oder der Mutter (bei Frauen) als ähnlichen anderen und anderen, die ein erscheinungsmäßiges Ideal verkörpern, führt aber auch zu Konkurrenz. Gerade unter „Gleichen oder Ähnlichen“ ergibt sich Konkurrenz, vor allem dann, wenn „der Gegenstand ihres Interesses“ ein gemeinsamer ist. So zeigt die Konkurrenzsituation das „Interesse“ des Kindes für das gegengeschlechtliche Elternteil und ist somit die klassische ödipale Situation (Gefahr des Vater-/ Mutterkomplexes). Das Kind unterdrückt in der Folge die eigene Geschlechtlichkeit, was beim Erwachsenen unter anderem zu seelisch bedingten Störungen im partnerschaftlichen Bereich führen muss.

Solche Auswirkungen liefern bei Ihnen parallel zu einer sich entwickelnden Hypersensibilität und zu stark idealistischen, mystischen und spirituellen Neigungen. Sie müssen im Verlauf der Jahre versuchen, sich „aus dem Formlosen in eine selbstbewusste Stabilität“ zu bringen, denn sonst können Sie mit ihrer Sensibilität nicht konstruktiv umgehen.

Fragen Sie sich nicht manchmal, wenn Sie ehrlich sind, warum einige wichtige Dinge Ihres Lebens so merkwürdig unerklärt und unerklärlich geblieben sind? Und warum diese wichtigen Dinge sich ebenso unerklärlich der Klärbarkeit entziehen? Wenn Sie sich diese Fragen bereits stellen, so befinden Sie sich „auf der Spur Ihres Geheimnisses“. Denn im Grunde sind Sie „ein(e)

Geheimnisträger(in)“! Sie tragen das Geheimnis allerdings unbewusst ebenso in sich, wie Ihr gleichgeschlechtliches Elternteil. Es ist ein Geheimnis, das verbindet, ohne die Verbindung zu offenbaren. Umso stärker wirkt es aus dem und im Unbewussten. In gewisser Weise sind Sie daher eigentlich nie allein, sondern immer in Begleitung von Vater oder Mutter.

Die „permanente Anwesenheit“ des Elternteiles (im wahrsten Sinne des Wortes) treibt Sie aber häufig in Verhaltensweisen, die aufgrund der unbewusst zu vermeidenden Konkurrenzsituation den Charakter einer Selbstverhinderung haben. Haben Sie sich nicht schon oft „selbst ein Bein gestellt“? Denken Sie nicht öfter einmal: „Warum klappt das bei anderen, aber nicht bei mir“? Nun, die Selbstverhinderung ist natürlich eine schlechte „Lösung“, denn sie dient im Grunde nur der Vermeidung der Konfrontation mit dem entsprechenden Elternteil. Und die Ihnen eigene „Vermeidungsstrategie“ bewirkt auch, dass Sie sich selbst ein Geheimnis bleiben, sich nur zögerlich und auch in Bereichen entwickeln, die sekundär wichtig sind. Das, was Sie wirklich sind beziehungsweise sein könnten, bleibt generell zu lange ungelebt.

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

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Eine umfassende seelische (manchmal körperliche) Ähnlichkeit zum gleichgeschlechtlichen Elternteil führte prinzipiell schon von Geburt an zu einer „unterschwelligten Konkurrenzsituation“ durch Identifikation mit diesem Elternteil und – aus Schutzgründen – zum unbewussten „Verstecken“ der eigenen Identität. Ihre individuelle aber gleichwohl auch dem gleichgeschlechtlichen Elternteil ähnliche Identität verursacht „unterschwellige Rivalität“ und „latente Konfrontation“, denen Sie sich – als Kind und auch möglicherweise als Erwachsener – nicht stellen konnten oder wollten oder können oder wollen.

Dieses „Sich-nicht-Stellen“ führte zu einer Verdrängung Ihrer unbewussten Wünsche – damit zur Verhinderung der Entwicklung für Sie anagemäßig bezeichnender Persönlichkeitsmerkmale, wobei aufgrund der völligen Unkenntnis der beschriebenen Prozesse weder Sie noch Ihr gleichgeschlechtliches Elternteil bewusste Absichten hegten. Gerade die Unkenntnis über die Prozesse aber bewirkte, dass die Dinge ihren Lauf nehmen konnten, und die Verhinderung entfaltete sich unbemerkt in seelischen Nischen, in die sich selbst heute nur schwer schauen lässt. Der hier angedeutete Teil Ihrer Persönlichkeit ist einer, der das Prädikat „geheimnisvoll und ungeklärt“ im wahrsten Sinne des Wortes verdient.

Der eigentliche Grund für die in Ihnen angelegte Ähnlichkeit und Konkurrenz mit dem beziehungsweise zum gleichgeschlechtlichen Elternteil liegt auch darin, dass wesentliche Grundzüge Ihrer (neu geborenen) Persönlichkeit bei dem für Sie zunächst wichtigen Elternteil zum Zeitpunkt Ihrer Geburt selbst (noch) nicht entwickelt waren. Das entsprechende Elternteil suchte nun (unbewusst) zu verhindern, mit Ihrem Heranwachsen eine Anlage sich entwickeln zu sehen, die in ihm – Ihrem Elternteil – bislang unentwickelt geblieben war. Sie wären sonst aus der Elternteil-Sicht „in die erste Position“ innerhalb der Familie gerückt, Sie hätten „etwas geschafft“, was Ihr Elternteil nicht geschafft hatte. Somit wäre Ihr Elternteil durch Ihre Person mit dem eigenen „Scheitern“ (so würde dies unbewusst interpretiert werden) in einer für es wichtigen Sache konfrontiert worden. Das durfte nicht sein. Dieser Vorgang wäre oder war – wenn er denn stattfand – einer „Verletzung der Rangordnung“ gleichgekommen.

Ihr Lebensgefühl innerhalb dieser Konstellation lautet: „Ich kann nicht wirklich ich selbst sein, ich werde unterschwellig behindert, durch mich selbst und meinen Vater (bei Männern) beziehungsweise meine Mutter (bei Frauen), die mich (paradoxerweise) scheinbar aber auch fördern.“ Alles

ist im Grunde „irgendwie nicht klar“.

Empfehlung (Lösungsweg)

Lernen Sie, sich „in Wirklichkeit“ zu zeigen. Unterlegenheitsgefühle gegenüber Geschlechtsgenoss(inn)en sollten Sie als Folge der „Unterwerfung unter den stärkeren Konkurrenten“ erkennen und abbauen. Es wird kein Weg daran vorbeiführen, dass Sie sich mit der Ähnlichkeit mit Ihrem gleichgeschlechtlichen Elternteil (und deren Folgen) gründlich auseinandersetzen. Möglicherweise brauchen Sie dazu die professionelle Hilfe Dritter, denn die am einfachsten zu stellende und am schwersten zu beantwortende Frage für Sie ist wohl: „Wer bin ich (als Mann, als Frau)?“

So werden Sie sich also und sollten Sie sich auch auf die Suche nach diesem Geheimnis machen, das Sie selbst sind.

Vorsicht ist gegenüber voreiligen – weil dann nur vordergründigen – Schlussfolgerungen geboten. Ihre in dieser Konstellation gründende Anlage verwahrt sich gegen therapeutische, medizinische, psychologische und astrologische „Diagnose-Schnellschüsse“ und das muss in höchstem Maße ernst genommen werden. Die Betrachtung dieses wichtigen Teils Ihrer Persönlichkeit bedarf (bei allen Beteiligten) der Weitsicht, Entschlossenheit, Ehrlichkeit, des Mutes und (im Verlauf des Prozesses) auch der Abgeklärtheit. Das Geheimnis wird sein: Es gibt keines! So werden auch Sie sich am Ende des Weges kein Geheimnis mehr sein, sondern Klarheit geschaffen haben, wo einst „seelische Nebel“ Ihren Wunsch nach Ausleben der eigenen Identität vor Ihnen verborgen hielt.

Versöhnung ist eine große Geste. Sie wird, vollzogen zwischen Ihrem gleichgeschlechtlichen Elternteil und Ihnen, zu einem der wichtigsten, weil heilenden Rituale Ihres Lebens werden. Dabei ist es unerheblich, ob dieses Elternteil es bewusst mitvollziehen kann oder nicht oder ob der Vorgang in der äußeren Sichtbarkeit oder in stiller Innerlichkeit stattfindet. Die Form ist unwichtig. Allein die Wahrhaftigkeit zählt.

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Blutkrankheiten, psychotische Anlage, Akne und Ausschlag, Haarausfall, Krebsdisposition (bei mangelhaft entwickelter beziehungsweise verdrängter Eigenidentität), Lympherkkrankungen, Magersucht, Morbus Cushing.

DIE SUCHE NACH DEM HEILIGEN GRAL

Neptun / Jupiter

Erscheinungsform (Auswirkung):

Ihr Persönlichkeitsprofil zeigt, dass Sie im buddhistischen Sinne mit einem tiefen und weiten Potenzial hoher geistiger Erkenntnis und metaphysischer Begabung ausgestattet wurden – Sie sind ein in diesem Bereich spirituell hoch entwickelter Mensch und/ oder können sich rasch in diese Richtung entwickeln. Die Türen zur Erleuchtung stehen Ihnen weit offen. Treten Sie hindurch!

Obwohl Sie Ihre bisherigen Lebenserfahrungen anlagegemäß eher still und unauffällig oder gar unbemerkt von der Außenwelt gemacht haben mögen, so hatten und haben sie doch einen dauerhaften und steten Einfluss auf alles, was Ihre sehnsüchtige, nicht zu unterbrechende Suche nach dem alles heilenden Sinn des Lebens und nach hoch fliegender geistiger Erweiterung und

Erkenntnis betrifft. Sie suchen und fragen, fragen und suchen und ... hören manchmal die Antworten nicht? Nun, dann befinden Sie sich wohl in jenem fundamentalen Konflikt des Menschen, den man bezeichnen könnte als: „Bin ich Priester(in) oder Heilige(r)?“

Dies ist einer der großen klassischen Konflikte der Menschheit. Auch aus diesem Stoff sind die griechischen Tragödien gewoben. Es dreht sich im Kern auch in Ihnen um den Widerstreit zwischen dem menschlichen Geist, der immer irren kann, und der ewigen Weisheit, die immer unbeirrbar ist. Diese Spannung leben Sie mehr oder weniger intensiv. So zeigt sich vermutlich in Ihnen eine Art innerer geistiger Kampf zwischen einerseits dem rein „egogesteuerten“ (und daher eventuell auch manchmal übertriebenen) Anerkennungsbedürfnis der eigenen geistigen Klugheit und Reife und andererseits dem, was der Mensch einfach nur die „schlichte Wahrheit“ nennt.

Haben Sie sich nicht schon oft so gefühlt, als ob Sie nie an Ihr Ziel kämen? Haben Sie sich nicht schon „tausendmal“ gefragt, wann endlich sich Ihnen Wahrheit offenbart? Haben Sie sich nicht schon manchmal – wenn alles einfach zu lange dauerte – einen Erfolg in die Tasche geflunkert? Oder ein ursprüngliches Ziel nur ein wenig hinausgeschoben, um es doch noch in der Zeit zu erreichen? Wenn ja, so ist das „menschlich“ wie kaum ein anderes Verhalten und Begehren. Schwierig ist es dennoch, weil Sie ja letztlich an der Wahrheit und an nichts als der Wahrheit interessiert sind. Nur diese bringt Erfüllung – alles andere bringt nur weitere Suche.

Sie selbst dürften vermutlich am besten einschätzen können, ob Sie eher den „Priesterlichen“ zugehören (welche oftmals vieldeutig und im Übermaß reden und wenig handeln) oder eher den „Heiligen“ (welche eindeutig und wenig reden und oft eindrucksvoll handeln). Die „Priesterlichen“ beeindruckten durch ihre Worte. Sie sprechen über den Glauben, das Prinzip der Hoffnung und die vielen Zweifel im Leben. Die „Heiligen“ überzeugen durch ihre guten Taten, die vielen Menschen Gewissheit bringen. Einem dieser beiden menschlichen Bilder werden Sie sich selbst im Leben bewusst oder unbewusst annähern! Und manchmal kann es auch geschehen, dass Ihre Mitmenschen in Ihnen entweder das eine oder das andere sehen wollen. Lassen Sie sich dadurch nicht beirren, folgen Sie Ihrem Weg!

Ihr Charisma wirkt dabei – unabhängig von seiner äußeren Sichtbarkeit, die mehr oder weniger deutlich sein kann – auf viele Menschen „betörend“, „positiv einnehmend“ und „vorbildlich“. Sie sollten diese Wirkung auf Ihre Mitmenschen auf gar keinen Fall unterschätzen, denn in einer geheimen Weise haben Sie damit eine subtile positive Macht über Ihre Umgebung, sozusagen eine Art „unerklärlichen spirituellen Charme“, den Sie unentgeltlich versprühen. Eine in der Herzentiefe begründete Sympathie, die Sie in anderen Menschen hervorrufen. Kaum jemand mag oder will oder braucht sich dem entziehen. Ob dies alles immer deutlich und zu jeder Zeit spürbar ist, kann nicht gesagt werden, aber auch nur „kleine Dosierungen“ erzielen hier große Wirkungen.

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

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Ihre dem Grunde nach schon vorgeburtlich angelegte ständige Suche nach Wahrheit bedingt ein ständiges Ringen um Gewissheit und einen ständigen Kampf gegen den Zweifel. Sie sind mit großen, beeindruckenden und effektiven geistig-spirituellen Fähigkeiten ausgestattet, einzig um zu suchen und zu finden. Vornehmlich und ursächlich sind Sie zunächst allerdings ein Suchender – ein Suchender im Stillen, der nicht viel Aufhebens macht um seine Passion, dem aber Kontemplation und Stille „wesensgemäß“ und buchstäblich „wesentlich“ sind.

Im fernen Reich der Herkunft, „wo alle Ursachen wurzeln“, werden Sie als ein(e) Heilige(r) gelten, deren oder dessen Lächeln alle kennen. Nur so ist Ihre im realen Leben oft unverständliche Zuversicht zu begründen, mit der Sie sich und andere aufrechterhalten. Ihr persönliches Lebensgefühl könnte lauten: „Den Sinn des Lebens werde ich suchend nie finden, so bin und bleibe ich ein ewig Suchender. Denn der Sinn des Lebens ist das Leben selbst. Daher braucht das Leben selbst nie gesucht, sondern nur gefunden zu werden, denn es ist immer anwesend.“

Empfehlung (Lösungsweg)

Lernen und verinnerlichen Sie mehr und mehr, dass der Sinn des Lebens das Leben selbst ist. Begreifen Sie in vollem Umfang, dass die wesentlichen Dinge des Lebens immer einfachster Natur sind und dass alles Komplizierte in der Regel weit von der schlichten Wahrheit entfernt liegt. Alles, was Sie brauchen, liegt Ihnen bereits (vielleicht schon sehr lange unbemerkt) zu Füßen. Schauen Sie häufiger auf das Naheliegende, wenn Sie nach Wahrheiten suchen, denn im Fernen warten oft genug nur Trugschlüsse.

Elementar wichtig wird für Sie immer sein, sich an Ihre Wahrheit zu halten – auch wenn Sie wissen, dass es „nur“ Ihre Wahrheit ist. Lernen Sie mehr und mehr, Wahrheiten immer auch als die bislang nur unwiderlegbar gebliebenen Irrtümer zu betrachten. So können Sie sich zukünftig in entsprechenden Situationen einfach viel leichter von ihnen lösen. Denn wenn Sie sich zu lange „an die Unwahrheit klammern“, geben Sie zu sehr das Bild des zuvor beschriebenen Priesters ab – Sie reden dann viel und wollen überreden, anstatt mit Taten zu überzeugen.

Nutzen Sie Ihr Charisma, um sich selbst – und wenn die Welt es möchte, auch ihr – zu zeigen, dass das Leben den Sinn seiner selbst bereits in jedem Augenblick in sich trägt und dass dieser Sinn eigentlich von jedem Menschen auffindbar ist. Sie allerdings können – im Unterschied zu manchen anderen – wirklich tatkräftig helfen, Lebenssinn auffindbarer zu machen. Sie sind nicht nur Sucher, Sie sind auch Finder! Nutzen Sie das unbedingt!

Und noch etwas Wichtiges: Lernen Sie – sowohl in Bezug auf sich selbst wie auf andere – zu vergeben. Selten ist ein Mensch dem Menschsein so nah wie im Vergeben. Tief in Ihrem Innern wissen Sie ja eigentlich auch, dass menschliche Weiterentwicklung letztlich nur über das Vergeben möglich wird, jedes Nachtragen behindert auf dem Weg. Vergeben heißt: erkennen, was wahr ist.

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

allgemeine medizinische Fehldiagnosen, Psychosen, manchmal erhöhte Vergiftungsneigung, Suizidneigung aufgrund fehlenden wahren Lebenssinns. Hinweis: Ihre im Vergleich sehr große innere Affinität zu homöopathischen Arzneien sollten Sie für die Behandlung etwaiger körperlicher, seelischer, geistiger oder spiritueller Erkrankungen unbedingt nutzen.

ÜBER DAS GEBEN WIRD DAS NEHMEN LEICHTER

Pluto / Stiervenus

Erscheinungsform (Auswirkung):

Haben Ihre Eltern während der Schwangerschaft beziehungsweise haben Sie mit Ihren Eltern in den ersten Jahren Ihrer Kindheit in „ungewöhnlichen materiellen Verhältnissen“ gelebt? Gab es ein Zuviel oder ein Zuwenig an materieller Sicherheit? Und kennen Sie bei sich oder anderen Gefühle von Neid, Missgunst oder Geiz, die auf diesem Hintergrund schnell entstehen? Vor allem wenn Ihre Eltern wohlhabend gewesen sein sollten laufen Sie in der Gefahr, die Vorstellung eines

immer währenden Überflusses zu hegen. Und wenn Sie in materiellem Überfluss aufgewachsen sind, dann resultierten daraus auch oft Machtkämpfe in oder um konkrete Räumlichkeiten (Reviere). Diese müssen nicht immer offen ausgefochten worden sein und – selbst wenn Sie es als Erwachsener kennen – auch nicht immer in ihrem Verlauf bewusst gewesen sein.

Sie sind aufgrund der Anlagestruktur dieser Konstellation sehr fixiert auf die „Welt des Materiellen“, also auf alles, was eine konkrete Erscheinungsform hat und in dieser eine Werthaltigkeit darstellt. Je höher die Werthaltigkeit einer Sache ist, desto schneller keimt in Ihnen der Wunsch, sie zu besitzen. „Begierde“ ist ein Schlüsselwort Ihrer Anlage. Können Sie etwas „lassen“? Können Sie „die Hand öffnen, nachdem sie etwas gegriffen hat“? Vermutlich fällt solches Tun (das aber von Zeit zu Zeit nötig wäre) recht schwer. Und daher stellt „unersättliche Begierde“ und manchmal auch „Besitzgier“ eine ernst zu nehmende Auswirkung dieser Anlagestruktur dar. Kann es auch sein, dass Sie (wie viele andere sagen) zu viele Versicherungspolices abgeschlossen haben? Falls ja, so wäre das ein Indiz für Ihr ausgeprägtes „Sicherungsbedürfnis im Materiellen“. Dies allein ist „nicht weiter schlimm“, doch werden Sie möglicherweise doch Gefahr laufen, die seelischen und geistigen Belange des Lebens nicht gebührend gleichberechtigt zu behandeln. Wenn dies – nach Ihrer ehrlichen Einschätzung – stimmt, dann sollten Sie handeln, um einer drohenden einseitig-materialistischen Lebensführung vorzubeugen.

Denn trotz Ihrer anlagebedingt stark materiellen Ausrichtung dürften Sie gleichzeitig die Fähigkeit unterdrückt haben und unterdrücken, das Leben „aus dem Konkreten“ („im Hier und Jetzt“) zu genießen. Diesen Widerspruch verkörpern Sie in Ihrem Leben. Ihre an das Materielle gebundene Lebensführung (egal ob im Sinne eines Zuviel oder Zuwenig) lässt Sie aufgrund „des Gangs durch die Extreme“ oft kaum oder nicht genießen, was Sie wirklich „haben“. Dies liegt auch daran, dass Sie im Moment des „Habens“ sogleich an einen möglichen „Verlust“ denken oder auch an ein „Wie kann ich danach Neues haben?“. So gelingt es Ihnen vermutlich nur selten, sich an dem zu erfreuen, was im Augenblick „da ist“. Es erscheint Ihnen oft als „nicht genug“ oder „zu wenig“. Wenn Sie dieses Gefühl nicht in den Griff bekommen, dann werden Sie auch „auf hohem Niveau immer arm sein“. Und anders herum: Wenn Sie dieses Gefühl in den Griff bekommen, dann werden Sie sich „auf niedrigerem Niveau doch immer auch reich fühlen“.

Wenn Sie zu den Menschen zählen, die Lebenslust nur selten verspüren, so wäre es möglich, dass Sie die „Lebenslustigkeit“ erst im Alter, beispielsweise nach dem Tod des ständigen Partners erfahren. Daher sollten Sie frühzeitig lernen, vom „Lebenskuchen“ ein angemessenes Stück zu beanspruchen. In diesem Fall ist das „Habenwollen“ ein legitimer Wunsch. Zu spät ist es dafür nie.

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

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Der Unwille, „etwas zu geben“, ist als Grundzug bei Ihnen angelegt. Sie sind deshalb keineswegs ein schlechterer Mensch als andere, aber „Geben“ setzen Sie innerlich gleich mit einem „Verlust an Sicherheit“. Dies ist wahrscheinlich die Folge einer frühkindlichen Stillphase, die aus Ihrem subjektiven Empfinden heraus „unnormale“ verlaufen ist. „Verlust“ werden Sie in Ihren ersten Lebenstagen und -wochen assoziiert haben mit: „Ich verhungere“. Daher interpretieren Sie „Geben“ auch als: „Mir wird etwas genommen.“ „Bedingungslose Sicherung des körperlichen (materiellen) Lebens“ entspricht Ihrem Wesen. Jeder „Unsicherheitsfaktor“ wird hartnäckig verfolgt und getilgt, egal auf welchem „materiellen Sicherheitsniveau“ Sie sich jeweils befinden.

Sie sollten wissen, dass bei Ihnen eine Suchtveranlagung vorliegt. Diese ist Folge der benannten Probleme in der Stillphase, wobei der Suchtstoff als solcher gar nicht im Vordergrund steht (also

die körperlich abhängig machende Substanz) sondern vielmehr der Lustgewinn, „sich oral etwas einzuverleiben“. Ihr starker Wunsch zu „nehmen und festzuhalten“, kann es Ihnen gegebenenfalls schwer machen, von einer mehr oder weniger stark ausgeprägten Sucht wegzukommen, selbst wenn Sie es wirklich wollten. Scheuen Sie sich in diesem Fall nicht, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Empfehlung (Lösungsweg)

Lernen Sie, materiellen Dingen gegenüber eine „entspanntere“ Einstellung zu gewinnen. Dies wird Ihnen sehr schwer fallen, wenn Ihre materielle Situation eher „angespannt“ ist. Vermutlich werden Sie über einen derartigen Vorschlag nur müde lächeln oder auch richtig verärgert sein. Dennoch: Ihre Anlagestruktur im Rahmen dieser Konstellation „kümmert sich nicht“ um Ihre irdische materielle Situation. Denn aus der Perspektive größerer Zusammenhänge vergeht alles Materielle und nichts ist von bleibender Dauer.

Deshalb ist es für Sie wichtig, über „Austausch“ (das heißt „Kräftefluss“) einen Ausgleich von Geben und Nehmen im Leben herzustellen. Und der Ausgleich stellt sich nur durch ungehinderten Kräftefluss zwischen den beiden Polen von Geben und Nehmen ein. Der Ausgleich „entschärft“ so Ihre anlagebedingte Einseitigkeit und etabliert insgesamt eine weniger materiell ausgerichtete Einstellung. Die Frage, wie Sie die Kräfte ins Fließen bekommen können, ist leicht beantwortet: Wenn Sie ehrlicherweise das Gefühl haben, etwas „lange genug“ gehalten zu haben, so lassen Sie es los. „Öffnen Sie den Griff“, egal ob körperlich, seelisch oder geistig.

In jedem Fall sollten Sie sich immer auf die eigenen Kraftreserven verlassen können. Ein großer Vorteil Ihrer Anlagestruktur im Rahmen dieser Konstellation und ein positiver Aspekt des „Haltens der Dinge“ ist die Speicherung von Energie. Sie sind wie eine „Batterie“, die sich eigentlich nie völlig entladen kann. Haben Sie also Vertrauen in Ihre Handlungsfähigkeit, die Ihnen so in der Regel immer mit einem Mindestmaß zur Verfügung stehen wird. Das ist auch deshalb wichtig, weil für jede Veränderung ins Positive Energie nötig ist.

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Gewebewucherungen aufgrund allgemein intensivierten Gewebewachstums, daher oft auch gutes Abheilen von Narben, Stirnhöhlenerkrankungen.

Im „Lösungsprofil“ werden die vom Text gemeinten Leserinnen und Leser direkt angesprochen. In aller Ausführlichkeit finden sich hier Ursachenzusammenhänge und Tipps, die anregen, in Übereinstimmung mit den individuellen Anlagen einen guten Weg und eine angemessene Lösung zu finden. Vertrauen Sie als Angesprochene(r) einfach darauf, dass aus der Vielfalt aller gegebenen Informationen der Zusammenhang in Ihre Aufmerksamkeit rückt, der für Sie aktuell von Bedeutung ist. Sie selbst treffen dann Entscheidungen über Richtungsänderungen und Weichenstellungen, durch die später vielleicht andere Aspekte der Lösungsprofile bedeutsam für Sie werden.

Einleitung

Das Lösungsprofil beschreibt die Ausdifferenzierungen der Persönlichkeit der zu analysierenden Personen und formuliert ausführlich jeweils deren Erscheinungsformen (Auswirkungen) und wiederum deren Ursachen (Begründungen). Außerdem werden individuelle Lösungswege empfohlen und mögliche Erkrankungsformen genannt, die vermeidbar sind.

Hintergrund

In den Lösungsprofilen der astrovitalis-Analysen kommt das so genannte „UWK-System“ zur Anwendung, Quintessenz der über 30-jährigen Beratertätigkeit des Programmautors. Das „UWK-System“ dient zur Interpretation von Geburtsbildern. „U“ steht für Ursache, „W“ steht für Wirkung und „K“ steht für Kontext.

Die „klassische Astrologie“ beruht auf Prinzipien der Deutung und Beratung, die zwar nicht direkt falsch, jedoch sowohl im äußeren Weltbild als auch im inneren Menschenbild zu begrenzt sind, um ein komplexes System wie „das ganze Leben“ befriedigend zu erfassen. Das Geschehen in diesem unterliegt auch Kräften und Ordnungen, von denen die klassische Astrologie nichts wusste und nichts wissen konnte. Universelle physikalische Gesetze (teils erst in den letzten zwei Jahrzehnten durch die moderne Physik entdeckt), bestimmen das Leben und damit auch sein Abbild: das Geburtsbild. Dieser Wahrheit wird mit dem UWK-System der multikausalen Vernetzung konsequent Rechnung getragen. Die drei Größen „Ursache“, „Wirkung“ und „Kontext“ sind als die Grundpfeiler eines jeden seriösen und umfassenden astrologischen (und psychologischen) Deutungsansatzes anzusehen.

„Ursache“ kann verstanden werden als „der Samen“, „das Verborgene“, „das schwer Erfassbare“, „das ferne Reich der Herkunft“. Die Ursache repräsentiert die objektiv vorgegebene Ordnung (die Tatsache des Lebens), die in und zur Wirkung drängt. Die Unterscheidung von zwei Arten von Ursachen erscheint sinnvoll:

Die „interne Ursache“ ist allgemeiner, oberflächlicher Natur und zeigt bei allen Menschen die gleiche Wirkung. Die „innere Ursache“ ist unmittelbar aus ihrer Wirkung ableitbar.

Die „externe Ursache“ ist individueller, tief liegender Natur und gilt nur für den einzelnen Menschen. Sie ist normalerweise nicht aus ihrer Wirkung ableitbar. In der „externen Ursache“ liegt der Grund für das vom Menschen subjektiv erlebte Leiden.

Es gilt zu bedenken, dass die allein verstandesbasierte Kenntnis der Ursache ein „totes Wissen“ darstellt oder lediglich von Problembewusstsein zeugt (Problemorientiertheit). Daher verhilft sie nicht zu Änderungen an der (negativen beziehungsweise schlimmen) Wirkung. Es bedarf vielmehr der Antriebsenergie, um Kenntnis und Wissen in Konsequenz umzusetzen, das heißt, um

vom Denken über das Empfinden zum Handeln zu kommen.

„Wirkung“ sollte verstanden werden als „die Frucht“, „das Näherliegende“, „das Offensichtliche“, „die Nachricht des Boten aus dem fernen Reich der Herkunft“. Sie stellt das Symptom, das Anliegen beziehungsweise das gefühlte und gedachte Problem des Menschen dar. Prinzipiell kann eine Wirkung in guter oder schlimmer Form in Erscheinung treten.

Es ist wichtig zu wissen, dass Änderungen an negativen Wirkungen nur der oberflächlichen Behandlung von Symptomen entsprechen. Denn: Die schlimme Wirkung ist nicht das eigentliche Problem, sondern nur dessen Folge.

Leiden ist eine „blinde Lösung“, ist „blinde Ordnung“. Sie ist in diesem Sinne „Un-Ordnung“ und führt immer zu hoher Komplexität und Undurchschaubarkeit des Lebens. Die positiv gewandelte Wirkung ist die eigentliche „Er-Lösung“, die nach Durchleben von Un-Ordnung und tiefen Gefühlen gefunden werden kann. Sie ist nicht der Weg, sie ist das Ziel.

Die „richtige“ Lösung ist die (wieder-)hergestellte und angenommene, einfache und durchschaubare Ordnung. Sie ist der „Ein-Klang“ von Ursache und Wirkung, in der der Widerspruch der Begriffe aufgehoben ist. Sie ist das Bild der im neuen Gleichgewicht der Kräfte nun wachsenden schöpferischen Lebenskraft.

Solche Lösung hält nicht ewig. Sie ist vorübergehend und verweist auf Neues, da durch sie unbekannte Erlebnisfelder erschließbar werden.

Der so genannte „Kontext“ umgibt (gleichsam als „Rahmenbedingung“) „Ursache“ und „Wirkung“ – damit Problem und Lösung – so wie die Erde die in ihr gewachsene Pflanze „umgibt“. Hinsichtlich des Leidens muss der (Rahmen gebende) Kontext positiv verändert werden. Das bedeutet: Der Kontext muss neu generiert werden, damit sich auch die negative Wirkung zur positiven Lösung wandeln kann und damit Ursachen (und damit die Determiniertheiten) rückwirkend akzeptiert werden können. Nur ein positiver Kontext ermöglicht der guten Lösung, sich einzustellen, „sich selbst zu finden“. Dies ist der Weg, auf dem Schicksal annehmbar und zudem bewusst gestaltbar wird. Der Kontext ist der astrologische Lösungsfokus. Bleibt er unberücksichtigt, so ist die Analyse nur Stückwerk mit kurzfristiger Wirkung.

Negative Auswirkungen unseres Lebens finden in negativen (weil wandlungsresistenten) Kontexten statt. Negative Kontexte lassen in ihrem Rahmen immer nur ebensolche negativen Wirkungen zu. Positive Auswirkungen unseres Lebens finden dagegen in positiven (weil wandlungsfähigen) Kontexten statt. Positive Kontexte lassen daher in ihrem Rahmen auch ausschließlich positive Wirkungen zu.

Der positiv gewandelte Kontext ist der Schlüssel zur Veränderung. Er ist nicht die eigentliche Lösung, aber er verhilft zu ihr. Er ist der Weg zur Lösung, nicht das Ziel. Auch die Antwort eines I-Ging eröffnet immer nur einen Weg.

Nutzen

Das Lösungsprofil stellt durch die Verwendung des UWK-Systems die individualisierteste Aussageebene der astrovitalis-Analyse dar. Das Lösungsprofil beschreibt drei wesentliche Bereiche dieser Aussageebene und ist dementsprechend unterteilt: die Auswirkungen vorhandener Anlagestrukturen, die inhaltlichen Begründungen dieser Anlagestrukturen (Bestimmung der Ursachen) und die Beschreibung der individuellen Lösungswege durch konkrete Handlungsempfehlungen.

Hinweis für Berater: Die Ursachenbeschreibung erfolgt in der Regel in der Vergangenheitsform. Grund: Ursachen sind unabänderbar und liegen immer in der Vergangenheit. Außerdem vermittelt dies den zu analysierenden Personen (zurecht) das positive Gefühl, ein mögliches ursächliches Problem überwinden zu können, wenn es selbst schon als vergangen kommuniziert wird. In Wirklichkeit sind es zwar nicht die Probleme, die es zu „überwinden“ gilt, sondern deren negative Auswirkungen, aber das gute Gefühl ist entscheidend, um zum Handeln zu kommen!

Der Nutzen der Lösungsprofil-Analyse liegt vor allem in seiner Ausführlichkeit und der breiten Aufnahme der in jedem Profil angesprochenen Thematik. Es ist, sowohl psychologisch als auch astrologisch, immer sehr schwierig, Wirkungen und deren wahre Ursachen zu verknüpfen und verknüpft zu finden. Und es ist nicht weniger schwierig, aus dieser Verknüpfung auch einen individuell richtigen Lösungsweg abzuleiten. Deshalb sind die astrovitalis-Lösungsprofile sicherlich ein interessanter Wegbegleiter für Ärzte und Therapeuten, Berater und Coaches – und für alle, die sich im Auftrag ihrer Klienten mit „tief sitzenden Problemen“ und ihren Wirkungen beschäftigen müssen und wollen.

Psychologie: Stichworte

SICH AM RECHTEN PLATZ NIEDERLASSEN

Saturn / Stiervenus

Oral gestört durch zu lange Stillphase. Revierhalter. Angst, sich zu ändern.

Die Massenträgheit: ist Abbild der Tendenz zur Unbeweglichkeit und Verwurzelung.

Der Stau: summiert Kraft und soll damit zu mehr Kraftreserven führen.

Orale Fixierung: ist das Bild der Angst vor dem Verhungern.

Die Mauer aus Stein: die erst in Jahrhunderten verfallen sein wird, ist Symbol gegen die Vergänglichkeit der Zeit.

DEM SINN DES LEBENS AUF DER SPUR

Saturn / Jupiter

Angst vor Sinnlosigkeit. Philosophische, grüblerische, zweiflerische Natur.

Die Zehn Gebote: Es gibt Regeln, die sind unantastbar.

Die Suche nach Wahrheit: Die Wahrheit ist oft nur der im Moment unwiderlegbare Irrtum.

Die anzweifelbare Überzeugung: Nur die Götter sind allwissend, der Mensch lernt und sucht Zeit seines Lebens.

Der pessimistische Denker: Die Melancholie ist des Philosophen treueste Geliebte.

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.

WAS KAM, DAS GEHT UND KOMMT WIEDER

Uranus / Zwillingmerkur

Irritierbar im Realen/ Konkreten; Konzentrationsstörung. Eventuell geistig intuitiv!

Die Funktionsfreiheit: lässt eine von bestimmten Zwecken entbundene Existenz der Dinge zu.

Die ungebundene Bewegung: kann den Menschen an Ufer tragen, die nie in seiner Vorstellung auftauchten.

Der Flügelschlag: ist das Bild der Entfesselung im Realen.

Die weltfremde Erfindung: ist intellektuell zwar sensationell, nutzt aber in der Realität niemandem.

ZU HAUSE ÜBER DEN WOLKEN

Uranus / Mond

Angst vor Nähe, daher seelisch wenig belastbar. Scheinüberlegenheit.

Der Empfindungsverlust: ist hier ein Schutzmechanismus, um die Seele vor Schaden zu bewahren.

Die Eindrucksallergie der Seele: wird durch das Einhalten von seelischen Sicherheitsabständen respektiert.

Die Distanz zum Mütterlichen: ist der vorläufige Preis, der für seelische Unversehrtheit zu zahlen ist.

Die Unnahbarkeit: muss im Laufe des Lebens in eine direktere Auseinandersetzungsfähigkeit transformiert werden.

DAS LEBEN FINDET IMMER WEGE

Uranus / Sonne

Vorgeburtliche Lebensbedrohung. Festlegungsängste; Erlebnishunger.

Der Himmel: ist der einzige unbegrenzte Raum, den der Mensch direkt vor Augen hat.

Die Flucht aus und vor dem Leben: führt in eine schützende Entfernung, aber auch in isolierende Vereinzelung.

Die Lebenserweiterung: ist eine Geste, um die Angst vor der Enge zu überwinden.

Die Unverbindlichkeit: ist der Preis jeder absoluten, einseitig gelebten Freiheit.

JEDES ENDE IST EIN NEUER ANFANG

Uranus / Pluto

Jäh wandelbare Vorstellungen! Probleme mit dem männlichen Prinzip an sich.

Die Ent-Täuschung: als Zustand, in dem man sich nicht mehr täuscht, sondern die Wahrheit sieht.

Die geschlechts-unspezifische Entwicklung: ist das Bild des Vertrauensverlustes in den männlichen Archetypus.

Die Orientierungslosigkeit: führt im Guten dazu, den notwendigen, neuen Weg zu finden.

AM ANFANG WAR DAS WORT

Neptun / Zwillingenmerkur

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.

AM ANFANG UND AM ENDE IST ALLES EINS

Neptun / Mond

Tarnung eigenen Naturells. Gleichgeschlechtliche Konkurrenz. Inspirativ.

Der Buddha: ist Ich und Nicht-Ich zugleich.

Die verlorene Seele: findet sich nach langem Suchen an ungeahnter Stelle.

Die Identitätslosigkeit: ist Fluch und Segen zugleich, sollte aber im jetzigen Leben auch als spirituelles Potenzial verstanden werden.

Die Unterwerfung: ist das zu korrigierende Bild eines Schutzreflexes, der zur Verhinderung der eigenen, wahren Identität wurde.

DIE SUCHE NACH DEM HEILIGEN GRAL

Neptun / Jupiter

Heiliger oder Priester? Anschauungen durch Gewissheitserfahrungen absichern.

Die Suche: Ausschau nach dem Sinn der Dinge.

Der Zweifel und die Gewissheit: Mit dieser Widersprüchlichkeit leben lernen.

Der Priester und der Heilige: Würde erlangt man nicht durch Worte, sondern durch Taten.

Die latente Ungläubigkeit: Antworten können genauso ernsthaft gemeint sein wie Fragen.

ÜBER DAS GEBEN WIRD DAS NEHMEN LEICHTER

Pluto / Stiervenus

Sicherungstendenzen im Materiellen. Oft körperliche und geistige Kraftreserven.

Das Nehmen und Halten: ist Lebensversicherung gegenüber allen Wandlungen.

Der Kampf gegen die Vergänglichkeit: führt oft zu einem statischen Verhalten, das im Widerspruch zur Dynamik des Lebens steht.

Die Lustfixierung: ist Bild für das tiefe Begehren nach körperlicher Nähe und Innigkeit.

Die geistige und körperliche Triebhaftigkeit: sollte verfeinert und kultiviert werden, um sie zu beherrschen und nicht von ihr beherrscht zu werden.

GIB MIR MEHR

Jupiter / Stiervenus

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

LAUT UND DEUTLICH

Mars / Zwillingmerkur

Energisch-aggressive Denkhaltung. Ausgeprägter Bewegungsdrang.

LEICHT ENTFLAMMT

Mars / Mond

Aggressives Selbstbild; seelisch richtungslos; reaktiv. Quellensucher.

Dies sind 29% der Gesamtheit aller in Geburtsbildern erfassbaren Konstellationen.

Hier können Leserinnen und Leser ihres Profils genau das: sich „Stichworte“ geben lassen, die sie auf unterschiedlichste Spuren im Rahmen ihrer Anlagekonstellation führen können. In den anderen Profilbereichen können sie diesen Spuren dann in die jeweiligen speziellen Gebiete folgen. Schnelle Erfassung von Themen und Zusammenhängen ist der Vorteil von Stichworten. Ein guter Einstieg für „Schnellstarter“ oder als „Auftakt“ für spätere vertiefende Lektüren des Profils.

Einleitung

Die Stichwortanalyse ist eine Zusammenfassung der gesamten astrovitalis-Textaussagen in überschaubarer Kurzform. Mehr als nützlich für effektives und schnelles Erfassen von großen Zusammenhängen.

Hintergrund

Da schon allein die Menge der Aussagemöglichkeiten eines Geburtsbildes gewaltig ist, besteht oft Bedarf, eine komprimierte Form aller Aussagen zu generieren. Zudem lässt sich auf diesem Wege ein Geburtsbild in seinen Grundaussagen überfliegen.

Nutzen

Über die Stichworte können Sie die sowohl zeitlich wie inhaltlich weit gehenden Aussagen in fassbarere Kurzformeln bringen. Die einzelnen Begriffe stellen eine thematische Bündelung aber auch Denkanstöße beziehungsweise Deutungsvorschläge zu eigenen Interpretationen durch den Berater dar – und zwar nicht nur zu solchen, die auf astrologischen Erfahrungen basieren.

Die Stichworte sind häufig in Form von, manchen Leser wahrscheinlich „archaisch“ anmutenden, Lebensweisheiten formuliert, wie sie die zu analysierende Person als Geburtsbildeigner oder -eignerin mit entsprechender konstellativer Anlage selbst äußern könnte.

Vorsicht aber bei der Beschränkung auf reine Stichwortbetrachtungen! Denn sie ergeben in Einzelfällen ein verzerrtes Bild. Die Stichwort-Option eignet sich aber hervorragend zur schnellen Erfassung von Lebensthemen und spielt die Vorteile des Computerhirns voll aus, das sein astrovitalis-Programm blitzschnell umsetzt.

Wellness: Inhalt

Erläuterungen	94
Ernährungstipps	96
Therapien	108
Sporttipps	118

Wellness: Erläuterungen

Astrowellness bedeutet: Fitness für das ganze Leben. Der Bereich „Wellness“ wendet sich an alle Leserinnen und Leser ihres Profils und an die Beraterinnen und Berater mit der einfachen Erkenntnis: Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit verbinden sich dann zu einer guten ganzheitlichen Lebensweise, wenn „die Dinge richtig zueinander passen“. Deshalb wenden sich die Texte des Wellnessbereichs mit Erläuterungen, Hinweisen und Tipps auch direkt an diejenigen, die sich vergewissern sollen, was zu ihnen passt: als Ernährungsverhalten, als Sportart und als therapeutisches Handeln zur Vorbeugung oder bei akuten Problemen.

Die Wellness-Analysen

„Wellness“ ist nur scheinbar eine Modeerscheinung. Dieses Wort lässt sich laut Oxford English Dictionary schon im 17. Jahrhundert finden und lässt sich erstmals durch eine Monografie aus dem Jahre 1654 belegen ("I ... blessed God ... for my daughter´s wealnesse"). Das Lexikon erläutert das Wort als "Zustand des Wohlbefindens oder der guten Gesundheit". Er leitet sich nicht, wie oft fälschlicherweise behauptet, von einer Wortneuschöpfung her und wurde auch nicht von einer Werbeagentur erfunden oder gar markenrechtlich geschützt (als Wortneubildung zum Beispiel aus den Wörtern „well-being“ (Wohlbefinden) und „Fitness“ (körperliche Leistungsfähigkeit)).

Letztlich ist aber auch in diesem Zusammenhang entscheidend, was „hinter den Wörtern steckt“, wenn „in ihrem Namen“ gehandelt wird. Dies gilt für „Medizin“, „Psychologie“, „Astrologie“, „Mystik“ und andere Bezeichnungen gleichermaßen. In all diesen Feldern gibt es Beispiele für die fragwürdige Verwendung der jeweiligen Bezeichnung, ebenso wie für eine fragwürdige Praxis im Rahmen einer Bezeichnung. Kurz: Nicht jedes Handeln verdient seinen Namen und nicht jeder Name verdient es, mit einem fragwürdigen Handeln gleichgesetzt zu werden. Mediziner, Therapeuten, Astrologen und andere Lebensberater und „Lifecoaches“, also auch „Wellness-Berater“, kennen solche Missverständnisse und Fehleinschätzungen aus ihrer jeweiligen eigenen Berufspraxis. Und deshalb sind sie in der Regel auch vorsichtig mit schnellen (Vor-)Urteilen über Aktivitäten in anderen Feldern als ihren eigenen. Die astrovitalis-Analysen basieren auf Erfahrungen eines Handelns, das jeweils seinen Namen verdient, auf praxisbewährtem Wissen und auf der erprobten Kunst der Deutung von Symbolsystemen. Und deshalb stehen auch im Bereich der Wellness-Profile Aussagen zur Verfügung, die für Berater und Coaches immer dann hilfreich sind, wenn ihnen Menschen begegnen, denen gleichsam „das ganze Leben am Herzen liegt“.

Auch im Bereich Wellness dreht es sich (wie in den anderen astrovitalis-Bereichen Medizin, Psychologie, Astrologie, Biorhythmus, Namensanalyse, Zeitqualität) um „das ganze Leben“ des Menschen. Wellness-Berater, die sich nicht auf schematische „Fitnessübungen für Leib und Seele, Herz und Muskeln“ beschränken und lediglich die Ideale des Turnvaters Jahn erneut mit ernährungswissenschaftlichen Durchschnittsweisheiten paaren, wissen genau, dass die „Fragen des Wohlbefindens und des Genusses“ oft andere Antworten brauchen, als sie die üblichen „Anleitungen zum Gut-drauf-Sein“ beinhalten.

Für die Verwendung des Begriffs „Wellness“ in heutiger professioneller Gesundheitsförderung und Vorbeugung empfiehlt sich eine geringfügige, aber essenzielle Veränderung der etymologischen Bedeutung des Wortes, wie sie für das 17. Jahrhundert verzeichnet wurde. Und so meint „Wellness“ auch im Kontext der astrovitalis-Analysen den aktiven Entwicklungsprozess von guter Gesundheit und Wohlbefinden. Auf eine knappe Formel gebracht lässt sich Wellness einfach als

„gesund leben und sich wohl dabei fühlen“ oder „mit Genuss gesund leben“ umschreiben.

In den 1950er Jahren entwickelte der amerikanische Arzt Dr. Halbert L. Dunn alternative Vorstellung zu damals vorherrschenden Zielsetzungen ärztlicher Praxis. Mit seinem „High-Level-Wellness-Konzept“ legte er den Grundstein für die amerikanische Wellness-Bewegung. Ursprünglich begriff Dunns Konzeption Wellness als „funktional orientierte Interventionen“, die zur Steigerung individueller, biologisch und soziologisch eingerahmter Potenziale stattfinden sollten. Solche Potenzialsteigerung heißt heute „gesundheitsbezogene Sicherung der Lebensqualität“. Das Verdienst der Wellness-Bewegung ist deutlich: Gesundheit wurde zu etwas Greifbarem und Erlebbarem, Gesundheitspflege zu einem Erlebnis.

Ein wesentliches Merkmal des Wellness-Modells heute findet sich in dessen Betonung psychologischer Faktoren und Wirkzusammenhänge, also auch in einer Einbeziehung der Faktoren Spaß, Lust und Genuss bei der Entwicklung von Gesundheitsprogrammen und anderen gesundheitsfördernden Angeboten. Die „basale Kausalebene“ des Wellness-Gedankens, die Bedeutung des „Sinn-Bereichs“ für die Motivation, Gesundheitspflege als Erlebnis zu begreifen, erscheint auch wissenschaftlich inzwischen als relevant und unstrittig. Die Suche nach dem Sinn des Lebens wird damit zu einer der wichtigsten Aufgaben für die Entwicklung eines authentischen Wellness-Lebensstils. Deshalb führen auch alle wichtigen Wellness-Modelle unter „Gesundheitsdimensionen“ auch den Aspekt „Spiritualität“ auf (und beziehen damit religiöse, mystische, transzendente Fragestellungen ein).

Die astrovitalis-Analysen tragen dem innerhalb der Wellness-Profile in primär astrologisch orientierter Weise Rechnung, durchaus aber auch unter Einbezug anderer Fragestellungen. Die Wellness-Analyse beinhaltet deshalb Tipps zur Ernährung, zu verschiedenartigen Therapiemöglichkeiten und zu geeigneter sportlicher Betätigung. Alle Hinweise sind jeweils speziell auf die besondere Anlagestruktur der jeweiligen zu analysierenden Person ausgelegt und damit hochgradig individuell. Im Ernährungsbereich erhält die Person wertvolle Hinweise zur Grundausswahl, Vermeidung oder Bevorzugung von Nahrungsmitteln, zur Verbesserung oder Änderung ihrer Essgewohnheiten, Vitamin- und Mineralstoffempfehlungen sowie detaillierte Diätvorschläge und -beschreibungen. Berater und Coaches sollten beachten, dass generell zwar alle Auswertungen Gültigkeit haben. Zu bestimmten Zeiten können aber ganz spezielle Themen mehr im Lebensvordergrund stehen als andere. Welche das sind, kann mit hoher Zuverlässigkeit über die Analyse der Zeitqualität in Erfahrung gebracht werden.

Für Ärzte, Therapeuten, Berater und Coaches sind die Wellness-Aktivitäten-Nennungen in Hinblick auf die zu beratenden Personen in zweierlei Hinsicht interessant: Erstens zeigen sie, welche Diäten oder Kuren oder Aktivitäten je nach Anlage und Konstellation generell infrage kommen; zweitens aber finden Berater hier auch ein „Korrektiv“ durch die Art der astrovitalis-Beschreibung, falls Patienten und Klienten ihnen von Aktivitäten berichten, die sie selbst favorisieren, oder von Ernährungsgewohnheiten, die sie selbst praktizierten oder praktizieren oder zu praktizieren gedenken.

„Astrowellness“ ist wohlthuende Verknüpfung von Körper, Geist, Seele und Spiritualität. Die astrovitalis-Analysen erfüllen insofern die Ansprüche eines zeitgemäßen Denkens und Handelns, für das Gesundheit nicht immer nur dann „ein Problem“ wird, wenn Krankheit zum Problem geworden ist.

Wellness: Ernährungstipps

SICH AM RECHTEN PLATZ NIEDERLASSEN

Saturn / Stiervenus

Essen Sie nach dem „Underberg-Prinzip“: immer mäßig aber regelmäßig, weder zu viel noch zu wenig. Das Wohlfühlen muss für Sie im Vordergrund stehen! Und dauerhaft sollten Sie schwere fettreiche Kost oder Kost mit zu vielen Kohlenhydraten vermeiden. Finden Sie bezüglich der Nahrungsmittelauswahl eine gesunde Balance und betreiben Sie einen zweckmäßigen Ausgleich. Da Sie gelegentlich immer wieder unter Verstopfungen leiden, brauchen Sie zum Essen immer sehr viel Flüssigkeit. Vermeiden Sie scharfe Gewürze und künstliche Nahrungsmittelzusätze. Ebenso sollten Sie Ihren Fleisch- und Fischkonsum etwas einschränken.

Als individuell passende Diäten kommen für Sie die „Dr. Haas-Diät“ und die „Rohkost-Diät“ infrage.

Dr. Haas-Diät

Statt der gewohnten „Eiweißmast“ verordnet der US-Arzt Dr. Haas den Sportlern „des Landes der Proteinkuren“ eine extrem kohlenhydratreiche Diät. Damit trägt er nicht nur zum Siegeszug seiner Schützlinge erfolgreich bei. Dr. Haas verhilft zudem den lange als Dickmachern geschmähten Kohlenhydraten (Müsli, Reis, Nudeln) zu neuen Ehren. Mit einer Nährstoffrelation von siebzig bis achtzig Prozent der Kalorien aus Kohlenhydraten und zwanzig bis dreißig Prozent aus Fett und Eiweiß – jeweils zu etwa gleichen Teilen – kommt die „Haas-Diät“ einer vegetarischen Ernährung nahe. In seinem zweiten Diät-Buch „Eat to succeed“ erweitert Dr. Haas sein kohlenhydratreiches Ernährungskonzept um Nahrungsergänzungsprodukte (von Multivitaminen und Multimineralstoffen über Pulvernahrung bis hin zu speziellen Formeln mit Carnitin, Coenzym Q10, Aminosäuren und High-Tech-Sportgetränken). Mit Namen wie „Fat Fighters“ und „Energy Boosters“ spricht er neben Sportlern auch Prominente aus der Popmusik-Szene an.

Rohkost-Diät

Ein Fest für Puristen, bekennende Nicht-Köche und diejenigen, die gerne in Nahrungssymbiose leben ... Es gibt naturbelassenes Obst und Gemüse, Salate und Nüsse. Auch Möhren, Paprika, Staudensellerie werden roh verzehrt. Im Rohzustand ist der Vitamingehalt von pflanzlichen Lebensmitteln am höchsten. Allerdings wird durch einen ausschließlichen Rohverzehr das Nahrungsspektrum eingeschränkt, denn man kann bekanntlich nicht alles roh essen. Im Rohzustand in der Regel ungenießbar sind Kartoffeln, weil ihre Stärke nur in gekochtem Zustand verdaulich ist. Hülsenfrüchte enthalten in rohem Zustand Stoffe, die die Eiweißverdauung im Körper hemmen. Getreide ist für viele besser bekömmlich, wenn es geröstet oder gebacken wird, zum Beispiel als Vollkornflocken oder Brot. Auch die Verwertbarkeit und Bekömmlichkeit von Milcheiweiß verbessert sich, wenn es durch Säuren (Jogurt, Quark) oder durch Erhitzen (pasteurisierte Trinkmilch) verändert wird.

DEM SINN DES LEBENS AUF DER SPUR

Saturn / Jupiter

Achten Sie beim Essen immer auf eine gute Balance zwischen einem Zuviel und einem Zuwenig, bei Ihnen entscheidet die "goldene Mitte" über Wohlbefinden oder Unwohlsein. Pendeln Sie sich genau so ein, dass Sie einerseits „genug haben“, ohne ein Mangelgefühl zu entwickeln, anderer-

seits aber ebenso auch ohne ein Mangelgefühl „Maß halten“. Das ist oft „leichter gesagt als getan“. Dennoch sollten Sie diese Richtung einschlagen. Nur so können Sie dauerhaft sicherstellen, Ihre grundsätzlichen Anlagen zu Völlerei und Askese positiv zu entwickeln.

Wichtig ist, dass Sie – falls Sie dies nicht schon ohnehin tun – möglichst auf Innereien (zum Beispiel Leber oder Nieren) verzichten. Essen Sie hingegen möglichst viel sonnenbetankte Nahrung (zum Beispiel Obst jeglicher Art in jeder Form). Meiden Sie Nahrungsmittel, die im Dunkeln oder im Schatten wachsen (zum Beispiel Kartoffeln). Sie brauchen "Licht auf dem Teller". Deshalb sollten auch „Instantprodukte“ eigentlich „tabu“ für Sie sein. Obwohl Sie eine grundsätzliche Tendenz zu Leberproblemen haben, können und sollten Sie Wein trinken (vorzugsweise leichte Weißweine, seltener schwere Rotweine oder Spirituosen aus Wein, zum Beispiel Cognac).

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung: Vitamin K, Zink.

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 Klöpse 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.

WAS KAM, DAS GEHT UND KOMMT WIEDER

Uranus / Zwillingsmerkur

Möglicherweise findet sich bei Ihnen eine zunächst scheinbar grundlose, oft starke Irritierbarkeit der Verdauungsvorgänge oder eine Verschlechterung der Verdauungsleistung bei angespannter nervlicher Situation. Achten Sie daher bei der Nahrungsauswahl und der Nahrungsaufnahme vor allem auf „Überschaubarkeit“ und eine gewisse Ruhe. Hektik im Übermaß ist selbst für Sie beim Essen „tabu“. Ein kleines Detail könnte für Sie wichtig sein: Salzen Sie Ihr Essen teilweise zu sehr beziehungsweise versuchen Sie, den „faden Geschmack“ mancher Speisen vornehmlich durch Salzzugabe zu beseitigen? Das ist an sich nichts Schlimmes, nur sollten Sie eine größere Auswahl an Gewürzen zur Verfügung haben. Das Salz (des Lebens) ist zwar elementar wichtig, einseitig eingesetzt oder zu hoch dosiert kann es leicht zu großen gesundheitlichen Problemen führen.

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Vitamin E, Folsäure.

Als individuell passende Diät kommt für Sie die "Trennkost-Diät" infrage.

Trennkost-Diät

Fast 60 Jahre alter Diät-Klassiker nach Dr. Hay: Der Verzehr von eiweiß- und kohlenhydrathaltigen Lebensmitteln wird strikt getrennt. Konkret bedeutet das, dass zum Beispiel Brot und Käse oder Kartoffeln und Fleisch niemals zusammen gegessen werden. Prinzip: Trennkost ist kohlenhydratbetont und relativ fettarm; „gesunde“ Lebensmittel wie Obst, Gemüse, Hülsenfrüchte und Vollkorn werden bevorzugt. Basenüberschüssige Kost (Obst, Gemüse, Hülsenfrüchte) gilt als besonders gesund und soll außerdem den Organismus entlasten.

ZU HAUSE ÜBER DEN WOLKEN

Uranus / Mond

Das Thema „Ernährung“ ist generell für Sie sehr wichtig. Haben Sie mit ernsthaften Essstörungen zu kämpfen? Sollten Sie zu Untergewichtigkeit neigen (welcher Ausprägung auch immer), so korrespondiert das dem Bild für das seelische „Nicht-anwesend-sein-Wollen“. Eine Tendenz zu Übergewicht zeigt kompensatorisches Handeln: Aus Angst, seelisch "verloren zu gehen", erden und verankern Sie sich „körperliche Gewichtung“. Ob „Übergewichtung“ oder „Untergewichtung“ – die ungelöste Aufgabe dahinter ist immer die gleiche: „Verliere dich nicht, finde dich!“ Vielleicht sollte bewusstes Essverhalten zu einer der vornehmlichsten Aufgaben Ihres Lebens werden. Nehmen Sie generell alles rund ums Essen ernst!

Was die Nahrungsaufnahme selbst betrifft: Sie sollten möglichst viel Gemüse zu sich nehmen, Kartoffeln jedoch unbedingt in jedweder Form meiden. Fett- oder Zuckermangel sollten Sie durch kontrollierte und konsequente Zufuhr ausgleichen. Das ist sehr wichtig! Ebenso ist es nötig, dass Sie Ihrer Neigung zu unkontrolliertem Essen („Fressattacken“) und zu unregelmäßigem Essen („mal fünf Stunden hintereinander, dann drei Tage gar nichts“) beobachten. Versuchen Sie, sich „in den Griff zu bekommen“.

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Niacin, Pantothensäure, Vitamin B12, Magnesium.

Als individuell passende Diät kommt für Sie die "Mayo-Diät" infrage.

Mayo-Diät

Entwickelt wurde diese fast schon „historische Diät“ in der berühmten Mayo-Klinik im US-Staat Minnesota. Sie zählt zu der Gruppe der eiweißreichen Diäten mit einem Energiegehalt von rund 1000 bis 1500 Kilokalorien, wobei Proteine die Hälfte ausmachen. Die „Mayo-Diät“ setzt auf den Verschlankeffekt durch Eiweiß. Dabei soll die Proteinzufuhr den diätbedingten Kohlenhydratmangel ausgleichen. Das Ziel jeder „Abspeckkur“, Übergewicht durch Fettabbau zu verringern, wird nämlich nur erreicht, wenn das körpereigene „Heizwerk“ mit beidem – Kohlenhydraten und Fetten – „befeuert“ wird. Falls Erstere nicht in ausreichendem Maß zur Verfügung stehen, wandelt der Körper in einem komplizierten biochemischen Prozess Eiweiß in Kohlenhydrate um. Bei der „Mayo-Diät“ wird dieses Eiweiß aus der Nahrung zugeführt, damit es nicht – wie bei der „Null-Diät“ – aus dem Muskelprotein abgebaut wird. Dennoch ist diese Form der Protein-Abspeckkur eine unökonomische Ernährung. Besser ist es, auch während der „Mayo-Diät“ genügend Kohlenhydrate zu essen. Bei der „Mayo-Diät“ kommen bevorzugt tierische Eiweißträger wie Fleisch, Geflügel und Fisch sowie fettarme Milchprodukte auf den Tisch – und morgens zwei bis drei Eier. Dadurch, dass auch Gemüse und Obst erlaubt sind, ist eine verhältnismäßig gute Vitamin- und Mineralstoffversorgung gewährleistet. Die „Mayo-Abspeckkur“ ist ihrer Zielsetzung entsprechend und ihren Anwendungserfolgen gemäß eine Kurzzeit-Diät. Sie wird bei denjenigen

besonders Gefallen finden, die gerne Eier, Steaks vom Rind, Pute, Kalbsschnitzel und Krabben essen. Wer allerdings derart eiweißreich isst, sollte ganz viel trinken, um die Nieren bei der Ausscheidung der Eiweißabbauprodukte zu unterstützen.

DAS LEBEN FINDET IMMER WEGE

Uranus / Sonne

Mal ehrlich, Sie sind doch ein „Fastfood-Typ“, oder? Nun, das ist nicht schlimm. Nur sollten Sie gelegentlich, wenn Sie etwas mehr Zeit zur Verfügung haben, auch einmal in Ruhe etwas anderes essen ... Spaß beiseite: Selbstverständlich nehmen Sie nicht nur Fastfood zu sich, aber Ihre latente drängende innere Unruhe wird auch beim Essen virulent und „schlägt durch“. Schlingen Sie manchmal alles nur einfach schnell herunter? Kauen Sie eigentlich richtig und bewusst? All das sollten Sie unbedingt in Zukunft wirklich mehr beachten – falls Sie nicht schon längst selbst aufmerksam geworden sind. Erst dann ist es gut, sich über die Nahrungsmittel selbst Gedanken zu machen. Vermutlich vertragen Sie keinen Weißwein, Rotwein schon eher. Rotwein ist für Sie sehr empfehlenswert, weil in ihm ein ursprünglicher, temperamentvoller Lebensausdruck und die nötige Erdung stecken, die für Sie wichtig sind. Rotwein hat immer etwas Sinnliches, damit Lebensnahes, Rotwein ist eigentlich „Emotion als Getränk“. Täglich ein kleines Glas – und die „Lebensgeister“ „wachsen und gedeihen“ in Ihnen. Wenn Sie Alkohol meiden wollen, dann trinken Sie täglich ein Glas „Rotbäckchen“ oder „7-Zwerge-Saft“ (kein Scherz).

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Vitamin B1, Biotin, Kalium, Calcium, Magnesium, Jod.

Als individuell passende Diäten kommen für Sie die „T-Faktor-Diät“ und die „Hollywood-Diät“ infrage.

T-Faktor-Diät

Das „T“ steht für Thermogenese, was „erhöhte Wärmeabgabe“ bedeutet. Diese soll, unterstützt durch schweißtreibende Aktivitäten, den Körper nach den Mahlzeiten mehr Hitze abgeben lassen. So bleibt ihm weniger Energie für die Fettbildung. Zwar entscheiden in erster Linie die Erbanlagen, ob jemand zu den guten oder schlechten „Futterverwertern“ gehört, doch dann kann man die Wärmeproduktion auch durch die Zusammensetzung der Mahlzeiten beeinflussen. Von allen Nährstoffen hat Eiweiß den höchsten Thermogenese-Effekt. Um eine ungesunde „Protein-Mast“ zu verhindern, enthält die „T-Faktor-Diät“ ein ausgewogenes Mengenverhältnis von fünfzig Prozentanteilen komplexer Kohlenhydrate, fünfundzwanzig Prozent Eiweiß und fünfundzwanzig Prozent Fett. Übrigens: Thermogenese lässt sich natürlich auch durch sportliche Betätigung steigern. Sie kennen sicherlich den „Nachverbrennungseffekt“ nach anstrengender körperlicher Aktivität. Der Körper läuft noch eine ganze Zeit auf Hochtouren und man schwitzt auch im Ruhezustand weiter. Regelmäßiges „Trimmen“ ist daher nicht nur unter dem unmittelbaren Effekt des Kalorienverbrennens während sportlicher Belastung wichtig. Auch die Zeit nach dem „Trimmen“ ist also von Bedeutung; und der Grundumsatz verbleibt auf einem höheren Niveau, wenn Sie regelmäßig sportlich aktiv sind.

Hollywood-Diät

Was laut „Hollywood-Diät“ schlank machen soll, ist der reichliche Verzehr tropischer Früchte – und zwar aufgrund ihres Enzymreichtums. Niemand bestreitet, dass viel frisches Obst gesund ist, und – da natürlich „leicht“ – auch ein wichtiger Bestandteil jeder ausgewogenen Reduktionskost sein muss. Nur stimmt das Grundprinzip der „Hollywood-Diät“ leider nicht: Fruchtenzyme bauen

weder Nahrungsfett „zu null Kalorien“ ab noch lassen sie Körperpfunde schmelzen.

JEDES ENDE IST EIN NEUER ANFANG

Uranus / Pluto

Leider ist Ihr Gespür für die richtige Nahrung nicht immer gut. Daher sollten Sie sich angewöhnen, Ihrer Neigung zum Herunterschlingen des Essens entgegenzuwirken. Ist es Ihnen schon passiert, dass Sie unachtsam etwas Schlechtes gegessen haben? Versuchen Sie generell, sich beim Essen Zeit und Muße zu nehmen. Wenn Sie dies nämlich wirklich tun, wird Ihnen das Essen viel mehr Freude als zuvor bereiten können. Führen Sie eine „Kultur der Ruhe“ ein! Auch und vor allem beim Essen ist das etwas elementar Wichtiges und Menschliches. Die Menschen der Vorzeit saßen abends oft stundenlang am Feuer, brien sich Fleisch in der Glut und erholten sich wortlos, nur dem Knistern der Flammen lauschend, von den Strapazen des Tages. Nicht zuletzt deshalb gibt es natürlich auch heute noch viele Kulturen, in denen Essen eine ganz große Bedeutung hat. Dort liebt man stundenlange Essensgelage. Noch eine Empfehlung: Essen Sie möglichst wenig Fleisch oder zumindest vorzugsweise Geflügel. Fisch dagegen können Sie immer auf Ihre Speisekarte setzen, auch Sushi!

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Vitamin E, B6, Jod.

AM ANFANG WAR DAS WORT

Neptun / Zwillingmerkur

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 Nahrungskohlenhydraten in Körperfett findet allerdings nach neueren Untersuchungen keines-

wegs 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.

AM ANFANG UND AM ENDE IST ALLES EINS

Neptun / Mond

Es ist gut möglich, dass bei Ihnen zuweilen die Gefahr der Essensunlust oder Nahrungsverweigerung besteht. Zeitlicher Umfang und Ausmaß sind hierbei aber unbestimmt. Sollten Sie jedoch derartige Verhaltensweisen (auch im Ansatz) an sich kennen oder zumindest vermuten, so ist Vorsicht geboten. Sie sollten bei Essstörungen gegebenenfalls professionelle Hilfe in Anspruch nehmen.

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Vitamin K, B12, C, Pantothensäure.

Als individuell passende Diäten kommen für Sie die „Japan-Diät“, die „Lipotrope-Diät“, die „Markert-Diät“ und die „Eier-Diät“ infrage.

Japan-Diät

Alles knackig und vitaminfrisch: Im Mittelpunkt der Diät stehen leichte Gemüse-, Fisch- und Reisgerichte. Im Wok lassen sich die Zutaten fettarm bei kurzer Gardauer zubereiten. Wok-Fans würzen zum Beispiel mit Sojasoßen. Fettreiche Sahnesoßen sind unbekannt. Sushi sind leichter als „belegte Brote“. Herzhafte aber fettarme Fonduegerichte werden mit kurzer Gardauer in kochender Gemüsebrühe statt minutenlang in siedendem Öl zubereitet.

Lipotrope-Diät

In kalifornischen Laboratorien entstand eine Diät mit fragwürdigem Namen. Das Wort „lipotrop“ weist nämlich lediglich auf eine Beziehung zu Fett hin. Diese sehr allgemeine Stoffwechselwirkung bezieht sich aber keinesfalls nur aufs Abnehmen. Wissenschaftlich korrekt müsste die Diät "Lipolyse", also "Fettabbau" heißen. Und genau darum geht es bei ihr. Bestimmte Nahrungsbestandteile sollen unerwünschtes Depotfett ins Blut freisetzen und so den Abbau von Fettzellen bewirken und beschleunigen. Rohstoffe für das Fettverbrennungssystem sollen deshalb auch konsequent während und nach der Diät auf dem Teller erscheinen.

Markert-Diät

Zweiwöchige Flüssigkeitsfastenkur mit Eiweißdrinks (zum Beispiel Almased) und Gemüsebrühe. Bei ca. 400 kcal hauptsächlich in Form von Eiweiß bildet der Körper Ketonkörper (Stoffwechselprodukte entsprechend anderer einseitiger Diäten wie zum Beispiel Atkins-Diät). Angeblich wird die Schilddrüse derart „aktiviert“, dass man nie wieder Fett ansetzt. Bewertung: Im Grunde eine Formula-Diät, für die ein Produkt verkauft werden soll. Keine wirkliche, vor allem keine mentale Hilfe zur Veränderung von Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten. Vielen Menschen schmeckt der Diätdrink nach einigen Tagen nicht mehr und sie müssen abbrechen. Andere haben gravierende gesundheitliche Beeinträchtigungen. Obwohl er eigentlich ausgeschlossen sein soll, wird von „Jojo-Effekten“ berichtet.

Eier-Diät

Die Eier-Diät ist eine einseitige Eiweißdiät. Es gibt etliche Varianten der Diät, zum Beispiel reine Eierkuren (drei mal zwei bis drei Eier pro Tag sowie etwas Salat ohne Dressing) und Ei-Apfeldiäten (bis zu sechs mal pro Tag einen Apfel und ein Ei). Bewertung: einseitige Ernährung, rascher Gewichtsverlust zu Anfang vor allem durch Wasserverlust, Gefahr des Vitamin-, Ballaststoff- und Mineralstoffmangels. Hohe Cholesterinzufuhr. 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 wird aus medizinischer Sicht von dieser Diät unbedingt abgeraten. Erhöhtes Risiko für Herz- und Gefäßerkrankungen, Gicht und Arteriosklerose.

DIE SUCHE NACH DEM HEILIGEN GRAL

Neptun / Jupiter

Tendenz zu Mandelvergrößerungen und Zysten bei Milchgenuss. Meiden Sie daher besser Milchprodukte und steigen Sie auf laktosefreie Produkte um. Vermutlich eignet Ihnen zeitweilig eine Neigung zu Maßlosigkeit beim Essen, die plötzlich auftritt. Ihr Übergewicht signalisiert Ihnen dann: „Nicht nur körperlich bin ich auf dem falschen Weg.“ Der Körper zeigt Ihnen so eindeutig, dass Sie gleichsam den "Pfad der Wahrheit" verlassen haben. Übergewicht symbolisiert eine eigentlich nicht tolerierbare Nachlässigkeit nicht nur im körperlichen, sondern vor allem auch im geistig-spirituellen Sinne.

ÜBER DAS GEBEN WIRD DAS NEHMEN LEICHTER

Pluto / Stiervenus

Neigen Sie beim Essen zu Übertreibungen? Dann kann es leicht zu Überlastungen des Verdauungssystems und zu Fettansatz kommen. (Eine Anlage zu Tumoren ist nicht ausgeschlossen.)

Vermeiden Sie, sich zum Essen in irgendeiner Form zwingen zu lassen.

Als individuell passende Diäten kommen für Sie die „Mittelmeer-Diät“ und die „Weight-Watchers“ infrage.

Mittelmeer-Diät

Einfach auch zu Hause schlemmen wie im Urlaub! Was die Ernährungswissenschaft zur Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen empfiehlt, entspricht ziemlich genau den Essgewohnheiten in den Mittelmeerländern. Aufgetischt werden viel Gemüse, Salat mit Olivenöl, Fisch und Pastagerichte. In der Mittelmeerküche wird reichlich mit frischen Kräutern gewürzt. Frische oder tiefgefrorene Küchenkräuter sind aber nicht nur Geschmackszutaten, sondern enthalten zudem eine Fülle gesunder Stoffe und unterstützen nicht zuletzt das Zusammenspiel unserer Verdauungsorgane. Zum Nachtisch gibt es Frisches. Ein weiteres wichtiges Erfolgsgeheimnis: Im mediterranen Raum nimmt man sich viel Zeit zum Essen. Und Lebensfreude und Genuss beim Essen besitzen einen hohen Stellenwert. Ernährungsphysiologisch „schlechte Noten“ bekommt dagegen das Frühstück, das oft nur aus Brot, Konfitüre und Kaffee besteht. Eine Verbesserung wäre hier zum Beispiel frischer Obstsalat mit Joghurt.

Weight-Watchers

Die „Weight-Watchers-Diät“ ist eine kalorienreduzierte Mischkost kombiniert mit regelmäßigen, kostenpflichtigen Gruppentreffen. Bewertung: Die Teilnehmer erzielen oft gute Abnehmerfolge, aber häufig nur, solange sie Gruppendruck erfahren. Das heißt, die Notwendigkeit für neue Ernährungsgewohnheiten wird oft nicht dauerhaft „verinnerlicht“. Seit Herbst 2000 ist das Konzept von Weight Watchers etwas verändert. Es nennt sich jetzt „Points Plan“. Verbote sind abgeschafft. Außerdem wird das „Weight-Watchers-Konzept“ nun auch als kostenpflichtiger Fernkurs angeboten.

Jeder persönlichen Disposition entspricht je nach Lebenswandel eine geeignete Art der „Ernährung“. Und falls der Lebenswandel dies einmal ignoriert hat, so entsprechen jeder individuellen Anlage auch geeignete Diätmöglichkeiten, um wieder einen guten Kurs zu einem ganzheitlichen Wohlbefinden einzuschlagen. Die Ernährungstipps richten sich an alle Leserinnen und Leser, alle Beraterinnen und Berater, die sich informieren möchten, welche der vielen Möglichkeiten, die der Gesundheitsmarkt anbietet, für die profilspezifische Anlage geeignet sein könnte. Probieren Sie es aus!

Einleitung

Die astrologische Ernährungslehre hat ihre Wurzeln bereits im Mittelalter. Schon damals versuchte man, aufgrund von Gestirnspositionen Rückschlüsse auf Nahrungsmittel und deren Auswahl zu ziehen. In heutiger Zeit liegt ein unvergleichlich größeres Wissen über die Zusammensetzung der Nahrungsmittel und über die Verwertungsvorgänge im menschlichen Körper vor. So ist es nicht verwunderlich, dass Astrologen seit Jahrzehnten daran arbeiten, anhand des Geburtsbildes Ernährungsfahrpläne und -ratschläge zu „richtiger“, astrologisch passender Nahrung zu erstellen.

Allgemeine Ratschläge nutzen indes wenig. Schnell stellt sich beim Beratenen ein Gefühl von Beliebigkeit und Austauschbarkeit ein. Natürlich schadet es in der Regel niemandem, Kartoffeln zu essen oder ein Glas Bier zu trinken. Die Gesamtheit aller Nahrungsmittel bildet aber ein komplexes Spektrum von Energien, die wir täglich, wöchentlich, monatlich, letztlich jahrzehntelang zu uns nehmen. So gesehen erhält „Nahrungsaufnahme“ nicht nur eine sättigende, sondern auch eine wahrnehmbare Bedeutung. Nicht umsonst heißt es: „Man ist, was man isst.“

Hintergrund

Die astrologisch fundierten Ernährungsratschläge der astrovitalis-Analysen sind frei von ideologischen Parametern. Es wird weder Vegetariern „nach dem Mund geredet“ noch werden die Freunde oder die Freuden hochprozentiger Tropfen „verteufelt“. „Jedem das Seine!“ Allerdings lautet die Maxime auch – und das ist wichtig zu sagen – „Wahrer Genuss ist Genuss in Maßen und nicht in Massen!“ Übertreibungen führen – wie allerdings auch „Untertreibungen“ – in aller Regel zu schmerzhaften und später bereuten Fehlentwicklungen. Auch darauf wird, soweit es die Beschreibung der jeweiligen Anlagestruktur nötig macht, immer offen und vorbeugend hingewiesen.

Die Vitamin- und Mineralstoffempfehlungen basieren einerseits auf langjährigen Beobachtungen von Mangelerscheinung (zum Beispiel Jod, Vitamin A) bei Menschen im Kontext ihrer astrologisch-konstellativen Dispositionen. Andererseits sind die Empfehlungen auch „aus dem Stoff als solchem“ abgeleitet. So hat beispielsweise Magnesium eine spezifische biologische und chemische Zusammensetzung und „Verhaltensweise“, die bei Einnahme eine typische Reaktion hervorruft. Damit verbunden sind seelisch-geistige Schwingungen, die ein spezifisches Verhaltens- und Erscheinungsbild begünstigen. Dabei spielt es zunächst keine Rolle, in welcher Dosierung (homöopathisch auch „Potenzierung“) der jeweilige Stoff Anwendung findet. Der Stoff als solcher liefert also im phänomenologischen Sinne selbst etliche Informationen, die astrologischen Erfahrungsbildern zugeordnet werden können.

Ähnliches gilt für Diäten. Diese wenden sich mit einem bestimmten Konzept an bestimmte Endabnehmer, in der Hoffnung, einen bestimmten Gesundheitseffekt zu erzielen. Das Konzept

besteht meistens aus einem Verzicht auf oder in einer Beschränkung auf spezielle Nahrungsstoffe. Da die Nahrungsstoffe heute in der Regel astrologisch zugeordnet werden können (zum Beispiel „Eiweiße“ zu „Mond“ beziehungsweise „Krebs“) ist es relativ einfach, „astrologisch-diätkundliche Beziehungen“ herzustellen.

Allerdings sind auch hier Details sehr wichtig: Da den meisten ernst zu nehmenden Diäten auch Vorschriften über die Art und Weise der Zubereitung der Nahrung, über Mengen- und Mischungsverhältnisse und anderes mehr zu Grunde liegen, muss letztlich bei der astrologischen Zuordnung immer die Gesamtheit der Anmutung einer bestimmten Diätvorschrift berücksichtigt werden. Hinzu kommt, dass viele Diäten sich tatsächlich sehr ähneln und/ oder erst bei tieferer Kenntnis ihre Unterschiede offenbaren – nicht anders als bei den astrologischen Konstellationen selbst. Letztlich können aber viele ernst zu nehmende oder immerhin „erfolgreiche“ Diätprogramme mit astrologisch nachweisbaren Anlagestrukturen verglichen und entsprechend zugeordnet werden.

Als Berater oder Coach sollten Sie beachten: Wie bei allen Analysen, die sich auf eine Vielzahl von Anlagestrukturen beziehen, ist es nötig, dass Sie auswählen oder die zu analysierende Person selbst eine Auswahl trifft – und zwar immer bezogen auf einen bestimmten Zeitpunkt. Es wäre unsinnig – und führte sogar schnell zu Widersprüchen und gegebenenfalls Problemen, wenn mehrere Ratschläge gleichzeitig „beherzigt“ würden. Am besten ist es immer, die Gesamtheit der Anlagen eines Geburtsbildes in Übereinstimmung mit der jeweils aktuellen Zeitqualität abzuarbeiten. Schauen Sie sich also einfach die aktuell gültige Zeitqualität in dem jeweiligen astrovitalis-Profil an. Gemäß den dort aufgeführten Konstellationen sollte die beratene Person ihre Ernährungsgewohnheiten für den angegebenen Zeitraum „angleichen“. Und wenn Sie zusätzlich noch die im Folgenden aufgeführten Regeln der „Deutschen Gesellschaft für Ernährung“ beachten, können Sie und die Beratenen sicher sein, durch Abgleich mit deren persönlichen Zeitqualitäten auch in puncto Ernährung auf der sicheren Seite zu sein.

Empfehlungen der „Deutschen Gesellschaft für Ernährung“:

1. Nutzen Sie die Vielfalt an Lebensmitteln. Wer sich abwechslungsreich ernährt, seine Lebensmittel sorgfältig auswählt und auf Menge und Zusammenstellung der einzelnen Nährstoffe achtet, sorgt automatisch für gesunde Mischkost.
2. Der Favorit: pflanzliches Nahrungsmittel. Halten Sie sich an stärkereiche Getreide (-Produkte) und Kartoffeln. Fünf Portionen Obst, Gemüse und Hülsenfrüchte pro Tag sorgen außerdem für ausreichend Vitamine, Mineral- und Ballaststoffe. Achten Sie auf möglichst frische Ware und schonende Zubereitung.
3. Bei Fett und stark fetthaltigen Lebensmitteln ist weniger mehr. Reduzieren Sie die Menge an Nahrungsfett auf 70 bis 90 g Fett möglichst pflanzlichen Ursprungs. Vergessen Sie dabei die „versteckten“ Fettquellen zum Beispiel in Süßigkeiten oder Backwaren nicht.
4. Für die tägliche Ernährung unverzichtbar: Milch beziehungsweise Milchprodukte. Achten Sie jedoch auf möglichst fettarme (teilentrahmte) Erzeugnisse.
5. Ein Tag im Zeichen des Fisches. Fisch gehört einmal pro Woche auf den Speiseplan. Fleisch, Wurstwaren und Eier sind in Maßen zu genießen. Auch hier gilt: Weniger Fett ist mehr.
6. Nehmen Sie Maß bei Zucker und Salz. Schränken Sie sich ein bei Lebensmitteln mit Zucker und Zuckerersatzstoffen. Beachten Sie beim Abschmecken: Würzen ist nicht gleich salzen! Verwenden Sie viel Kräuter und Gewürze, doch wenig Salz. Zum Salzen bevorzugt jodiertes Speisesalz benutzen.

7. Ausreichend Flüssigkeit ist ein Muss. Trinken Sie mindestens 1,5 bis 2 Liter Flüssigkeit pro Tag. Während alkoholische Getränke nur in kleinen Mengen konsumiert werden sollten, können Sie bei kalorienarmen beziehungsweise -freien Getränken wie Wasser, Tee oder verdünnten Säften beherzt zugreifen.
8. Die Kunst liegt in der Zubereitung. Achten Sie auf eine schonende Zubereitung, um möglichst viele Nährstoffe zu erhalten. Garen Sie bei niedriger Temperatur und so kurz wie möglich. Verwenden Sie dazu möglichst wenig Fett beziehungsweise Wasser.
9. Genießen Sie in aller Ruhe. Nehmen Sie sich Zeit zum Essen! Wer bewusst isst und nicht schlingt, sondern in entspannter Atmosphäre gründlich kaut, wird schneller Sättigung verspüren, denn ein Sättigungsgefühl tritt erst nach etwa 15 Minuten ein.
10. Wer rastet, der rostet. Nur wenn Sie mit Ihrem Gewicht und Ihrer Figur zufrieden sind, fühlen Sie sich wohl. Sorgen Sie deshalb für das richtige Verhältnis von Energiezufuhr (Kalorien) und Energiebedarf des Körpers und bewegen Sie sich ausreichend!
11. Verteilen Sie die Energiezufuhr über den gesamten Tag. Teilen Sie Ihre Nahrungszufuhr nach Möglichkeit auf drei Hauptmahlzeiten und zwei Zwischenmahlzeiten auf. Die Energieversorgung könnte dann wie folgt aussehen: Frühstück: 25 % der täglichen Nahrungsenergie, Zwischenmahlzeit vormittags: 10 % der täglichen Nahrungsenergie, Mittagessen: 30 % der täglichen Nahrungsenergie, Zwischenmahlzeit nachmittags: 10 % der täglichen Nahrungsenergie, Abendessen: 25 % der täglichen Nahrungsenergie.

Nutzen

Sie finden in den astrovitalis-Profilen eine Vielzahl von Ratschlägen zu den Arten der Nahrungsmittel, die die Beratenden bevorzugen sollten, und zur Art und Weise ihres Konsums. Berater und Coaches erhalten einen fundierten Überblick über das, was in puncto Ernährung für die jeweils zu beratende Person im Rahmen ihres jeweiligen Geburtsbildes relevant ist.

Wellness: Therapien

SICH AM RECHTEN PLATZ NIEDERLASSEN

Saturn / Stiervenus

Akupressur und Shiatsu

kommt Ihrem Bedürfnis nach körperlicher Berührung entgegen und erzeugt ein Gefühl von „Sicherheit unter fremden Händen“.

Beschreibung:

Die Akupressur ist eine Variante der Massagetechnik aus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Akupressur wird zur Selbstbehandlung empfohlen, zum Beispiel bei Ermüdung, gegen Verspannungen und um Erkrankungen vorzubeugen. Sie wird auch von Heilpraktikern und Masseuren angewendet. Sie soll erfrischen und entspannen (Hilfe zum Beispiel bei Kopfschmerzen, Nebenhöhlenentzündungen, Schmerzen im Nacken und Rücken sowie Störungen des körperlich-seelischen Gleichgewichts). Mit gleichmäßigen, kleinen, nicht schmerzhaften Kreisbewegungen der Fingerkuppen oder des Fingernagels drückt oder massiert der Behandelnde auf Schmerz- und Akupunkturpunkte oder entlang der Meridiane (Energiebahnen), um Blockaden zu lösen. Eine Behandlung dauert etwa dreißig Minuten. Eine ärztliche Untersuchung vorausgesetzt ist die Druckmassage als Selbstbehandlung oder Partnermassage empfehlenswert. Die japanische Variante der Akupressur, „Shiatsu“ genannt (Shi = Finger, Atsu = Druck), findet als Druckmassage gegen Müdigkeit, Erschöpfung und Nervosität Anwendung. Mit sanftem Druck von Fingern, Daumen und Handflächen wird der Energiefluss angeregt, werden Stauungen der Energie aufgelöst und die Selbstheilungskräfte mobilisiert. Manchmal kommen auch Ellenbogen und Füße zum Einsatz.

DEM SINN DES LEBENS AUF DER SPUR

Saturn / Jupiter

Rolfing

unterstützt eines Ihrer wichtigsten Bedürfnisse im Leben: den "aufrechten Gang" seelisch, geistig und körperlich gehen zu können. Diese Methode hilft vor allem denjenigen Menschen, die zeitweise zu einer bedrückten, melancholischen Grundstimmung beziehungsweise Gemütsverfassung neigen und bei denen sich das spezifisch durch die Körperhaltung „offenbart“.

Beschreibung:

„Rolfing“ wurde von der amerikanischen Biochemikerin Dr. Ida P. Rolf begründet. Im Gegensatz zu anderen manuellen Therapien, die im Körper nur einzelne Symptome behandeln, wollte sie die komplexe Gesamtstruktur des Körpers verbessern und nannte ihr System deshalb "Strukturelle Integration". „Rolfing“ beruht auf der Einsicht, dass unser Körper keine aus Einzelteilen zusammengesetzte Maschine ist. Es berücksichtigt die Fähigkeit des Körpers, seine Form einer stets sich verändernden Umwelt als Ganzes „nahtlos“ anzupassen. Die Art und Weise, auf die unser Körper nicht nur seine Form erhält sondern auch entwickelt, ist ein „Maß“ für Gesundheit, physisches Wohlbefinden und körperliches Freiheitsgefühl. Vor allem spezifisches Lösen und Verändern des Bindegewebes durch Sequenzen manueller Eingriffe bei der einzigartigen „Rolfing-Behandlung“ lassen den Körper ein neues Gleichgewicht finden. Die Strukturteile des Körpers

erscheinen integrierter, harmonischer zusammenpassend.

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.

WAS KAM, DAS GEHT UND KOMMT WIEDER

Uranus / Zwillingmerkur

Akupunktur

entspricht in ihrer Grundidee der „Reizleitung über Nervenverbindungen“ sehr Ihrer Sicht menschlicher Kommunikationsformen. Nervenverbindungen sind ähnlich geistigen Wegen – manche sind wie ausgetretene, altbekannte Trampelpfade, manche wie vierspurige Autobahnen in Ferienzeiten, manche wie verwaiste Aufstiege zu alten Tempelanlagen. Gedankliche Wege gibt es viele, aber letztlich sind sie alle wie ein Netz miteinander verbunden.

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.

ZU HAUSE ÜBER DEN WOLKEN

Uranus / Mond

Klimakuren

sind Ihrem Bedürfnis nach frischer Luft, Weite, Freiheitsgefühl sehr zuträglich. Da bei diesen Kuren auch vornehmlich die gesamte nervliche Situation stabilisiert wird, ist sie besonders im Hinblick auf Ihre ständige nervlich angespannt vibrierende Verfassung sehr zu empfehlen.

Beschreibung:

Behandlung durch Klimareize, mit Luft- und Sonnenbädern in frischer Luft, zunehmend als Terrainkur mit bewegungstherapeutischen Ansätzen. Die Anpassungsfähigkeit und die Abwehrkräfte des Organismus werden gefördert, die Wetterfühligkeit nimmt ab. Das Herz- und Kreislaufsystem, die Atmung, der Stoffwechsel und das neuromuskuläre System werden beeinflusst. Es wird unterschieden zwischen Küsten- und Seeklima, Flachlandklima, Mittelgebirgs- und Hochgebirgsklima; der Ortswechsel sollte individuell abgestimmt sein.

Thermotherapie

wirkt auf sanfte allopathischen Weise Ihrer seelischen und damit oft auch körperlich vorhandenen „Kühle“ entgegen. Wärme signalisiert Ihnen „Nähe zum Leben“. Beginnen Sie die Thermotherapie langsam und steigern Sie die Wärmezufuhr nur allmählich, dann werden Sie die so erzeugten Wohlgefühle schätzen lernen.

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.

DAS LEBEN FINDET IMMER WEGE

Uranus / Sonne

Bioresonanz

Der Prozess der „Umpolung“, wie er in der Bioresonanztherapie Verwendung findet, symbolisiert die für Sie außerordentlich wichtige Umkehr zurück zu Ihrem „innersten Selbst“ (und in der möglichen Folge zu Ihrem „höheren Selbst“). Umgepolt wird die Fließrichtung Ihrer psychischen Energie: statt „weg vom Leben“ „hin zum Leben“. Dies entspricht im Übrigen auch Ihrer bevor-

zugten „lösungsorientierten“ Handlungsweise, denn diese ist auch gekennzeichnet durch ein „hin zu“ und nicht durch ein „weg von“.

Beschreibung:

Mithilfe des Bioresonanzgerätes wird „krank machende“ Schwingung in „heilsame“ umgepolt und zum Körper zurückgeführt. Über zwei Elektroden, die der Patient in der Hand hält, findet das Gerät die Schwingungen heraus, die den Heilungsprozess in Gang setzen und organische Erkrankungen, Funktionsstörungen oder psychische und psychosomatische Störungen beheben. Auch der präventive Charakter der Bioresonanztherapie ist erwähnenswert. Weiterentwickelte Geräte sollen die Schwingungen homöopathischer Heilmittel ebenfalls über die Handelektroden in den Körper einleiten. Die geschlossenen Fläschchen werden hierzu in einen mit dem Gerät verkabelten Behälter gestellt. Auch Schwingungen von Edelsteinen, Metallen und Farbkarten werden auf solche Weise „übertragen“.

JEDES ENDE IST EIN NEUER ANFANG

Uranus / Pluto

Heilfasten

führt Sie in möglicherweise recht radikale Gemütsverfassungen, die Ihnen eine Neuorientierung abnötigen wollen. Das ist gut so! Sie sind in positivem Sinn „ein radikaler Typ“! Halbherzigkeiten sind nicht „Ihr Ding“, es muss immer alles „bis auf den Grund ausgehoben“ werden. Gut so: Das Heilfasten geht mit Ihnen bis auf den Grund.

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.

Imagination

wird Ihre verborgenen Fähigkeiten aktivieren, sich selbstbestimmt Bilder zur Lebensorientierung zu generieren. Sie erhalten über die „Imaginationsmethode“ sozusagen Ihren verlorenen „Kompass“ zurück. Das ist etwas elementar Wichtiges für Sie und daher sollten Sie sich die Methode sehr genau und wohlwollend anschauen!

Beschreibung:

Entspannungstechnik (auch als angeleitete Fantasiereise durchgeführt), bei der man sich angenehme und entspannende Bilder und Szenen möglichst konkret mit allen Sinnen (mit Farben, Geräuschen, Gerüchen, Körperempfindungen und Gefühlen) vorstellt. Das vegetative Nervensystem reagiert auf solche Bilder ähnlich wie auf reale Ereignisse. Diese Technik ist auch gut kombinierbar mit Meditationen oder Übungen zur Muskelentspannung.

AM ANFANG WAR DAS WORT

Neptun / Zwillingmerkur

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 den 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, zeitlupenähnliche 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.

AM ANFANG UND AM ENDE IST ALLES EINS

Neptun / Mond

Aquarobic oder Aquagymnastik

lassen Sie intensive „Beziehungen“ zum Element Wasser aufnehmen. Dies ist von herausragender Bedeutung für Sie, da Wasser Balsam für Ihre Seele ist.

Beschreibung:

sanfte Form 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.

Balneotherapie

Diese Therapie nutzt das Element Wasser, mit dem Sie innerhalb Ihres Profils tief verbunden sind, innerlich und äußerlich als Therapeutikum. Daher ist diese Therapieform für Sie besonders geeignet.

Beschreibung:

umfasst alle Behandlungen in Kurorten mit Kurmitteln: natürliche Heilquellen (mit Kohlensäure, Mineralien, Schwefel und Sole), Heilpeloide (Fango, Moor, Schlick) und Heilgase. Diese finden Anwendung bei Bade-, Heilstollen- und Trinkkuren. Auch Behandlungen mit Meerwasser („Thalassotherapie“) gehören dazu. Balneotherapie wird bei allgemeinen Erschöpfungszuständen, Stress, Durchblutungsstörungen und Übergewicht eingesetzt.

Cleopatrabad

wird Ihre natürliche Fähigkeit, sich zu entspannen, nutzen und fördern. Für Sie ist somit der Aufenthalt im Bad pure Meditation und Stille, vielleicht sogar Gelegenheit der Erinnerung an frühere Existenzen? Fast alles, was Ihr Körper und Ihre Seele wirklich brauchen.

Beschreibung:

Der Gast wird in vorgewärmte, mit Milch und Öl getränkte Tücher oder in eine Folie gehüllt und in ein warmes Wasserbett beziehungsweise eine Komfortliege eingelassen, sodass er ruht, ohne nass zu werden. Das Bad pflegt und entspannt die Haut.

Hydrotherapie

entspricht sehr stark Ihrer körperlichen Affinität zum Element Wasser, dem Sie 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.

DIE SUCHE NACH DEM HEILIGEN GRAL

Neptun / Jupiter

Cleopatrabad

wird Ihre natürliche Fähigkeit, sich zu entspannen nutzen und fördern. Für Sie ist somit der Aufenthalt im Bad pure Meditation und Stille, vielleicht sogar Gelegenheit der Erinnerung an frühere Existenzen? Fast alles, was Ihr Körper und Ihre Seele wirklich brauchen.

Beschreibung:

Der Gast wird in vorgewärmte, mit Milch und Öl getränkte Tücher oder in eine Folie gehüllt und in ein warmes Wasserbett beziehungsweise eine Komfortliege eingelassen, sodass er ruht, ohne nass zu werden. Das Bad pflegt und entspannt die Haut.

Meditationen

entfalten eine ähnliche Wirkung wie das Cleopatrabad, sind oft aber auf der spirituellen Ebene noch intensiver, Ihrem Bedürfnis nach wirklich sinnvollem Tun entsprechend. Allerdings sollten Sie sich nicht jeweils zum Meditieren zwingen sondern Ihre jeweilige meditative Reise antreten, wenn Sie eine grundsätzliche innere Ruhe entwickelt haben. Ansonsten kann Meditation bei Ihnen kontraproduktiv wirken. Lassen und geben Sie sich also Zeit!

Beschreibung:

Meditation ist eine in Indien und Japan entstandene „Reise nach innen“, bei der man die Aufmerksamkeit auf den Atem und nach innen lenkt und ohne Wertung die eigenen Gedanken und Gefühle betrachtet. Dadurch wird Abstand, Stille und Selbsterkenntnis gewonnen, der Geist wird zur Ruhe gebracht und das vegetative Nervensystem „schaltet auf Entspannung um“. Der Mensch lernt, in sich zu versinken und dabei loszulassen. Meditation findet in der Regel im Sitzen statt. Man schließt die Augen oder schaut ins Leere. Die Aufmerksamkeit kann auf ein bestimmtes Wort (zum Beispiel „Ruhe“ oder „Frieden“), auf Musik, einen Gegenstand oder ein Gedankenbild gelenkt werden. Meditationsübungen tragen dazu bei, sich zu entspannen, gelassener zu werden, Abstand zu alltäglichen Problemen zu bekommen und die eigene Mitte zu finden. Breitere Anerkennung auch in Europa findet Meditation seit den achtziger Jahren, in denen sie von der so genannten Esoterikwelle in den Okzident getragen wurde. Heute empfehlen viele Anti-Stress-Schulen tägliche Meditationen.

ÜBER DAS GEBEN WIRD DAS NEHMEN LEICHTER

Pluto / Stiervenus

Fangokur

Die starke Körper- und Materialbetonung der Fangokur entspricht Ihrem Wunsch, etwas Greifbares in den Händen zu halten. Sie brauchen Wellness „zum Anfassen“.

Beschreibung:

Packungen mit Heilschlamm aus Tonerde vulkanischen Ursprungs. Fango bindet besonders gut Wärme und Kälte. Er wird in Verbindung mit Paraffin als Körperpackung in Massagepraxen verwandt. Der Originalschlamm wird körperwarm oder heiß zu Bädern, Pulver wird mit Heilwasser warm oder kalt zu Bädern oder Packungen verarbeitet. Hauptanwendung bei Rheuma. Die Anwendungen werden ergänzt durch Massagen und Thermalbäder.

Ölziehen

Ähnlich der Fangokur wird das Ölziehen Ihr Bedürfnis nach direkt Spürbarem befriedigen. Auch die Einbeziehung der „Nase“ in die Behandlung ist für Sie wichtig, denn Olfaktorisches, den Geruchssinn Betreffendes, sollte ein besonders gepflegtes und geliebtes Teilgebiet Ihres Körpers sein.

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.

Eine Fülle von „Therapien“ stehen zur Verfügung, um Sie „fit“ zu machen. Aber welche davon eignen sich für Sie als Leserin oder Leser Ihres ganz persönlichen Profils am besten? Denn – Sie werden das sicherlich schon erfahren haben – nicht jede Therapie entspricht auch Ihrer ganz individuellen „Anlage“. Auch bei den Therapien „muss es passen“: Deshalb finden Sie hier Tipps und Hinweise, die Sie dabei unterstützen können, das passende Angebot auszuprobieren – und dieses Vorgehen kann oft sehr lange Zeiten der Suche nach „Passendem“ stark verkürzen.

Einleitung

Nicht alle „Wellness-Therapien“ halten sich auf Dauer, andere werden zu Klassikern. Grundlage der astrovitalis-Analysen beziehungsweise der vorgenommenen Zuordnungen sind jedenfalls die „bewährten Therapien“. Für sie gilt Ähnliches wie für Diäten: Es müssen viele Therapiemöglichkeiten unterschieden werden, auch im Hinblick auf ihren entweder eher körperlichen oder seelischen oder geistig-spirituellen Ansatz.

Das Wort „Therapie“ stammt eigentlich aus dem Griechischen und bedeutet so viel wie „dienen“. So ist also ein „Therapeut“ im Sinne des Wortes ein „Diener“. Wenn Therapie von Schaden befreien beziehungsweise heilen soll, so ist auch der „Wellness-Therapeut“ ein Gesundheitsdiener – und im besten Falle ist er (wie jeder Lebensberater und „Lifecoach“) als Berater und Coach auch im Dienste der Vorbeugung tätig.

Hintergrund

Auch die zunehmende „Verkomplizierung des Lebens schlechthin“ hat wesentlich zur Entstehung des „Wellness-Prinzips“ beigetragen. Wellness wird in vielen Fällen nicht mehr nur mit einem Wohlfühlprogramm gleichgesetzt, sondern eher als „therapeutische Maßnahme mit Wohlfühleffekt“ verstanden. Dies ist Grund genug, um sich dem Wellness-Gedanken auch astrotherapeutisch zu nähern. Und dies geschieht am sichersten über eine zum Geburtsbild passende Auswahl von Therapieformen. Die wesentlichen Dinge des Lebens sind immer einfacher Natur – und so finden in den astrovitalis-Analysen nur diejenigen Therapiemethoden Erwähnung, die sich einerseits bewährt haben und die andererseits relativ „unkompliziert“ praktiziert werden können.

Nutzen

Die astrovitalis-Profile zeigen zunächst die zu der jeweiligen Anlagestruktur passendste Therapieform auf und erläutern diese dann im Detail. In Krisenzeiten, in denen man sich alles andere als „well“ fühlt, erscheint das Leben oft kompliziert und unüberschaubar. Therapie jedweder Art sollte also dazu dienen, das Leben zu vereinfachen, leichter und überschaubarer zu machen. Genau dazu sollen die astrovitalis-Analysen einen Beitrag leisten.

Als Berater oder Coach sollten Sie beachten: Wie bei allen Analysen, die sich auf eine Vielzahl von Anlagestrukturen beziehen, ist es nötig, dass Sie auswählen oder die zu analysierende und zu beratende Person selbst eine Auswahl trifft – und zwar immer bezogen auf einen bestimmten Zeitpunkt. Es wäre unsinnig – und führte sogar schnell zu Widersprüchen und gegebenenfalls Problemen – wenn mehrere Therapieratschläge gleichzeitig „beherzigt“ würden. Am besten ist es immer, die Gesamtheit der Anlagen eines Geburtsbildes in Übereinstimmung mit der jeweils aktuellen Zeitqualität abzuarbeiten. Schauen Sie sich also einfach die aktuell gültige Zeitqualität in dem jeweiligen astrovitalis-Profil an. Gemäß den dort aufgeführten Konstellationen sollte die

zu analysierende Person die zu wählende Therapieform für den angegebenen Zeitraum „angleichen“. So können Sie sicher sein, in Übereinstimmung mit der persönlichen Zeitqualität der Beratenden auch bei der Therapieform „richtig zu liegen“.

Wellness: Sporttipps

SICH AM RECHTEN PLATZ NIEDERLASSEN

Saturn / Stiervenus

Gut geeignet für Sie sind Mannschaftssportarten, bei denen das Gemeinschaftsgefühl im Vordergrund steht und eher langsame, konzentrierte Bewegungen bevorzugt oder notwendig sind (zum Beispiel Gruppengymnastik). Außerdem sind für Sie Sportarten günstig, bei denen es eine Art „Mini-Gemeinschaft“ gibt (wie zum Beispiel beim Reiten zwischen Pferd und Reiter). Dies bringt Ihnen die beruhigende Erfahrung, sich auf ein anderes Lebewesen verlassen zu können.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: Nacken- und Schulterbereich. Sie neigen zu Verspannungen in diesem Bereich sowie zu unbewussten Überanstrengungen. Lockern Sie diese Körperregionen am besten durch Eigenbewegung oder Fremdmassage, bevor Sie mit dem Training beginnen.

DEM SINN DES LEBENS AUF DER SPUR

Saturn / Jupiter

Vermeiden Sie alle sportlichen Aktivitäten, bei denen Ihr Knochengerüst und Ihre Körperhaltung in unnatürliche Stellungen oder Positionen gezwungen werden (zum Beispiel Ballett oder Extremgymnastik). Auch sind Sportarten für Sie ungünstig, in denen ständig sich wiederholende und einseitig strapazierende Bewegungsmuster enthalten sind (zum Beispiel Rudern). Wählen Sie lieber Sportarten, die Sie aufrecht und generell eher in gerader Körperhaltung betreiben können. Diese müssen auch keinesfalls „trendy“ sein. (Ein wenig „altmodisch“ mögen Sie doch, oder?) Man kann Ihnen guten Gewissens einfaches altbewährtes Joggen empfehlen! Kaufen Sie sich ein Paar gute Laufschuhe und laufen Sie einfach los. Übertreiben Sie dabei nie, achten Sie auf Ihre Knie und eine anfänglich nicht zu schnelle Gangart. Erkunden Sie die Welt „zu Fuß“!

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: Hüftgelenke und entsprechende Muskelgruppen, unterer Rücken.

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!

WAS KAM, DAS GEHT UND KOMMT WIEDER

Uranus / Zwillingmerkur

Wählen Sie vorzugsweise Sportarten, die nicht zwingend in geschlossenen Räumen praktiziert werden müssen. Beispielsweise Hallenhandball ist denkbar ungeeignet, Drachenfliegen oder Skispringen dagegen sind durchaus passend! Sie brauchen also beim Sport viel Luft. Dabei darf Ihnen aber ruhig ab und zu in „anaeroben Phasen“ (zum Beispiel beim Langlauf) „auch mal die Puste ausgehen“. Sportliche Aktivitäten, bei denen es ein allzu großes Regelwerk oder exakt vorgeschriebene Bewegungsmuster gibt, sind auch nicht „Ihr Ding“! Meiden Sie diese und wenden Sie sich solchen Leibesertüchtigungen zu, bei denen Ihnen immer schnell auch einmal „etwas Neues einfallen darf oder muss“ und bei denen unkalkulierbare Bewegungen (zum Beispiel „Täuschungsmanöver“) wichtig sind (zum Beispiel in der Regel alle Mannschaftssportspiele).

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: Schulter- und Armbereich. Möglichst leichte Gewichte benutzen und Abläufe mit vielen Wiederholungssätzen bevorzugen.

ZU HAUSE ÜBER DEN WOLKEN

Uranus / Mond

Prinzipiell können Sie Sport gut allein betreiben. Das muss nicht immer so sein, kann aber. Versuchen Sie, Ihre körperlichen Aktivitäten fernab von großen Städten in der freien Natur auszuüben. Die gewählten Sportarten sollten nicht unbedingt eine besondere Kraftanstrengung erfordern, eher Geschicklichkeit oder Schnelligkeit. Das normale „Ins-Sportstudio-Gehen“ ist für Sie wenig geeignet; Radfahren oder Radwandern ist hingegen sehr zu empfehlen. Wenn es Ihnen gefällt, dann fahren Sie immer möglichst „weite Wege“, „nur um die Ecke zum Brötchenholen“ reicht nicht! Außerdem sind alle „luftigen“ Sportarten zu empfehlen (zum Beispiel das Drachenfliegen, Skispringen oder auch Bungee-Jumping). Und noch etwas sehr Wichtiges: Schwitzen Sie möglichst viel. Schwitzen bedeutet: „reales und körperliches Dasein“.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, achten Sie auf Trainingskontinuität: „Schwänzen“ Sie nicht. Versuchen Sie, so viel wie möglich im Freien an der frischen Luft oder am offenen Fenster zu trainieren.

DAS LEBEN FINDET IMMER WEGE

Uranus / Sonne

Bewegung an frischer Luft und in der Sonne, mehr braucht es eigentlich nicht! Meiden Sie geschlossene Räume und künstliches Licht so gut es geht! Da Sie zur „Vereinzelung“ neigen, sollten Sie Ihrem Wunsch nach Alleinsein in einem „normalen Rahmen“ Rechnung tragen. Suchen Sie sich also Sportarten aus, die Sie allein ausüben können. Wenn Sie allerdings ausschließlich allein Sport betreiben, so sollten Sie ernsthaft darüber nachdenken, warum das so ist. Haben Sie eine Abneigung gegen „viele Menschen auf einem Haufen“? Ein wenig Gesellschaft von Zeit zu Zeit kann aber nicht schaden, auch beim Sport nicht ...

Haben Sie Höhenangst? Die können Sie mit entsprechenden Schulungsprogrammen ähnlich wie bei der Flugangst (die Sie vielleicht auch haben) in den Griff bekommen. Wenn Sie keine Höhenangst haben: umso besser! Dann stehen Ihnen Aktivitäten wie Drachenfliegen (bitte nicht zu hoch – denken Sie an Ikarus) oder Fallschirmspringen zur Verfügung, die Sie im tiefsten Innern berühren und ansprechen.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, nehmen Sie Ihr Training ernst. Gehen Sie regelmäßig zum Training und trainieren Sie vorzugsweise im Freien oder am offenen Fenster. Achten Sie auf Ihr Herz. Eventuell haben Sie niedrigen Blutdruck und könnten bei Überanstrengung „flatterig“ werden.

JEDES ENDE IST EIN NEUER ANFANG

Uranus / Pluto

Sind Sie mit einer Schädigung des Atemzentrums (auch unterhalb der phänomenologischen Nachweisbarkeitsgrenze liegend) zur Welt gekommen? Dann sollten Sie bei sportlichen Aktivitäten zunächst darauf achten, dass immer eine aerobe – also sauerstoffreiche – Körperverfassung gegeben ist. Sauerstoffarmut, zum Beispiel aufgrund von Überanstrengung, löst möglicherweise besonders bei Ihnen höchst unangenehme Assoziationen aus (zum Beispiel konkrete Ersticken-ängste). Sport soll vor allem der Gesundheit und der Erhöhung der Lebensqualität dienen, daher beachten Sie diesen Hinweis bitte sorgfältig!

Als Sportart kommt für Sie besonders beispielsweise das chinesische Wing-Tsun infrage. Dies ist eine sehr wirkungsvolle Selbstverteidigungsmethode, die unter anderem auch auf einer „inneren Absichtslosigkeit“ gegenüber dem „Gegner“ basiert. Man selbst tut eigentlich sehr wenig, sondern lässt sich vom Gegner bewegen und leitet seine Angriffskraft in weichen Bewegungen gegen ihn selbst um. Diese Haltung wird sehr gut in einem taoistischen Spruch beschrieben: „Wer nichts bewegt, bewegt am meisten.“ Wing-Tsun ist eine hohe Form der Absichtslosigkeit und überprüft Bewegungen immer unmittelbar an der gerade bestehenden Wirklichkeit. Es geschieht also genau das, was Sie auch tun sollten!

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, setzen Sie sich ein erreichbares Trainingsziel und verlieren Sie es nicht aus den Augen. Achten Sie auf Ihr Herz, lassen Sie es vor Trainingsbeginn checken. Gegebenenfalls machen Sie ein „Cardio-Training“. Dies wird in vielen Sportstudios angeboten.

AM ANFANG WAR DAS WORT

Neptun / Zwillingsmerkur

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.

AM ANFANG UND AM ENDE IST ALLES EINS

Neptun / Mond

Tauchen Sie! Nicht schnorcheln, tauchen! Sollten Sie Angst vor Wasser oder dessen mögliche Tiefen haben, so sollten Sie dies in einer Beratung oder eventuell auch Therapie klären. Hinter solcher Angst kann sich ein tiefer liegendes Problem (siehe auch Profilbeschreibungen) verbergen, das Ihnen den Zugang zu Ihrer eigenen Wirklichkeit erheblich erschwert. Wasser hat symbolisch und real direkt mit weiten Teilen Ihres Naturells zu tun, daher wäre Angst vor Wasser mit Ihrer Angst vor sich selbst gleichzusetzen. Tauchen bedeutet: „Eintauchen in das eigene Selbst!“

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, achten Sie auf jeden Fall auf Trainingskonstanz. „Schwänzen“ Sie nicht. Sauna nach dem Training tut Ihnen gut.

DIE SUCHE NACH DEM HEILIGEN GRAL

Neptun / Jupiter

Eigentlich könnte hier auch nichts stehen. Denn sehr wahrscheinlich ist für Sie auf dem Hintergrund der hier beschriebenen Zusammenhänge die körperliche Ebene zwar nicht unwichtig, aber am wenigsten wichtig.

Eine Ausnahme gibt es allerdings ... vielleicht: Lieben Sie Pferde? Wenn ja, dann ist Ihnen „Pferdesport“ zu empfehlen. Sie sollten allerdings die Betonung auf „Pferde“ und nicht auf „Sport“ legen. Turnierreiten, Pferderennen oder sonstiges Tun, bei dem offensichtlich mehr die Interessen der Menschen als die des Tieres im Mittelpunkt stehen, sollten Sie meiden. Es geht bei dieser Empfehlung für Sie eher darum, das "Wesenhafte und Schöne des Pferdes an sich" zu erfahren. Vermutlich werden Sie sich an das mythische Einhorn-Wesen erinnert finden, jenes wunderschöne weiße Tier, das als Verbindung von Kraft, Weisheit und Schönheit nur existiert, um dem Guten zu dienen. Der Spruch: „Das Glück liegt auf dem Rücken der Pferde ...“ – könnte er nicht vielleicht von Ihnen stammen? Erkunden Sie das!

Und wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: unterer Rücken und Hüftbereich. Vorsicht, steigern Sie Gewichte und Trainingsumfang langsam!

ÜBER DAS GEBEN WIRD DAS NEHMEN LEICHTER

Pluto / Stiervenus

Wählen Sie Sportarten, bei denen es um die Verteidigung eines Reviers geht und die Abwehr von Angreifern „dominiert“. Judo wäre eine gute Wahl, weil dort starker und enger körperlicher Kontakt im Spiel ist. Natürlich ist das nicht jedermanns und jederfraus Sache. Auch American Football wäre eine gute Wahl: Sie müssen einen Ball halten und ins Ziel bringen und das unter häufigen, stark körperlichen „Kontakten“. Vor allem das Ballhalten ist wichtig, denn innerhalb Ihres Persönlichkeitsprofils zeigt sich eine Neigung zum „Besitzergreifen“.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: Nacken- und Schulterbereich. Sie neigen in diesem Bereich zu Verspannungen. Trainieren Sie also gelassen, sonst verspannen Sie sich gegebenenfalls noch mehr. Achten Sie auf ein gutes Preis-Leistungsverhältnis Ihres Sportstudios: Zu hohe Kosten könnten Sie unterschwellig sehr ärgern und den Spaß am Training schmälern.

Sicher: Astrowellness ist mehr als nur körperliche Fitness. Aber auch diese gehört zu ganzheitlichem Wohlbefinden und individueller Leistungsfähigkeit. Deshalb machen Ihnen die „Sporttipps“ als Leserinnen und Lesern Ihres Profils das Angebot, Aktivitäten auszuprobieren, die Ihrer ganz individuellen Anlage aber auch den Erfordernissen Ihrer ganz eigenen Zeit und Rhythmik entsprechen. Nutzen Sie die Sporttipps als Angebot, in dem sich vielleicht etwas findet, was Ihren sonstigen Aktivitäten noch einen besonderen „Kick“ gibt. Und auch die Beherzigung von Warnungen kann gewiss nicht schaden.

Einleitung

Anhand des Geburtsbildes ist es möglich, Körperpartien zu lokalisieren, um die man sich bevorzugt kümmern sollte. Dies geschieht vorzugsweise immer dann, wenn eine Körperpartie eine Tendenz zu Über- oder Unterentwicklung hat oder wenn bereits eine Erkrankung im benannten Bereich aufgetreten ist. (Zum Beispiel eine Knieverletzung, die mit bestimmten sportmedizinischen Rehabilitationsmaßnahmen behandelt werden sollte.)

astrovitalis verweist ausdrücklich darauf, dass in keinem Fall die durch das astrovitalis-Programm gegebenen Sporttipps den Gang zum Arzt (erst recht nicht im Falle von Erkrankungen oder Verletzungen!) und/ oder eine fundierte Beratung in einem Sportstudio ersetzen. Die astrovitalis-Sporttipps stecken lediglich den Rahmen ab, innerhalb dessen sich die beratene Person sportlich bewegen sollte.

Vorteile einer regelmäßigen körperlichen Betätigung:

Verbesserung der Herz-Kreislauf-Kapazität: Um sich Anstrengungen anzupassen, bildet der Körper mehr Muskeln aus, vor allem auch bei der Herzmuskulatur. Das Herz stößt mehr Blut aus und muss im Ruhestand weniger schnell schlagen. Dadurch wird der Herzmuskel bei erhöhter körperlicher Belastung, wenn der Körper viel Sauerstoff und Energie braucht, leistungsfähiger.

Kontrolle des Körpergewichtes: 300 bis 400 Kilokalorien werden in einer Stunde intensiver Gymnastik verbraucht. Aber Sport hat vor allem auch einen großen Einfluss auf den Grundumsatz (Energieverbrauch im Ruhezustand). Regelmäßiges körperliches Bewegen hilft, die Muskelmasse stabil zu halten oder sie zu vergrößern. Und da die Muskeln für den Grundumsatz von entscheidender Bedeutung sind, gilt: Je mehr Muskeln ein Mensch hat, desto höher ist sein Grundumsatz. So kann das optimale Gewicht leichter gehalten werden.

Senkung des Cholesterinspiegels: Regelmäßiger Sport senkt den Spiegel für das „schlechte“ Cholesterin (LDL-Cholesterin) und erhöht den für das „nützliche“ Cholesterin (HDL-Cholesterin).

Reduktion des Diabetes-Risikos: Muskeln verbrauchen durch ihre Tätigkeit Energie, unter anderem in Form von Zucker. Dadurch sinkt der Blutzuckerspiegel und parallel auch der Bedarf an Insulin (Hormon, das den Blutzuckerspiegel senkt). Menschen, die zu Diabetes neigen, sollten daher vor allem nach dem Essen (zur Anregung des Blutzuckerabbaus) regelmäßig eine leichte körperliche Aktivität ausüben.

Verhinderung von Knochenschwund: Beim Sport werden die Knochen belastet. Dies zwingt sie, härter und dicker zu werden. Nach der Wachstumsphase bis ins junge Erwachsenenalter nimmt die Knochenmasse ab etwa 35 Jahren stetig ab. Der Wachstumsprozess sollte, wenn möglich von Kindheit an, durch etwas körperliche Bewegung gefördert werden, damit es in fortgeschrittenem Alter nicht zu Problemen durch Knochenschwund kommt (Osteoporose).

Vermeiden vorzeitigen Alterns: Vergleicht man die physiologischen Parameter (zum Beispiel Herz-Kreislauf-Funktion, Körperzusammensetzung und andere) von 50-Jährigen oder älteren Sporttreibenden Menschen mit denen Gleichaltriger ohne körperliche Bewegung, scheinen Sporttreibende oftmals 10 oder sogar 20 Jahre jünger zu sein.

Hintergrund

Wellness ist weit mehr als Fitness; Wellness umfasst Seele, Geist und Körper. Wer sich einer körperlichen Betätigung hingibt, die seinem inneren Naturell – generell oder auch in einer bestimmten Lebensphase – entspricht, der fühlt sich glücklich. Unter Beachtung allgemeiner Gesundheits- und Trainingsregeln ist es für jeden Menschen von umfassendem Nutzen, seinen Körper in Bewegung zu halten. Stillstand erzeugt Kälte, Kälte ist Tod, Stillstand ist Tod. Dagegen erzeugt Bewegung Wärme, Wärme ist Leben, Bewegung ist Leben.

Für die USA wurde 1990 geschätzt, dass rund jeder achte Todesfall auf körperliche Inaktivität zurückzuführen ist: Dabei geht es insbesondere um Herzinfarkt und Hirnschlag, aber auch um Dickdarmkrebs und Diabetes (Zuckerkrankheit). Damit ist körperliche Inaktivität einer der wichtigen, vor allem aber auch beeinflussbaren Gründe für vorzeitige Todesfälle.

Beim körperlich nicht aktiven Menschen sind Wirbelsäule und Gelenke, Muskulatur und Herz besonders gefährdet. Die Bedeutung der Beweglichkeit im täglichen Leben und vor allem bei zunehmendem Alter liegt darin, dass sie eine wesentliche Sicherung gegen Unfälle aller Art darstellt. Desgleichen schützt eine gut ausgebildete Muskulatur den Bewegungsapparat gegen Unfalleinwirkungen, beispielsweise beim Ausgleiten oder Stürzen. Muskelkraft ist aber auch Voraussetzung für jegliche körperliche Arbeitsleistung, für Geschicklichkeit und Gewandtheit.

Bewegungsarmut ist deshalb ein gefährlicherer Risikofaktor, dessen Auswirkungen meist erst mit zunehmendem Alter unmittelbar spürbar werden. Es gibt nur ein wirksames Gegenmittel: Absage an die allzu große Bequemlichkeit und Bereitschaft zu mehr körperlicher Aktivität. Die astrovitalis-Analysen können einen „Anstoß“ geben, um gezielt in Bewegung zu kommen. Viel Spaß dabei!

Nutzen

Die astrovitalis-Analysen werten sehr genau jede einzelne Anlagestruktur aus, sodass für jedes Geburtsbild eine Vielzahl von Sporttipps und sportspezifischen Verhaltensregeln während des Trainings gefunden werden können. Zudem werden konkrete Hinweise auf zu trainierende Körperbereiche gegeben. Diese sollten vor allem dann beherzigt werden, wenn eine Konstellation in der Zeitqualitätsanalyse auftaucht.

Als Berater oder Coach sollten Sie beachten: Wie bei allen Analysen, die sich auf eine Vielzahl von Anlagestrukturen beziehen, ist es nötig, dass Sie auswählen oder dass die zu analysierende Person selbst eine Auswahl trifft – und zwar immer bezogen auf einen bestimmten Zeitpunkt. Es wäre unsinnig – und führte sogar schnell zu Widersprüchen und gegebenenfalls Problemen, wenn zu viele Sporttipps gleichzeitig „beherzigt“ würden. Zudem könnten die meisten Menschen heutzutage auch ohnehin nicht die nötige Zeit dafür aufbringen. Am besten ist es immer, die Gesamtheit der Anlagen eines Geburtsbildes in Übereinstimmung mit der jeweils aktuellen Zeitqualität abzarbeiten. Schauen Sie sich also einfach die aktuell gültige Zeitqualität in der jeweiligen astrovitalis-Analyse an. Gemäß den dort aufgeführten Konstellationen sollte der oder die Beratene die zu wählende Sportart für den angegebenen Zeitraum „angleichen“. So können Sie

und Ihr Klient sicher sein, in Übereinstimmung mit der persönlichen Zeitqualität der zu beratenden Person auch bei der Aktivitätenform „richtig zu liegen“. Natürlich spricht überhaupt nichts dagegen, dass der Beratene seine vielleicht schon lange ausgeübte und auch in der Analyse erwähnte Lieblingssportart weiterhin betreibt, aber: „Ab und zu etwas Neues kann nicht schaden.“ – vor allem dann nicht, wenn es „der Wellness im ganzen Leben“ dient!

Zeitqualität: Erläuterungen

Wenn es um das ganze Leben geht, um Wohlbefinden und Fitness und um das anlagespezifisch Passende, dann ist auch „Zeitqualität“ ein ganz wichtiger Bereich des vorliegenden Profils. Denn hier geht es um die Frage nach dem Richtigen zur „passenden Zeit“. Der Profiltext richtet sich also sowohl an Beraterinnen und Berater als auch an die Leserin oder den Leser, für die oder den das Profil erstellt wurde. Nicht immer gibt die Konstellation Hinweise auf eine „passende Zeit“. Aber falls Sie hier solche Hinweise finden, dann sollten Sie diese mit besonderer Aufmerksamkeit beachten.

Die astrovitalis-Zeitqualitätsanalyse

Für unterschiedliche Kontexte der astrovitalis-Analysen ist es wichtig zu beachten, dass Lebens- thematik und Zeitqualität in ihrer Deutlichkeit und/ oder ihrer Wahrnehmbarkeit sehr starken Schwankungen unterliegen können. Bitte beachten Sie als Coach oder Berater auch die entsprechenden Hinweise in den Erläuterungen zu den einzelnen astrovitalis-Analysebereichen (Medizin, Psychologie, Astrologie und Wellness).

Gründe für Schwankungen bei der Zeitqualität:

1. Es kann durchaus vorkommen, dass eine Lebens- thematik astrologisch ausgelöst ist, von der zu analysierenden Person aber nicht als solche wahrgenommen wird. Das Entwicklungs- und Wahrnehmungsniveau ist bei jedem Menschen unterschiedlich stark ausgeprägt. Daher kann manche Thematik – wenn „Zeitqualität“ etwas anspricht, was eher noch unterentwickelt ist – „aus der Wahrnehmung heraus fallen“. Man merkt also einfach nichts – obwohl im Grunde aber doch (astrologisch nachweisbar) viel passiert. Dies ist relativ häufig der Fall. Viele Zeitqualitäten (astrologische Konstellationen) werden aber mehrmals im Leben ausgelöst. Dadurch hat prinzipiell jeder Mensch die Möglichkeit, „auf dem Entwicklungstrep- pchen der einzelnen Anlagen Schritt für Schritt nach oben zu steigen“. Immer aber lohnt es sich, über die in den astrovitalis- Profilen gemachten Aussagen zur Zeitqualität ernsthaft nachzudenken, auch wenn man zunächst meint, damit aktuell „nichts anfangen zu können“.
2. Es ist der zeitliche Rahmen (Zeitorbis) zu beachten, in dem die gefundene Zeitqualität gültig ist. Es empfiehlt sich, generell einen eher „engen“ Zeitorbis zu wählen, um die Wahrnehmung stärker fokussieren zu können. Die Mitte des jeweils angegebenen Gültigkeitszeitraumes der Beschreibung der Zeitqualität entspricht normalerweise dem Zeitpunkt der stärksten Ausprä- gung. Bei zu „weiten“ Zeitorben, bei denen sich Lebensthemen beziehungsweise Zeitqualitäten auch häufiger überschneiden können, können Bild und damit eventuell Verständnis der jeweili- gen Zeitqualität „verschwimmen“.
3. Entscheidend für die Richtigkeit der astrovitalis-Zeitqualitätsanalyse ist letztlich Genauigkeit bei der Geburtszeitangabe. Dies zeigt ein „Problem“, das die Astrologen seit jeher kennen. Denn zeitliche und inhaltliche Aussagegenauigkeit kann leiden, wenn die angegebene Geburtszeit nicht mit der tatsächlichen – insofern dann also „unbekannten“ – Geburtszeit übereinstimmt. Aller- dings bedeutet „kann leiden“ nicht „muss leiden“! Denn es hängt von sehr vielen, kompliziert zueinander im Verhältnis stehenden, Faktoren ab, ob eine „falsche“ Geburtszeit zu tatsächlichen Aussagefehlern führt oder nicht. Andererseits muss auch deutlich hervorgehoben werden: Die exakte Uhrzeitangabe ist nur in den Fällen gegeben, in denen bei der Geburt ein Dritter „auf den Sekundenzeiger geschaut“ und die Geburtszeit notiert hat. Generell wird die „genaue“ Geburts-

zeit von Krankenhäusern auch heute noch mit „+/- 5 Minuten Abweichungen“ angegeben. Letztlich kann nach jahrzehntelanger Erfahrung des Programmautors gesagt werden, dass Geburtszeitangaben in der Regel in über 90% der Geburtsbilder hinreichend genau sind, sodass verlässliche Aussagen möglich werden. Als Berater oder Coach sollten Sie aber immer die Geburtszeitquelle hinterfragen. Es kann nützlich sein, aber nie schaden. Sollten Sie als Coach oder Berater hinsichtlich dieser Problematik Vorbehalte oder Zweifel haben, so können Sie sich gerne mit dem Programmautor in Verbindung setzen.

Zeitqualität: Analyse

Die nachfolgend beschriebene Zeitqualität ist gültig von ungefähr Januar 2004 bis September 2004. Ausgelöst im Trigon 120° rechtsherum im Rhythmus 6 Jahre 4 Monate.

DAS LEBEN FINDET IMMER WEGE

Uranus / Sonne

Empfehlung (Lösungsweg)

Lernen Sie mehr und mehr, Ihre möglicherweise auffällige innere Unverbindlichkeit und oder gar Teilnahmslosigkeit dem Leben und anderen Menschen gegenüber auf ein geringst mögliches Maß zu reduzieren. Nähe zum Leben ist immer wichtig. Wenn sie fehlt, dann fehlt auch das Erleben der eigenen Persönlichkeit. Versuchen Sie immer auch, ein gewisses Maß an Subjektivität zuzulassen. Dadurch proben Sie die Nähe zu den eigenen Emotionen. Seien Sie ruhig von Zeit zu Zeit aufbrausend, stürmisch, erkunden Sie Ihre – sicherlich vorhandenen – Leidenschaften, leben und drücken Sie sie aus, konfrontieren Sie andere Menschen mit Ihren Ideen und Gefühlen, „beamen“ Sie sich sozusagen mit einem lauten Knall zurück auf die Erde, der Sie im Sinne Ihrer Entfernung vielleicht schon sehr lange den Rücken gekehrt hatten. Etablieren und leben Sie ein wenig mehr die so genannten „italienischen Momente“, seien Sie „Sie selbst“ mit vehementem Nachdruck, mit berechtigtem Stolz. So selbstverständlich und so einfach es klingen mag, so wichtig ist es für Sie zu wissen: Sie leben! Leben Sie!

Ernährungstipps

Mal ehrlich, Sie sind doch ein „Fastfood-Typ“, oder? Nun, das ist nicht schlimm. Nur sollten Sie gelegentlich, wenn Sie etwas mehr Zeit zur Verfügung haben, auch einmal in Ruhe etwas anderes essen ... Spaß beiseite: Selbstverständlich nehmen Sie nicht nur Fastfood zu sich, aber Ihre latente drängende innere Unruhe wird auch beim Essen virulent und „schlägt durch“. Schlingen Sie manchmal alles nur einfach schnell herunter? Kauen Sie eigentlich richtig und bewusst? All das sollten Sie unbedingt in Zukunft wirklich mehr beachten – falls Sie nicht schon längst selbst aufmerksam geworden sind. Erst dann ist es gut, sich über die Nahrungsmittel selbst Gedanken zu machen. Vermutlich vertragen Sie keinen Weißwein, Rotwein schon eher. Rotwein ist für Sie sehr empfehlenswert, weil in ihm ein ursprünglicher, temperamentvoller Lebensausdruck und die nötige Erdung stecken, die für Sie wichtig sind. Rotwein hat immer etwas Sinnliches, damit Lebensnahe, Rotwein ist eigentlich „Emotion als Getränk“. Täglich ein kleines Glas – und die „Lebensgeister“ „wachsen und gedeihen“ in Ihnen. Wenn Sie Alkohol meiden wollen, dann trinken Sie täglich ein Glas „Rotbäckchen“ oder „7-Zwerge-Saft“ (kein Scherz).

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Vitamin B1, Biotin, Kalium, Calcium, Magnesium, Jod.

Als individuell passende Diäten kommen für Sie die „T-Faktor-Diät“ und die „Hollywood-Diät“ infrage.

T-Faktor-Diät

Das „T“ steht für Thermogenese, was „erhöhte Wärmeabgabe“ bedeutet. Diese soll, unterstützt durch schweißtreibende Aktivitäten, den Körper nach den Mahlzeiten mehr Hitze abgeben lassen. So bleibt ihm weniger Energie für die Fettbildung. Zwar entscheiden in erster Linie die Erbanlagen, ob jemand zu den guten oder schlechten „Futtermalverwertern“ gehört, doch dann kann man

die Wärmeproduktion auch durch die Zusammensetzung der Mahlzeiten beeinflussen. Von allen Nährstoffen hat Eiweiß den höchsten Thermogenese-Effekt. Um eine ungesunde „Protein-Mast“ zu verhindern, enthält die „T-Faktor-Diät“ ein ausgewogenes Mengenverhältnis von fünfzig Prozentanteilen komplexer Kohlenhydrate, fünfundzwanzig Prozent Eiweiß und fünfundzwanzig Prozent Fett. Übrigens: Thermogenese lässt sich natürlich auch durch sportliche Betätigung steigern. Sie kennen sicherlich den „Nachverbrennungseffekt“ nach anstrengender körperlicher Aktivität. Der Körper läuft noch eine ganze Zeit auf Hochtouren und man schwitzt auch im Ruhezustand weiter. Regelmäßiges „Trimmen“ ist daher nicht nur unter dem unmittelbaren Effekt des Kalorienverbrennens während sportlicher Belastung wichtig. Auch die Zeit nach dem „Trimmen“ ist also von Bedeutung; und der Grundumsatz verbleibt auf einem höheren Niveau, wenn Sie regelmäßig sportlich aktiv sind.

Hollywood-Diät

Was laut „Hollywood-Diät“ schlank machen soll, ist der reichliche Verzehr tropischer Früchte – und zwar aufgrund ihres Enzymreichtums. Niemand bestreitet, dass viel frisches Obst gesund ist, und – da natürlich „leicht“ – auch ein wichtiger Bestandteil jeder ausgewogenen Reduktionskost sein muss. Nur stimmt das Grundprinzip der „Hollywood-Diät“ leider nicht: Fruchtenzyme bauen weder Nahrungsfett „zu null Kalorien“ ab noch lassen sie Körperpfunde schmelzen.

Wellnesstipps

Bioresonanz

Der Prozess der „Umpolung“, wie er in der Bioresonanztherapie Verwendung findet, symbolisiert die für Sie außerordentlich wichtige Umkehr zurück zu Ihrem „innersten Selbst“ (und in der möglichen Folge zu Ihrem „höheren Selbst“). Umgepolt wird die Fließrichtung Ihrer psychischen Energie: statt „weg vom Leben“ „hin zum Leben“. Dies entspricht im Übrigen auch Ihrer bevorzugten „lösungsorientierten“ Handlungsweise, denn diese ist auch gekennzeichnet durch ein „hin zu“ und nicht durch ein „weg von“.

Beschreibung:

Mithilfe des Bioresonanzgerätes wird „krank machende“ Schwingung in „heilsame“ umgepolt und zum Körper zurückgeführt. Über zwei Elektroden, die der Patient in der Hand hält, findet das Gerät die Schwingungen heraus, die den Heilungsprozess in Gang setzen und organische Erkrankungen, Funktionsstörungen oder psychische und psychosomatische Störungen beheben. Auch der präventive Charakter der Bioresonanztherapie ist erwähnenswert. Weiterentwickelte Geräte sollen die Schwingungen homöopathischer Heilmittel ebenfalls über die Handelektroden in den Körper einleiten. Die geschlossenen Fläschchen werden hierzu in einen mit dem Gerät verkabelten Behälter gestellt. Auch Schwingungen von Edelsteinen, Metallen und Farbkarten werden auf solche Weise „übertragen“.

Empfehlung zu Sportarten

Bewegung an frischer Luft und in der Sonne, mehr braucht es eigentlich nicht! Meiden Sie geschlossene Räume und künstliches Licht so gut es geht! Da Sie zur „Vereinzelung“ neigen, sollten Sie Ihrem Wunsch nach Alleinsein in einem „normalen Rahmen“ Rechnung tragen. Suchen Sie sich also Sportarten aus, die Sie allein ausüben können. Wenn Sie allerdings ausschließlich allein Sport betreiben, so sollten Sie ernsthaft darüber nachdenken, warum das so ist. Haben Sie eine Abneigung gegen „viele Menschen auf einem Haufen“? Ein wenig Gesellschaft von Zeit zu Zeit kann aber nicht schaden, auch beim Sport nicht ...

Haben Sie Höhenangst? Die können Sie mit entsprechenden Schulungsprogrammen ähnlich wie bei der Flugangst (die Sie vielleicht auch haben) in den Griff bekommen. Wenn Sie keine Höhenangst haben: umso besser! Dann stehen Ihnen Aktivitäten wie Drachenfliegen (bitte nicht zu hoch – denken Sie an Ikarus) oder Fallschirmspringen zur Verfügung, die Sie im tiefsten Innern berühren und ansprechen.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, nehmen Sie Ihr Training ernst. Gehen Sie regelmäßig zum Training und trainieren Sie vorzugsweise im Freien oder am offenen Fenster. Achten Sie auf Ihr Herz. Eventuell haben Sie niedrigen Blutdruck und könnten bei Überanstrengung „flatterig“ werden.

Medizinische Symptome

Uranus / Sonne

Symptome:

allgemein Risiko der Nerven- und sog. Geisteserkrankungen (im Extremfall Schizophrenie), Beengungspsychosen, Dystress oder Eustress, Herzinfarkt, Hypotonie, Morbus - Basedow (Schilddrüsenüberfunktion), nervös bedingte Kreislaufstörungen, nervöse Hautstörungen, Schilddrüsenüber- und/ oder -unterfunktion, Vegetative Dystonie und andere allgemeine Symptomkomplexe

Ursachen:

Vorgeburtliche Lebensbedrohung bei gleichzeitig versperrten Fluchtwegen; starkes Unruhe- und Beengungsgefühl. Lebensgefühl: „Ich muss mich befreien, ich muss fliehen (aus den Zentren des Lebens).“

Lösungen:

Lernen, die innere Teilnahmslosigkeit am Leben und Unverbindlichkeit anderen Menschen gegenüber weitestgehend zu überwinden. Subjektivität zulassen lernen.

Bachblüten

Agrimony

Erfahrungsbild: Latente Bedrohungsangst; reflexartige Konfliktscheu; emotionale Unberührtheit. Lösung: Unnötige Distanzen zu anderen Menschen verringern. Konflikte dauerhafter aushalten lernen und emotional bewusst mehr Anteil am Leben nehmen.

Homöopathika

Homöopathika

1. Argentum-nitricum
2. Gelsemium
3. Medorrhinum

4. Causticum
5. Tuberculinum
6. Lac-caninum
7. Ignatia

Darstellung

Flucht aus dem Leben/ vor dem Lebendigen, Unverbindlichkeit, vorgeburtliche Bedrohung des Lebens bei versperrten Fluchtwegen, Beengungspsychose/ Klaustrophobie, Erlebnishunger, sensationslüstern, Erfahrungsmangel, Vereinzeln, Einzelgänger, (Schein)Überlegenheit, Unbeständigkeit.

Repertorisation

- SR 503 Angst, dass „etwas“ passiert
- SR 53 Erwartungsspannung
- SR 63 Angst bei Erwartung
- SR 17 Beschwerden durch Gefühlserregung
- SR 511 Furcht vor Unglück
- SR 516 Menschenscheu, Einzelgänger
- SR 441 will entfliehen
- SR 1052 unternimmt vieles, beharrt bei nichts
- SR 608 Unbeständigkeit
- SR 127 Veränderung, Verlangen nach Wechsel
- SR 433 Exzentrizität, Überspanntheit
- SR 464 Extravaganz
- SR 572 Überlegenheit, Hochmut
- SR 513 Angst in engen Räumen

Die nachfolgend beschriebene Zeitqualität ist gültig von ungefähr Juli 2004 bis März 2005.
Ausgelöst im Trigon 120° linksherum im Rhythmus 6 Jahre 4 Monate.

ÜBER DAS GEBEN WIRD DAS NEHMEN LEICHTER

Pluto / Stiervenus

Empfehlung (Lösungsweg)

Lernen Sie, materiellen Dingen gegenüber eine „entspanntere“ Einstellung zu gewinnen. Dies wird Ihnen sehr schwer fallen, wenn Ihre materielle Situation eher „angespannt“ ist. Vermutlich werden Sie über einen derartigen Vorschlag nur müde lächeln oder auch richtig verärgert sein. Dennoch: Ihre Anlagestruktur im Rahmen dieser Konstellation „kümmert sich nicht“ um Ihre irdische materielle Situation. Denn aus der Perspektive größerer Zusammenhänge vergeht alles Materielle und nichts ist von bleibender Dauer.

Deshalb ist es für Sie wichtig, über „Austausch“ (das heißt „Kräftefluss“) einen Ausgleich von Geben und Nehmen im Leben herzustellen. Und der Ausgleich stellt sich nur durch ungehinderten Kräftefluss zwischen den beiden Polen von Geben und Nehmen ein. Der Ausgleich „entschärft“ so Ihre anlagebedingte Einseitigkeit und etabliert insgesamt eine weniger materiell ausgerichtete Einstellung. Die Frage, wie Sie die Kräfte ins Fließen bekommen können, ist leicht beantwortet: Wenn Sie ehrlicherweise das Gefühl haben, etwas „lange genug“ gehalten zu haben, so lassen Sie es los. „Öffnen Sie den Griff“, egal ob körperlich, seelisch oder geistig.

In jedem Fall sollten Sie sich immer auf die eigenen Kraftreserven verlassen können. Ein großer Vorteil Ihrer Anlagestruktur im Rahmen dieser Konstellation und ein positiver Aspekt des „Haltens der Dinge“ ist die Speicherung von Energie. Sie sind wie eine „Batterie“, die sich eigentlich nie völlig entladen kann. Haben Sie also Vertrauen in Ihre Handlungsfähigkeit, die Ihnen so in der Regel immer mit einem Mindestmaß zur Verfügung stehen wird. Das ist auch deshalb wichtig, weil für jede Veränderung ins Positive Energie nötig ist.

Ernährungstipps

Neigen Sie beim Essen zu Übertreibungen? Dann kann es leicht zu Überlastungen des Verdauungssystems und zu Fettansatz kommen. (Eine Anlage zu Tumoren ist nicht ausgeschlossen.) Vermeiden Sie, sich zum Essen in irgendeiner Form zwingen zu lassen.

Als individuell passende Diäten kommen für Sie die „Mittelmeer-Diät“ und die „Weight-Watchers“ infrage.

Mittelmeer-Diät

Einfach auch zu Hause schlemmen wie im Urlaub! Was die Ernährungswissenschaft zur Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen empfiehlt, entspricht ziemlich genau den Essgewohnheiten in den Mittelmeerländern. Aufgetischt werden viel Gemüse, Salat mit Olivenöl, Fisch und Pastagerichte. In der Mittelmeerküche wird reichlich mit frischen Kräutern gewürzt. Frische oder tiefgefrorene Küchenkräuter sind aber nicht nur Geschmackszutaten, sondern enthalten zudem eine Fülle gesunder Stoffe und unterstützen nicht zuletzt das Zusammenspiel unserer Verdauungsorgane. Zum Nachtisch gibt es Frisches. Ein weiteres wichtiges Erfolgsgeheimnis: Im mediterranen Raum nimmt man sich viel Zeit zum Essen. Und Lebensfreude und Genuss beim Essen besitzen einen hohen Stellenwert. Ernährungsphysiologisch „schlechte Noten“ bekommt dagegen das Frühstück, das oft nur aus Brot, Konfitüre und Kaffee besteht. Eine Verbesserung wäre hier zum Beispiel frischer Obstsalat mit Joghurt.

Weight-Watchers

Die „Weight-Watchers-Diät“ ist eine kalorienreduzierte Mischkost kombiniert mit regelmäßigen, kostenpflichtigen Gruppentreffen. Bewertung: Die Teilnehmer erzielen oft gute Abnehmerfolge, aber häufig nur, solange sie Gruppendruck erfahren. Das heißt, die Notwendigkeit für neue Ernährungsgewohnheiten wird oft nicht dauerhaft „verinnerlicht“. Seit Herbst 2000 ist das Konzept von Weight Watchers etwas verändert. Es nennt sich jetzt „Points Plan“. Verbote sind abgeschafft. Außerdem wird das „Weight-Watchers-Konzept“ nun auch als kostenpflichtiger Fernkurs angeboten.

Wellnesstipps

Fangokur

Die starke Körper- und Materialbetonung der Fangokur entspricht Ihrem Wunsch, etwas Greifbares in den Händen zu halten. Sie brauchen Wellness „zum Anfassen“.

Beschreibung:

Packungen mit Heilschlamm aus Tonerde vulkanischen Ursprungs. Fango bindet besonders gut Wärme und Kälte. Er wird in Verbindung mit Paraffin als Körperpackung in Massagepraxen verwandt. Der Originalschlamm wird körperwarm oder heiß zu Bädern, Pulver wird mit Heilwasser warm oder kalt zu Bädern oder Packungen verarbeitet. Hauptanwendung bei Rheuma. Die Anwendungen werden ergänzt durch Massagen und Thermalbäder.

Ölziehen

Ähnlich der Fangokur wird das Ölziehen Ihr Bedürfnis nach direkt Spürbarem befriedigen. Auch die Einbeziehung der „Nase“ in die Behandlung ist für Sie wichtig, denn Olfaktorisches, den Geruchssinn Betreffendes, sollte ein besonders gepflegtes und geliebtes Teilgebiet Ihres Körpers sein.

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.

Empfehlung zu Sportarten

Wählen Sie Sportarten, bei denen es um die Verteidigung eines Reviers geht und die Abwehr von Angreifern „dominiert“. Judo wäre eine gute Wahl, weil dort starker und enger körperlicher Kontakt im Spiel ist. Natürlich ist das nicht jedermanns und jederfraus Sache. Auch American Football wäre eine gute Wahl: Sie müssen einen Ball halten und ins Ziel bringen und das unter

häufigen, stark körperlichen „Kontakten“. Vor allem das Ballhalten ist wichtig, denn innerhalb Ihres Persönlichkeitsprofils zeigt sich eine Neigung zum „Besitzergreifen“.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: Nacken- und Schulterbereich. Sie neigen in diesem Bereich zu Verspannungen. Trainieren Sie also gelassen, sonst verspannen Sie sich gegebenenfalls noch mehr. Achten Sie auf ein gutes Preis-Leistungsverhältnis Ihres Sportstudios: Zu hohe Kosten könnten Sie unterschwellig sehr ärgern und den Spaß am Training schmälern.

Medizinische Symptome

Pluto / Venus

Symptome:

Gewebewucherungen (gutartige Geschwülste aber auch Krebs) aufgrund allgemein intensivierten Gewebewachstums, Kehlkopferkrankungen, Melanom (Hautkrebs), Nieren- und Blasenkrämpfe bzw. Koliken, Nierentumor, Stirnhöhlenerkrankungen, Völlerei

Ursachen:

Tiefgründiges, schicksalhafter Gebundensein an einen (oder mehrere) Menschen im Familienverband. Lebensgefühl: Beziehungen zu anderen sind immer schwierig, da nichts bedingungslos geschehen kann.

Lösungen:

Lernen, dass jeder Mensch er selbst sein darf und muss. Niemand darf gegen seinen bewussten oder unbewussten Willen „passend“ gemacht werden.

Bachblüten

Water Violett

Erfahrungsbild: Durch Machtausübung isoliert sein; überzogene Sicherheitstendenzen im Materiellen; orale Störungen. Lösung: Lernen, unabhängiger und flexibler im Bereich des Körperlichen und Materiellen zu werden. Machtstrukturen in Gruppen erkennen und entschärfen.

Homöopathika

Homöopathika

1. Fluoricum-acidum
2. Bryonia
3. Cina
4. Nux-vomica
5. Lachesis
6. Arsenicum-album
7. Psorinum

Darstellung

Nehmen und halten, Lustgewinn, Luststeigerung, Lustfixierungen, orale Fixierungen, besitzen wollen, beherrschen wollen, Sicherungszwang, starke Triebhaftigkeit, materielles und geistiges Besitztum, Wunschnatur des Menschen.

Repertorisation

SR 389 voller Verlangen

SR 389 verlangt mehr, als er/ sie benötigt

SR 390 Verlangen nach zahlreichen Dingen

SR 565 Habsucht, Gier

SR 520 Angst vor Einbrechern

SR 103 Geiz, aber für sich verschwenderisch

SR 524 Angst, zu verhungern

SR 518 Furcht vor Armut

SR 564 Gefräßigkeit

SR 565 Feinschmecker

Die Analyse von Zeitqualitäten ist eine Besonderheit für astrologische Fachleute. Diese werden daran große Freude haben. Aber auch nichtastrologische Leserinnen und Leser werden spüren, dass Zeitrhythmen und -qualitäten von großer Wichtigkeit sein können, vor allem angesichts derjenigen Anlagestruktur, die gerade im Lebensvordergrund steht. Mit der Einbeziehung der Zeitqualität gewinnt Astrowellness eine bisher nur selten berücksichtigte Wirksamkeitsdimension.

Einleitung

astrovitalis benutzt für die Analyse der Zeitqualität eine spezielle astrologisch-prognostische Methode, die so genannten „rhythmischen Auslösungen“. Dabei „wandert“ der Aszendent gleich dem Zeiger einer Uhr von Geburt an durch das Geburtsbild. Immer dann, wenn er „auf seiner Reise“ einen Planeten berührt, wird dieser Planet „ausgelöst“. Da die Planeten charakterliche Anlagen (Konstellationen) symbolisieren, werden solche Anlagen dann „ausgelöst“ oder aktiv und treten in der Regel mit ihrer jeweiligen Thematik in den Lebensvordergrund.

Hintergrund

Das astrovitalis-Programm benutzt zur Analyse der Zeitqualität einen speziellen Zeitrhythmus, inklusive des entsprechend passenden Zeitorbis: den so genannten „Pyramiden-Rhythmus“. Diese Rhythmik ist vom Programmautor Mitte der 80er Jahre entdeckt und entwickelt worden und stellt die wahrscheinlich genaueste rhythmische Auslösmethode innerhalb der astrologischen Prognosemethoden dar. Sie ist abgeleitet aus der Großen Cheops-Pyramide. In diesem Bauwerk, das zu Recht als „Weltwunder“ bezeichnet wird, „überragt“ im buchstäblichen Sinn des Wortes eine Messgröße alle anderen: der 76 Grad Winkel (exakt $76^{\circ} 17' 32''$). Dieser ergibt sich an der oberen Spitze der Pyramide. Die aufsteigenden Seiten haben einen Winkel von 52 Grad zur Ebene (exakt $51^{\circ} 51' 14''$).

Abgeleitet aus dem Winkel der Spitze von 76 Grad ergibt sich der astrologische Hauptrhythmus zur Messung der Zeitqualität: 76 Monate beziehungsweise 6,333 Jahre (entspricht 6 Jahren und 4 Monaten) pro Geburtsbildfeld. Innerhalb dieses Rhythmus werden Konjunktionen, Trigone und Oppositionen des in beiden Richtungen verschiebbaren Aszendenten berücksichtigt. (Unter Berücksichtigung des minutengenauen Winkels allerdings: 2326 Tage beziehungsweise 76,55 Monate beziehungsweise 6,38 Jahre). Der Zeitorbis bezüglich der Auslöswirkung beträgt der Erfahrung nach ca. 10% des Rhythmus also ca. 8 Monate (+/- 4 Monate um den exakten Auslösungszeitpunkt). Eine Periode von 6 Jahren und 4 Monaten sowie ein Gültigkeitszeitraum von +/- 4 Monaten ist in den Optionen voreingestellt.

Neben diesem Hauptrhythmus gibt es zur Bestimmbarkeit der Zeitqualität auch noch einen wichtigen Unterrhythmus: Es ist nahe liegend, die Zahl 76 durch die Zahl 4 zu dividieren, da die Pyramide als Grundfläche ein Quadrat hat (die Zahl 4), somit auch je 4 Seiten. Diese vier Seiten der Pyramide wurden als "die vier Gesichter Gottes" bezeichnet. Dividiert man 76 durch 4, ergibt sich 19. Die 19 ist das Zahlensymbol der vier Seiten der Pyramide. Die vier Pyramidenseiten (Grundfläche Quadrat) begründen so den Unterrhythmus von 19 Monaten beziehungsweise 1,58 Jahren pro Geburtsbildfeld. (Unter Berücksichtigung des minutengenauen Winkels allerdings: 581 Tage beziehungsweise 19,14 Monate beziehungsweise 1,595 Jahre.) Diese Berechnungen eignen sich ebenfalls hervorragend zur Bestimmung der Zeitqualität. Es sollte aber bedacht werden, dass dieser Rhythmus viermal schneller als der im astrovitalis-Programm voreingestellte 76-Monatsrhythmus durch ein Geburtsbildfeld läuft und daher in der Regel bei „Auslösungen“ weniger auffällig und intensiv in seiner Wirkung ist.

Die voreingestellte Hauptrhythmik kann vom Profilersteller beliebig geändert werden. In Fragen der Zeitqualitätsanalyse unerfahrenen Benutzern empfehlen wir, die Voreinstellungen beizubehalten, da bereits kleine Änderungen zu großen Aussagevariationen führen können. Astrologisch erfahrenen Benutzern wird die Einstellbarkeit von Zeitrhythmen, Orben und Aspektmustern sicherlich Freude bereiten.

Nutzen

Die astrovitalis-Zeitqualitätsanalyse beinhaltet lösungsorientierte Handlungsvorschläge sowie auf den jeweiligen Zeitraum bezogene Tipps zu Ernährung, zu Therapiemöglichkeiten und zu sportlicher Betätigung. Alle Hinweise sind jeweils speziell auf die aktuell im Lebensvordergrund stehende Anlagestruktur ausgelegt.