



astrovitalis-Analyse

für

Max Mustermann

Geboren am 27.12.1969, 16:07 Uhr

in Zürich, Zurich, Switzerland

astrovitalis-Analyse für Max Mustermann

Leitfaden	
Leitfaden	3
Einleitung	
Einleitung	5
Astrologie	
Inhalt	7
Erläuterungen	8
Geburtsbild	9
Aspekte	12
Halbsummen	15
Elemente	17
Strukturanteile	21
Tierkreisanteile	27
Sensitivpunkte	29
Medizin	
Inhalt	31
Erläuterungen	32
Risikobereiche	35
Symptombilder	37
Bachblütenanalyse	41
Homöopathie	44
Psychologie	
Inhalt	55
Erläuterungen	56
Typologie	58
Grundstruktur	63
Basisprofil	65
Aufgabenprofil	69
Lösungsprofil	75
Sabische Symbole	93
Halbsummen	95
Pyramidenpunkte	97
Stichworte	100
Wellness	
Inhalt	103
Erläuterungen	104
Ernährungstipps	106
Therapien	114
Sporttipps	123
Zeitqualität	
Erläuterungen	128
Analyse	129
Anhang	
Erläuterungen	133
Namensanalyse	134
Biorhythmus (Tabellenform)	136
Biorhythmus (grafisch)	151

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 Perspektivwechsel 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 Anlagenstrukturen 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 Lebensfilm 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 situations-spezifische 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 Profiltex-te, 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 Profiltex-ten – 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 Profiltexten 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.

Bei wenig Vorkenntnissen empfehlen wir Ihnen, jeweils thematisch Einleitung, Hintergrund und Nutzen der einzelnen Bereiche zu beachten, bevor Sie den Profiltext der individuellen Analyse lesen. 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 Kollektiv-, Ausgaben- und Lösungsprofile des psychologischen Analysebereichs sinnvoll sein. Geht es um eine Lockerung von „Denkkrämpfen“ oder Intervention bei „Inspirationskrisen“, geben sabische 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	8
Geburtsbild	9
Aspekte	12
Halbsummen	15
Elemente	17
Strukturanteile	21
Tierkreisanteile	27
Sensitivpunkte	29

Astrologie: Erläuterungen

Der Bereich „Astrologie“ zeigt die Darstellung der individuellen, rein astrologischen Messdaten dieses Profils. Zu den einzelnen Unterbereichen finden Sie einleitende Informationen, wichtige Hintergrunddarstellungen 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 Profilbereiche. 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.

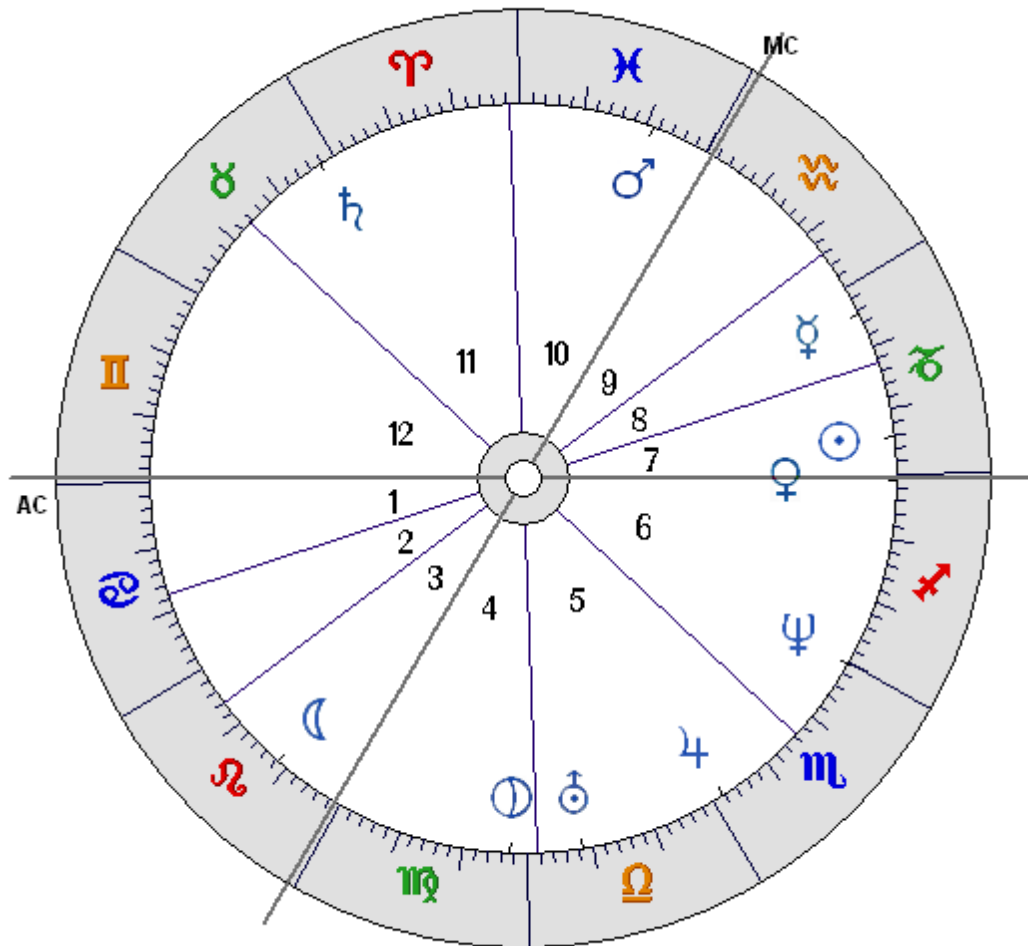
Die Sprache der Zahlen ist zeitlos. Sie überdauert das Werden und Vergehen menschlicher Sprachen. Zahlen vermitteln den Sinn des Universums in universeller Form. Sie zeigen zu allen Zeiten, dass es einen Sinn gibt. Aber deshalb berühren Zahlen noch nicht direkt die Herzen der Menschen. Denn diese fragen 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: Max Mustermann
 Geboren: Samstag, 27.12.1969 um 16:07 Uhr
 in: Zürich, Zurich (L: 8,32, B: 47,23)
 Feldtyp: Placidus Feldorbis: 10% SidTime: 22h 5m
 Individuelle Pyramidenpunkte: Löwe/Wassermann 7° 22' und Stier/Skorpion 21° 22'

Planeten					Felder		
Planet	Dezimal	Zeichen	Grad°Min'	Feld	Feld	Zeichen	Grad°Min'
Sonne	275,7061	Steinbock	05° 42'	7	AC	Zwillinge	29° 23'
Mond	138,4466	Löwe	18° 27'	3	Feld 2	Krebs	17° 24'
Merkur 3	295,396	Steinbock	25° 24'	8	Feld 3	Löwe	06° 03'
Venus 7	268,9633	Schütze	28° 58'	7	IC	Löwe	29° 04'
Mars	338,985	Fische	08° 59'	10	Feld 5	Waage	01° 34'
Jupiter	211,7427	Skorpion	01° 45'	5	Feld 6	Skorpion	16° 24'
Saturn	32,2396	Stier	02° 14'	11	DC	Schütze	29° 23'
Uranus	188,6082	Waage	08° 36'	5	Feld 8	Steinbock	17° 24'
Neptun	239,7009	Skorpion	29° 42'	6	Feld 9	Wassermann	06° 03'
Pluto	177,3817	Jungfrau	27° 23'	4	MC	Wassermann	29° 04'
NMONDKN	345,5163	Fische	15° 31'	10	Feld 11	Widder	01° 34'
					Feld 12	Stier	16° 24'

Anteile Merkur: Zwilling 87%, Jungfrau 13%

Anteile Venus: Stier 25%, Waage 75%

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 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. Derartige 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 intuitionsunabhängiges 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 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.

Astrologie: Aspekte

Aspekte

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

Übersicht

somo	137° 15'	mome	156° 56'	meve	26° 25'	vema	70° 01'
some	19° 41'	move	130° 30'	mema	43° 35'	veju	57° 13'
sove	6° 44'	moma	159° 27'	meju	83° 39'	vesa	123° 16'
soma	63° 16'	moju	73° 17'	mesa	96° 50'	veur	80° 21'
soju	63° 57'	mosa	106° 12'	meur	106° 47'	vene	29° 15'
sosa	116° 32'	mour	50° 09'	mene	55° 41'	vepl	91° 34'
sour	87° 06'	mone	101° 15'	mepl	118° 01'	veac	179° 35'
sone	36° 01'	mopl	38° 56'	meac	153° 58'	vemc	60° 07'
sopl	98° 19'	moac	49° 04'	memc	33° 40'	urne	51° 06'
soac	173° 40'	momc	169° 22'	saur	156° 22'	urpl	11° 13'
somc	53° 22'	jusa	179° 30'	sane	152° 32'	urac	99° 13'
maju	127° 14'	juur	23° 08'	sapl	145° 08'	urmc	140° 28'
masa	53° 15'	june	27° 57'	saac	57° 08'	plac	88° 01'
maur	150° 22'	jupl	34° 21'	samc	63° 09'	plmc	151° 41'
mane	99° 17'	juac	122° 21'	nepl	62° 19'	acmc	239° 41'
mapl	161° 36'	jumc	117° 19'	neac	150° 19'		
maac	110° 23'			nemc	89° 22'		
mamc	9° 54'						

Die „Aspekte“ zeigen dem/ der sachkundigen astrologischen Betrachter(in) des Geburtsbildes, wie sich bei geburtsbildspezifischen Planetenkonstellationen – und unter jeweils individuellen „Blickwinkeln“ – Wirklinien, Wirkungspunkte und Wirkungsflächen zu aussagekräftigen Informationen über die Person verdichten, für die das vorliegende Profil erstellt wird.

Einleitung

Kreis und Kugel sind vollkommene Formen, sind Symbole für das universale und vollendete Sein. Deshalb finden sie sich in zwei- und dreidimensionalen Darstellungen von Geburtsbildern (Horoskopen). In die flächigen und räumlichen Darstellungen sind die astrologischen Konstellationen eingetragen, deren Wirklinien, Wirkungspunkte und Wirkungsflächen. Geburtsbilddarstellungen vergegenwärtigen ebenso die Planeten mit ihren unterschiedlichsten Beziehungen zueinander, wie auch die Konstellationen der Tierkreise. Werden Planetenpunkte an der Peripherie eines Tierkreises miteinander verbunden, so entstehen Polygone, Formen mit vielen Ecken und Kanten.

Die Anzahl astrologischer Polygone ist prinzipiell unendlich. Es gibt regelmäßige und unregelmäßige Polygone. Werden alle Planeten eines Konstellationskreises untereinander verbunden, so entsteht immer ein unregelmäßiges Polygon. Dadurch manifestiert sich auf der Sinnebene ein prinzipielles Ungleichgewicht im Kreis beziehungsweise in der Kugel, auf der Bedeutungs- und Deutungsebene eine Über- oder Unterbetonung von Lebensbereichen innerhalb des individuellen, die gelebte Wirklichkeit eines Menschen abbildenden Geburtsbildkreises!

Im Zustand des vollkommenen Kreises ist der Mensch „gesund und erlöst“, im Zustand eines unregelmäßigen Polygons aber „eckig, aus der Welt“. Mit anderen Worten: Die nichtinkarnierte Seele ist der Kreis (die Kugel); durch Inkarnation wird sie polygonal, verkörpert sie sich im Unregelmäß (mit Spannungen, Energiekonzentrationen, in Zonen relativer Leere, mit Schwächen, Stärken und so weiter). „Geboren werden“ bedeutet daher: ins Unregelmäß geworfen zu werden, den Aspekten und Figurinen eines planetaren Musters unterworfen zu sein, den Konstellationen oder Geburtsbildern, die im Horoskop (der Geburtsbilddarstellung) beschrieben werden.

Der astrologische Sinn des unregelmäßigen Polygons mit seinen Seiten ist, „objektive Form“ des Geburtsbilddaigners, also jeder zu analysierenden Person, zu sein. Wenn der Astrologe die Radien jedes Planeten zum Kreismittelpunkt hin einträgt, macht er die Winkelabstände der Planeten sichtbar. Winkel sind Aspekte! Jeder Winkelabstand hat eine besondere Bedeutung. Da aber der geburtsbildrelevante „Lauf der Sonne um die Erde“ in zwölf gleiche Abschnitte geteilt wird, die die Astrologie „Tierkreiszeichen“ nennt, benutzt der Astrologe nur die ersten zwölf regelmäßigen Polygone, beziehungsweise deren Winkel (Aspekte), in Zahlen:

0, 30, 60, 90, 120, 150, 180 Grad. Aus astrologischer Sicht haben diese Winkel besondere Bedeutungen und zeigen spezielle Formverhältnisse der Planeten untereinander an.

Selbst bei solch grober Unterteilung entstehen Haupt- und Nebenwinkel. Hauptwinkel sind: 0, 90, 120 und 180 Grad; Nebenwinkel sind: 30, 60 und 150 Grad. Andere Winkelabstände (wie zum Beispiel 40, 45, 51, 72, 135 und 144 Grad) werden gemeinhin vernachlässigt, da sie keinen/ wenig astrologischen Sinn und damit keine/ wenig geburtsbildrelevante Bedeutung haben.

Hintergrund

Das Wort „Aspekt“ leitet sich vom lateinischen „aspicio“ her und bedeutet soviel wie „anschauen“ oder „anblicken“. Nach Johannes Kepler, dem großen Astronomen und Astrologen, besitzt der Mensch einen „geometrischen Instinkt“, der es ihm ermöglicht, die Wirksamkeit und Wirkung astrologischer Aspekte zu erfahren, der Bedeutung des Winkelsinns inne zu werden. Wenn sich zwei oder mehr Gestirne in einem Winkel „anblicken“, der einer geometrischen Ordnung, einem astrologischen Sinn entspricht, so wirken sie aufeinander. Die Bedeutung dieser Wirkung ist der körperlich-seelische Ausdruck eines Energiefeldes. Oder anders formuliert: „Aspekte“ sind astronomische (Winkel-)Größen astrologisch bedeutsamer Energieströme!

Die Astrologie unterscheidet angesichts von Energieströmen zwischen Aspekten mit synthetischer und Aspekten mit analytischer Bedeutung:

Alle „synthetischen Aspekte“ deuten auf ausgeglichenen Energiefluss hin. Die beteiligten Planeten stehen in einem Verhältnis zueinander, das sich durch gegenseitige Kräftigung und Förderung auszeichnet. Sie „ziehen am selben Strang“ und kennzeichnen ererbte oder karmisch erworbene natürliche Fähigkeiten. Gefährliche Eigenschaften: Lustlosigkeit, mangelnde geistige/ körperliche/ seelische Entwicklungsbereitschaft, Übertreibungen und Fehleinschätzungen von Möglichkeiten.

Alle „analytischen Aspekte“ deuten auf mehr oder weniger gestörten Energiefluss hin. Die beteiligten Planeten stehen in einem sich gegenseitig behindernden oder gar in unvereinbarem Verhältnis zueinander und kennzeichnen ererbte oder karmisch entstandene körperliche/ geistige/ seelische Schwierigkeiten. Chance: starkes Potenzial der Weiterentwicklung, da die Spannungen und Blockaden überwunden werden wollen („Entwicklungshelfer-Effekt“).

Es ist wichtig zu wissen, dass innerhalb der Astrologenschaft der Sinn von Aspekten in Hinblick auf die Komplexität ihrer Bedeutungen in Geburtsbildern häufig unterschätzt wird. Sie werden oft nur als „rechnerisch relevant“ betrachtet, obwohl sie unabhängig davon auch eine inhaltliche Relevanz für tiefere Wirkzusammenhänge innerhalb des Geburtsbildes haben. Die eigentliche astrologische Bedeutung von Aspekten liegt darin, dass sie die Verschränkung zwischen zwei (oder mehr) günstig oder ungünstig zueinander stehenden Wirkungen darstellen. Anders formuliert: Aspekte vereinen hochkomplexe Wirkkombinationen. So betrachtet zeigen Aspekte auch ursächliche Zusammenhänge, die sich zuvor der deutenden Betrachtung entzogen (so genannte multikausale Konnexionen). Die Bedeutung von Aspekten geht also weit über ihren zahlenmäßigen Sinn, dessen rechnerische Bedeutung und damit weit über ihre bisher in der Regel praktizierte astrologische Deutung hinaus.

Nutzen

Der Nutzen, die hochkomplexen Verschränkungen der Wirkkombinationen von Aspekten zu betrachten, besteht darin, dass ein Verständnis für die gegenseitige „Einfärbung“ der Wirkungen entsteht. Planeten, die in Aspekten zueinander stehen, verlieren ihre „Alleinstellungsmerkmale“ und „gehen in Konstellationen auf“. So zeigen sich über die Aspekte die nuancierten und individuellen „Lebensmuster“, die in den Konstellationen enthalten sind.

Tipp: Bitte beachten Sie, dass der Umfang der astrovitalis-Analysen von der voreingestellten Größe der Aspektorben abhängt. Es empfiehlt sich, vor allem auch die Einstellung der Spannungsspektorben (0, 90, 180 Grad) eher klein zu halten.

Hinweis: In der Übersichtsauswertung ist der Beginn einer neuen Konstellationsreihe (mit Sonne, Mond, Merkur und so weiter) jeweils in Fettschrift markiert.

Astrologie: Halbsummen

Halbsummen

Halbsumme besetzt	Planet	+/-Abw.
Mond / Mars	= Neptun	-1
Mond / Jupiter	= Pluto	-2
Mond / Neptun	= Uranus	0
Merkur / Uranus	= Neptun	2
Merkur / Neptun	= Venus	-1
Venus / Jupiter	= Neptun	1
Venus / AC	= Pluto	2
Mars / Jupiter	= Sonne	0
Mars / Saturn	= Uranus	-3
Mars / AC	= Jupiter	2
Jupiter / MC	= Venus	1
Saturn / Neptun	= Mond	-2
Uranus / Neptun	= Jupiter	2
Uranus / AC	= Mond	1
AC / MC	= Jupiter	-3

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

Übersicht

somo	207° 04'	waa	mome	216° 55'	sko	meve	282° 10'	ste	vema	303° 58'	was
some	285° 33'	ste	move	203° 42'	waa	mema	317° 11'	was	veju	240° 21'	sch
sove	272° 20'	ste	moma	238° 42'	sko	meju	253° 34'	sch	vesa	150° 36'	jun
soma	307° 20'	was	moju	175° 06'	jun	mesa	163° 49'	jun	veur	228° 47'	sko
soju	243° 43'	sch	mosa	85° 20'	zwi	meur	242° 01'	sch	vene	254° 19'	sch
sosa	153° 58'	jun	mour	163° 31'	jun	mene	267° 32'	sch	vepl	223° 10'	sko
sour	232° 09'	sko	mone	189° 04'	waa	mepl	236° 23'	sko	veac	179° 10'	jun
sone	257° 42'	sch	mopl	157° 54'	jun	meac	192° 23'	waa	vemc	299° 01'	ste
sopl	226° 32'	sko	moac	113° 54'	kre	memc	312° 14'	was	urne	214° 09'	sko
soac	182° 32'	waa	momc	233° 45'	sko	saur	110° 25'	kre	urpl	182° 59'	waa
somc	302° 23'	was	jusa	121° 59'	löw	sane	135° 58'	löw	urac	138° 59'	löw
maju	275° 21'	ste	juur	200° 10'	waa	sapl	104° 48'	kre	urmc	258° 50'	sch
masa	185° 36'	waa	june	225° 43'	sko	saac	60° 48'	zwi	plac	133° 22'	löw
maur	263° 47'	sch	jupl	194° 33'	waa	samc	180° 39'	waa	plmc	253° 13'	sch
mane	289° 20'	ste	juac	150° 33'	jun	nepl	208° 32'	waa	acmc	209° 13'	waa
mapl	258° 10'	sch	jumc	270° 24'	ste	neac	164° 32'	jun			
maac	214° 10'	sko				nemc	284° 23'	ste			
mamc	334° 02'	fis									

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

Über die Betrachtung der „Halbsummen“ erhalten sachkundige Astrologinnen und Astrologen wertvolle Zusatzinformationen zu Planetenkonstellationen, aus denen spezifische Aussagen abgeleitet werden können, die anderweitig nicht möglich wären.

Einleitung

Halbsummen beziehungsweise Halbsummenpunkte ergeben sich durch den Mittelwert zweier Planeten A und B auf dem Kreisbogen oder anders: Halbsummenpunkte sind Schnittpunkte oder Durchschnittswerte von A und B. Wenn zwei Planeten einen Abstand von 100 Grad zueinander haben, so liegt der Halbsummenpunkt der beiden Planeten 50 Grad vor A und 50 Grad nach B – also genau in der Mitte. Wenn sich auf diesem Mittenpunkt ein Planet C befindet, so steht dieser in der Halbsumme von Planet A und B. Es ergibt sich also eine Dreierkonstellation und damit ein hochkomplexer Wirkzusammenhang dreier Kräfte.

Hintergrund

Ansätze zu einer Untersuchung von Geburtsbildern mit Halbsummen finden sich schon bei Ptolemäus – wenngleich dieses Verfahren zu Zeiten des modernen Pioniers der Halbsummenteknik, Alfred Witte, als fast vergessen galt. Übrigens wird noch heute die Wirksamkeit von Halbsummen gelegentlich in Zweifel gezogen, dies allerdings zu Unrecht, denn Halbsummen sind nichts anderes als ein spezifisches Planetenverhältnis, das durch ein In-Beziehung-Setzen entsteht. Letztlich werden auch hier Planetenkonstellationen betrachtet und aus räumlichen Verteilungen Aussagen abgeleitet. Ein analoges Prinzip findet heute zum Beispiel auch bei Familienaufstellungen nach Hellinger Anwendung.

Nutzen

Wenn Planeten auf Halbsummenpunkten stehen, so ergibt sich eine Dreifachwirkung zwischen dem Planeten und den „links und rechts“ von ihm stehenden anderen beiden Planeten. Eine solche Mehrfachwirkung differenziert und individualisiert die persönliche astrologische Analyse um ein Vielfaches, daher liegt der Nutzen der Halbsummenpunkte in der Vielfalt, die durch sie erkennbar wird. Hinzu kommt, dass es bestimmte Krankheitssymptome gibt, die – nach bisherigem Kenntnisstand – nur über die Differenzialdiagnostik mittels Halbsummenpunkten verifizierbar sind.

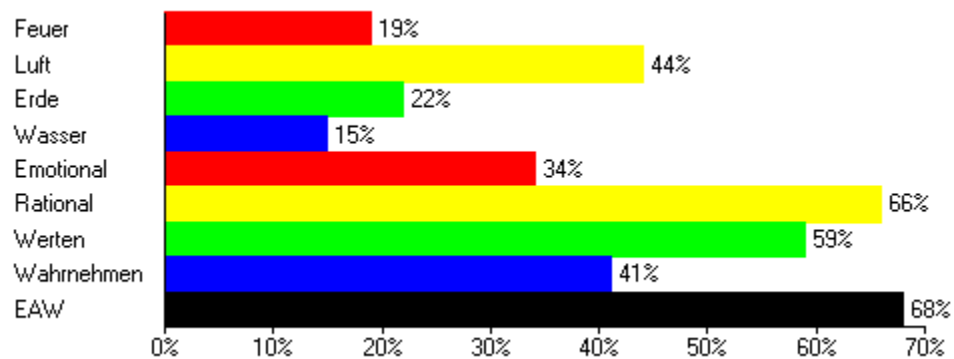
Hinweis: In der Übersichtsauswertung ist der Beginn einer neuen Konstellationsreihe (mit Sonne, Mond, Merkur und so weiter) jeweils in Fettschrift markiert.

Astrologie: Elemente

Yang/+ 63%				Yin/- 37%			
Feuer	19%	Luft	44%	Erde	22%	Wasser	15%
Emotional	34%	Rational	66%	Werten	59%	Wahrnehmen	41%

Elementen-Ausprägungswert (EAW) = 68%

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



Unter „Elemente“ finden zunächst interessierte astrologische Fachleute die Ergebnisse der vom Programmator entwickelten „Dynamischen Elementenanalyse“. Die Elemente – als grundlegender Teil der Astrologie – erweisen sich als Energieträger und ihr „Mischungsverhältnis“ erlaubt Aussagen über psychologisch Typisches und über ökonomische Ausprägungen der Libido. Insofern bietet die – hier einzigartig betriebene – Elementenanalyse auch psychologisch orientierten Beraterinnen und Beratern interessante Zusammenhänge zwischen Astrologie und Psychologie.

Einleitung

Herkömmliche Verfahren der Elementenanalyse berücksichtigen in der Regel nur die Stellung der Planeten in Zeichen oder Feldern. Die Hauptachsen des Aszendenten und Medium Coeli werden meist nicht gewertet, obwohl sie die individuellsten, tageszeitlich prägenden Faktoren darstellen. In der astrovitalis-Elementenanalyse werden alle Faktoren – auch die jeweilige Elementzugehörigkeiten der Planeten und Achsen selbst – erfasst. Damit entsteht ein Elementarbild, das die wahre Betonung der vier Grundenergien dynamisch widerspiegelt. Innovativ bei der hier angewandten Methode ist, dass die geburtsbildspezifische Auswertung der vier Elemente auch von der jeweiligen Elementenzugehörigkeit der Planeten bestimmt wird.

Hintergrund

Ein Planet, der in einem Zeichen oder Feld steht, das seiner Zugehörigkeit zu einem Element entspricht, wird a) dieses Element stark fördern und ist b) selbst kosmisch „stark gestellt“. Aus diesen Gründen erhält das entsprechende Element eine höhere Punktzahl.

Ein Planet, der in einem Zeichen oder Feld steht, das seiner Zugehörigkeit zu einem Element nicht entspricht, wird a) dieses Element stark hemmen und ist b) selbst kosmisch „schwach gestellt“. Das entsprechende Element erhält daher eine niedrigere Punktzahl.

Das rechnerische Verfahren und seine Programmierung:

1. astrovitalis analysiert die Felder und Zeichen von Gestirnspositionen. Als Ergebnis der Analyse werden an jedes Element entsprechende Punktzahlen vergeben. Die Punktzahlen entsprechen einem spezifischen astrovitalis-Programmcode. (Zusatz für Astrologen: Der Aszendent und Medium Coeli können selbstverständlich nur im jeweiligen Zeichen analysiert werden. Da der Aszendent grundsätzlich die Bedeutung von Widder/ Mars/ Feld 1 in sich trägt, ist er „feuriger Qualität“. Der Medium Coeli dagegen ist „erdiger Qualität“, da er die Bedeutung von Steinbock/ Saturn/ Feld 10 enthält.)
2. Die aus dem Programmcode resultierenden Punktzahlen werden zur Elementpunktzahl addiert.
3. Die Gesamtpunktzahl ergibt sich wiederum aus der Addition der vier Elementsummen.
4. Übersichtlicher als eine Darstellung von Punkten ist eine prozentuale Darstellung. Deshalb rechnet das Programm alle Punktzahlen automatisch jeweils einzeln in Prozentanteile um. Bei besonders hohen Werten von über vierzig Prozent beziehungsweise bei sehr niedrigen Werten von unter zehn Prozent wird die Angabe heller dargestellt, um ein schnelleres Erkennen zu ermöglichen. Es ist möglich, dass aufgrund der Auf- und Abrundung während der Berechnungen Schwankungen in der Größenordnung von plus/ minus einem Prozent auftreten können. Die grafische Darstellung weicht dann geringfügig von den ansonsten auf sieben Stellen hinter dem Komma genau berechneten Werten ab.

Die Bedeutung der Punktzahlen:

Bei einzelnen Geburtsbildern und bei Geburtsbildern im Vergleich ist die jeweils absolut erreichte Gesamtpunktsumme aussagekräftig und kann daher – wie die Summen der einzelnen Elemente – auch als eigenständiges Merkmal interpretiert werden. Maximal wird eine Punktsumme von 100 erreicht, im minimalen Fall eine Summe von 34 Punkten. Wenn zum Beispiel in „Geburtsbild A“ die Gesamtpunktzahl 79 errechnet wurde und in Geburtsbild B die Gesamtpunktzahl 35, so heißt dies, dass in Geburtsbild A alle vier Elemente zusammen genommen erheblich stärker ausgeprägt sind als in Geburtsbild B. In Hinblick auf die prozentuale Erfassung der einzelnen Elemente ist die Höhe der Gesamtpunktzahl eher nebensächlich. Sie spiegelt aber (als so genannter „EA-Wert“) das Maß an psychischer Energie wider, welche einem Individuum zur Verfügung steht. In vielen Jahren wurde die Aussagekraft dieses Werts in Hunderten von Beratungsgesprächen erprobt und bestätigt.

Zum Elementenausprägungswert (EA-Wert):

Der EA-Wert ist also zunächst „hoch“, wenn er zum Beispiel identisch ist mit 79 Punkten (= 79% der errechneten Gesamtpunktzahl). Und er ist „niedrig“, wenn er zum Beispiel identisch ist mit 35 Punkten (= 35% der errechneten Gesamtpunktzahl).

Der EA-Wert entspricht aber jeweils auch 100% der durch ihn zusammengefassten Elementwerte.

Diese 100% „teilen sich“ die vier Elemente. Hierbei ist es selbstverständlich, dass Elemente unterschiedlich stark ausgeprägte prozentuale Anteile am EA-Wert haben können (zum Beispiel: Feuer 35%, Wasser 10%, Luft 40%, Erde 15%).

Folgende Regeln können basierend auf der bisherigen Praxiserfahrung aufgestellt werden:

1. Hohe EA-Werte von mehr als 70-75% lassen auf starke Libido schließen. Besonders niedrige EA-Werte von unter ca. 45% weisen dagegen auf relativ wenig psychische Energie hin. Die Durchschnittswerte liegen bei 60 -65%.
2. Sind ein oder zwei Elemente prozentual besonders stark betont (zum Beispiel Feuer 35% und/oder Luft 35%), so lässt ein zugleich auch hoher EA-Wert (zum Beispiel 79%) diese(s) Element(e) beim Menschen deutlich sichtbar werden.
3. Ist der EA-Wert bei gleicher Voraussetzung jedoch niedrig (zum Beispiel 35%), so werden die jeweiligen Elemente trotz starker Betonung am Menschen kaum spürbar in Erscheinung treten.

Die über die „dynamische Elementenanalyse“ eruierten psychologischen Typen:

Der Emotionaltyp: stark impulsiv und verletzlich, manchmal rachsüchtig und hinterhältig. Systematisches Denken ist oft unterentwickelt, sehr subjektiv! Kaum Selbstbeschränkungen, geht immer aufs Ganze. Lebt unter Hochdruck und muss daher lernen, sich zu entspannen. Stimmungsschwankungen verhindern Kontinuität. Konfliktspannung zwischen Ichhaftigkeit (eventuell „hybrides Ich“) und Selbstlosigkeit (eventuell „Ich-Flucht“). Oftmals besteht eine ausgeprägte Abneigung, sich in schweren Zeiten von anderen helfen zu lassen. Im Positiven ehrlich und menschlich verständnisvoll („nichts Menschliches ist mir fremd“), warmherzig und beschützend. Sehr direkt „mit dem Nerv des Lebens verbunden“, häufig zur Abstraktion unfähig. Daher in der Regel „dramatischer Schauspieler auf der Lebensbühne“. Ausgesprochene Neigung zu Herz-Kreislaufkrankungen sowie hormonellen Dysfunktionen. Der generelle Zusammenhang zwischen einer körperlichen Erkrankung und einem ungelöst gebliebenen seelisch-geistig-mental Problem ist bei diesem psychologischen Typ häufig besonders offensichtlich. Eine deutlich wahrnehmbare Ausprägung dieses Typs liegt vor, wenn der prozentuale Anteil der Elemente Feuer und Wasser am EA-Wert zusammen bei 65-70% oder höher liegt.

Der Rationaltyp: Hat im Positiven die Fähigkeit, abstrakt-begriffliches Denken mit praktisch-effektivem Handeln zu verbinden. Daraus resultiert oft eine Art „Macher-Philosophie“, die in ausgeprägten Fällen aber derart lebensbestimmend sein kann, dass subjektive Empfindungen ausgeklammert bleiben. Daraus resultiert trotz generell gut ausgeprägter Urteilsfähigkeit häufig das Unvermögen, das eigentliche Problem zu erkennen. Es bleibt hinter zum Teil brillanten Argumentationsketten verborgen und zeigt sich daher als Negativbild in einer gesteigerten Krankheitsanfälligkeit („erkältet beim kleinsten Anlass“). Normalerweise gekennzeichnet durch trockene Logik („im Käfig der Ratio gefangen“), Distanziertheit und kalkulierendes Vorausdenken. Ein gutes Bild für den Rationaltypus scheint der so genannte „moderne Mensch“ zu sein, der stark überintellektualisiert oder reflexionslos ist und auf der Fühlebene Probleme hat. Unabhängig von individuellen Geburtsbildstrukturen kommt dieser Typ gesellschaftlich wahrscheinlich am häufigsten vor. Eine deutlich wahrnehmbare Ausprägung dieses Typs liegt vor, wenn der prozentuale Anteil der Elemente Luft und Erde am EA-Wert zusammen bei 65-70% oder höher liegt.

Der Bewertungstyp: Auf zwei Ebenen neigt dieser Typus besonders zum Bewerten: beim Denken und beim Fühlen (Empfinden). Auf der Denkebene urteilt er mit „richtig“ oder „falsch“, auf der Fühlebene mit „gut“ oder „schlecht“. Daraus resultiert im Verhalten oft eine sehr indirekte und verzögerte Reaktion auf Geschehnisse, obwohl sie im Innen sehr schnell sein kann. Den bewertenden Typ charakterisiert häufig ein „Hin- und Hergerissensein“ zwischen Intellekt und Gefühl, was einerseits die positive Fähigkeit bedingt, im richtigen Moment die „Verbindung von Kopf und Bauch“ herstellen zu können. Als negative Neigung ist oft eine psychisch-physische Hypochondrie festzustellen. Generell jedoch zeigt sich – falls nicht bestimmte Konstellationen dagegen sprechen – gleichwertig künstlerische und wissenschaftliche Begabung. Gut geeignet für heilende, beratende Berufe. Allgemein sehr am „Du“ interessiert. Aus astromedizinischer Sicht besteht eine besondere Neigung zu hormonellen Störungen mit Auswirkungen auf den Gemüts- und Geisteszustand (nach mit Vorsicht zu betrachtender schulmedizinisch-psychiatrischer Definition besteht auch eine Disposition zu Psychose und Schizophrenie). Ansonsten anfällige Atemorgane, bei Frauen oft Unterleibsstörungen. Ebenso oft Probleme im Urogenitaltrakt. Eine deutlich wahrnehmbare Ausprägung dieses Typs liegt vor, wenn der prozentuale Anteil der Elemente Luft und Wasser am EA-Wert zusammen bei 65-70% oder höher liegt.

Der Wahrnehmungstyp: Oft direkte und spontane Reaktion auf Geschehnisse, bevor die Situation innerlich voll erkannt wird. Daher auch „Dampfwalzentyp“ genannt. Kann Kreativität und Produktivität hervorragend verbinden. „Verkörpert“ eine „Macher-Philosophie“ und arbeitet noch, wenn andere bereits aufgegeben haben. Ist stark vital, in jungen Jahren oft körperlich gesund und widerstandsfähig. Meistens als Einzelgänger glücklicher, da er allen Anforderungen der äußeren Welt begegnen will und kann. Diese Menschen müssen lernen, sich den subtilen Ebenen des Lebens zuzuwenden, um nicht (wie es häufig der Fall ist) in einer reinen, auch zur Kompensation dienenden Extraversion stecken zu bleiben. Aus astromedizinischer Sicht besteht vor allem eine erhöhte Neigung zu Erkrankungen des Kreislaufsystems (Arteriosklerose, Infarktisiko), von Leber und Galle, zu Rheuma beziehungsweise zu schmerzhaften Knochen- und Gelenkveränderungen sowie zu Verdauungsstörungen im Dick- und Dünndarm. Eine deutlich wahrnehmbare Ausprägung

dieses Typs liegt vor, wenn der prozentuale Anteil der Elemente Feuer und Erde am EA-Wert zusammen bei 65-70% oder höher liegt.

Der Yang-Typ: idealistisch, höher strebend und mit ethischer Lebenshaltung. Optimistisch; gute verbale Fähigkeiten; kreativ, aber leicht zu schnelllebig. Gefahr des geistigen Hochmutes, der Desillusionierung und mangelnder seelischer Stabilität, resultierend auch aus einer allgemein geringen seelischen Belastbarkeit. Man vernachlässigt Gefühle, es sei denn, sie sind kurzfristig lustbringend. „Kontinuität“ scheint oft ein Fremdwort zu sein, man umgeht Notwendigkeiten des praktischen Lebens, um nicht „festgelegt“ werden zu können. Die – auf Dauer gefährliche – Beschäftigung mit dem Unbewussten und dessen „Möglichkeiten“ geschieht aus kompensatorischen Gründen vor allem bei Menschen dieses Typs mit niedriger Entwicklungsstufe. Man kann schwer „auftanken“ beziehungsweise entspannen. Bei Frauen häufig verdrängte Anima bei entwickeltem Animus (Typ „Amazone“), bei Männern kommt die Unlust zu fühlen bei zusätzlich betonter männlicher Haltung besonders zum Vorschein. Ausgeprägte Neigung zu Erkrankungen im oberen Brustbereich beziehungsweise aller dort befindlichen Organe, Neigung zu generell erhöhtem Blutdruck (ausgenommen bei Wassermann-Betonung). Oft Nierenbeschwerden unterschiedlicher Genese, bei Pluto-Betonung auch lang anhaltende Wadenkrämpfe, die sehr ernst zu nehmende seelische Ursachen haben (etwa Individualitätsverlustangst). Eine deutlich wahrnehmbare Ausprägung dieses Typs liegt vor, wenn der prozentuale Anteil der Elemente Feuer und Luft am EA-Wert zusammen bei 65-70% oder höher liegt.

Der Yin-Typ: oft Tiefe und Ernsthaftigkeit; Selbstbewahrung und Sicherheitsdenken. Belastbar und traditionsgebunden („Familienroman“), dabei Gefahr der ausschließlichen Prägung durch Materielles oder Seelisches. Wird zu häufig von unbewussten Faktoren geleitet, leidet zuweilen an einem Mangel an Ideen oder Glauben. Manipuliert andere, um abgesichert zu sein. Neigt allgemein zu Depressionen. Starke weibliche Seelenanteile, eventuell Mutterbindung/-komplex. Gefahr der Unselbstständigkeit, des Nicht-Erwachsenwerdens. Zuweilen geschlechtsunspezifische Entwicklung und Projektion der ungelebten männlichen Anteile auf geeignete „Leinwände“ (oft Partner), die dann „als eigener Schatten“ bekämpft werden. Obwohl generell jedes Krankheitssymptom seelisch-geistig-mentalen Ursprungs ist, zeigt sich hier der „Psychosomatiker schlechthin“. Erkrankungen wie Magengeschwüre oder Magersucht sind typisch und spiegeln in schwersten Fällen letztlich eigentlich nur die „Angst zu leben“ wider. Eine deutlich wahrnehmbare Ausprägung dieses Typs liegt vor, wenn der prozentuale Anteil der Elemente Erde und Wasser am EA-Wert zusammen bei 65-70% oder höher liegt.

Nutzen

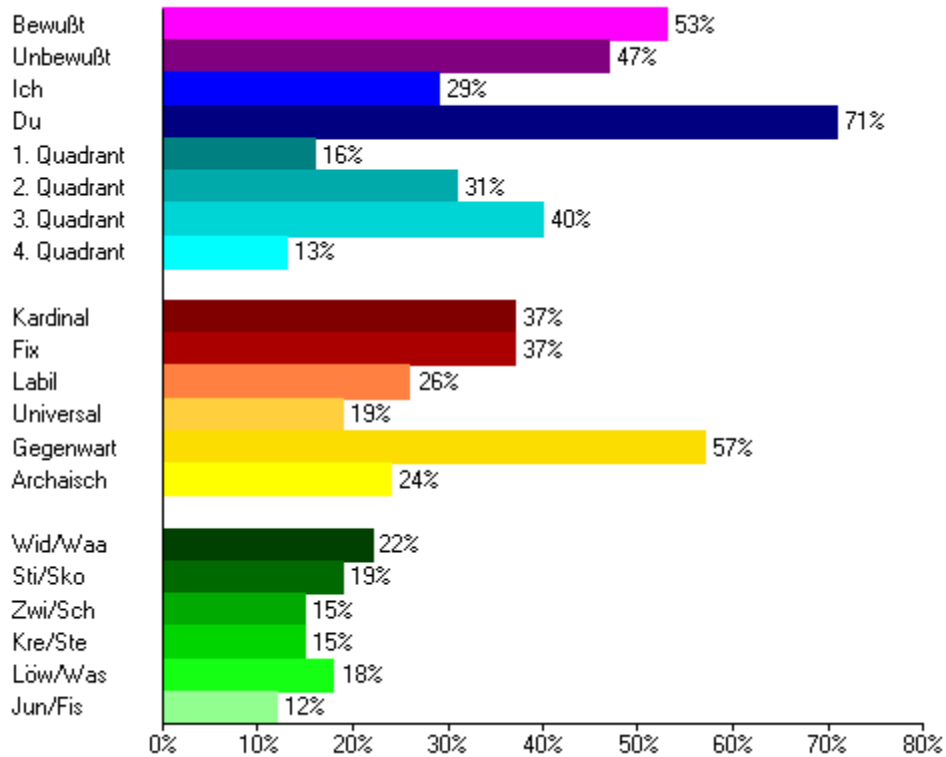
Die „dynamische Elementenanalyse“ von astrovitalis bietet damit gegenüber anderen Methoden die Möglichkeit, Geburtsbildanalysen unter Berücksichtigung der elementaren Eigenqualität von Planeten und Achsen zu erstellen. Dadurch entsteht ein im Verhältnis zu traditionellen Vorläufern der astrovitalis-Analyse objektiveres und lebendigeres Mischungsverhältnis der Elemente untereinander. Des Weiteren ist der Elementenausprägungswert („EA-Wert“) ein wertvoller Hinweis auf die energetische Gesamtschwingung des Menschen. Astrologie ist die Lehre der Energieschwingungen, bezogen auf irdisches Geschehen. Elemente als grundlegender Teil der Astrologie sind somit Energieträger. Auf Geburtsbilder von Menschen bezogen können wir auch im Sinne der „analytischen Psychologie“ C.G.Jungs von „psychischer Energie“, also von „Libido“ sprechen. In diesem Sinne zeigt der EA-Wert die Höhe der Libido an. Letztlich ist so über die dynamische Elementenanalyse auch eine Zuordnung zur bewährten psychologischen Typologie möglich.

Astrologie: Strukturanteile

Bewußt/Unbewußt	Ich/Du		Quadranten	
53%	29%	71%	13%	40%
47%			16%	31%

Kreuze		Lebensebene	
Kardinal	37%	Universal	19%
Fix	37%	Gegenwart	57%
Labil	26%	Archaisch	24%

Tierkreisanteile			
Widder/Waage	22%	Krebs/Steinbock	15%
Stier/Skorpion	19%	Löwe/Wassermann	18%
Zwillinge/Schütze	15%	Jungfrau/Fische	12%



Die „Lebensebenen“ der Menschen sind unterschiedlich ausgeprägt. Es findet sich je nach Profil ein individuelles Mischungsverhältnis. Der Anteil der individuell charakteristischen Ebenen am ganzen Leben kann durch die computergestützte Analyse als prozentuales Verhältnis beschrieben werden. Dadurch ergeben sich für Fachleute und Sachkundige aussagekräftige Informationen u. a. über die Art, wie der Mensch bewusst oder unbewusst wahrnimmt; über seine Ich-Stärke im Kontext seiner Du-Orientierungen; über sein Charakterisiertsein durch Aktivität und Passivität und energetische Impulsivität sowie über seine Zeitverhaftetheit im Sinne einer vergangenheits-, gegenwarts- oder zukunftsorientierten Anlage.

Einleitung

Der Mensch nimmt das Leben als eine für ihn zunächst unüberschaubare Vielfalt wahr. Schnell entsteht das Bedürfnis, diese Vielfalt zu katalogisieren, zu überblicken, zu verstehen. Das Gleiche gilt auch für das astrologische Geburtsbild, denn es repräsentiert die Vielfalt des Lebens. Die astrologischen Lebensebenen stellen eine Analogie beziehungsweise eine Katalogisierung des Geburtsbildes dar, mittels derer die vielen Einzelheiten zu Themen gebündelt erfasst werden können.

Hintergrund

Durch „thematische Bündelung“ kommen folgende Lebensebenen zu Stande:

Die Hälften eines Geburtsbildes: oben/ unten und rechts/ links

Wird ein Kreis durch zwei Geraden oder Achsen geteilt (im Geburtsbild bedeutet „horizontal“ Aszendent und „vertikal“ Medium Coeli), so entstehen nicht nur vier Quadranten sondern auch vier voneinander zu unterscheidende Hälften: 1. das Halbkreissegment unterhalb des Aszendenten, 2. das Halbkreissegment oberhalb des Aszendenten, 3. das Halbkreissegment links des Medium Coeli und 4. das Halbkreissegment rechts des Medium Coeli.

Im Rahmen der Quadrantenbetrachtung kommt der Aszendenten-/ Deszendentenachse eine besondere Bedeutung zu: Da sie den „unbewussten Raum“ unterhalb ihrer vom „bewussten Raum“ oberhalb ihrer trennt, ist sie die Bewusstseinschwelle. In Bezug auf das Raum-Zeit-Kontinuum repräsentiert sie „Räumlichkeit“; wenn man die Psyche (Seele) des Menschen hypothetisch als „Raum“ (Wesensraum, Lebensraum) beschreibt, unterteilt sie diesen „psychischen Raum“ in einen unbewussten und einen bewussten Teil.

Oben = Bewusst: In diesem Bereich nimmt der Mensch bewusst wahr und erlebt bewusst. Man erfasst die Eindrücke unmittelbar und verarbeitet sie durch Denken. Daher kann man hier auch vorausschauend planen. Es besteht hier eine relative Willensfreiheit von triebhaften, ungesteuerten Reaktionen. In diesem Bereich erkennt der Mensch klar seinen individuellen Stand in der Welt und findet seinen Platz in der Gesellschaft. Sich seiner selbst bewusst zu sein macht auch selbstbewusst bei der eigenen Präsentation in der Welt. Dieser Geburtsbildraum kann auch als „der Theoretische“ bezeichnet werden (im Unterschied zum „Praktischen“ des unteren Bereiches). Der Mensch findet oberhalb „des Horizontes“ seinen eigenen Schwerpunkt in äußerlichen Ereignissen, er ist eher objektiv und materialistisch als subjektiv und idealistisch eingestellt. Dem Kollektiven steht hier das Individuelle, das Einzigartige gegenüber.

Alle Planeten in der oberen Geburtsbildhälfte führen zu einer selbstbewussten Persönlichkeit, die aus der Masse herausragen möchte. Diese Planeten sind dem Bewusstsein gut zugänglich, man kann mit ihnen arbeiten. Oft strebt man nach selbstständigen Aufgaben im Leben, kann sich zudem nur schwer unterordnen und fordert seine Rechte. Man kann andere leiten und führen und besitzt eine natürliche Autorität. Die große Gefahr liegt in einem „Hängenbleiben“ im Theoretischen: Man lebt dann in einer ausgedachten (kleinen) Welt und ist vom wirklichen Leben völlig abgeschnitten, die eigene Welt stimmt mit der Wirklichkeit nicht mehr überein. Man ist von den Wurzeln abgetrennt.

Eine deutlich wahrnehmbare Ausprägung dieser Geburtsbildhälfte liegt vor, wenn der prozentuale Anteil des 3. und 4. Quadranten zusammen bei 65-70% oder höher liegt.

Unten = Unbewusst. Dies ist der Bereich der Triebe und Instinkte. Hier geschehen die Dinge ohne Zutun des Bewusstseins, gleichsam „von allein“. Erfahrungen und Erlebnisse sinken ins Un(ter)bewusstsein ab, werden dort „aufgespeichert“, und bilden dort ein eigenständiges psychologisches „Antriebssystem“, das unser bewusstes Handeln bedingt. Der Immum Coeli („Himmelstiefe“) ist der tiefste Punkt des Geburtsbildes und steht für das Kollektive. Eigentlich ist der gesamte Raum unterhalb des Horizontes Kollektivraum, aber die Unbewusstheit beziehungsweise die archetypische Konditionierung nimmt zum Immum Coeli hin immer mehr zu. Hier ruht die individuelle Herkunft, aber auch die Herkunft des Menschen als solchem. Das Kollektive ist der Wurzel- oder Mutterboden, auf dem wir gewachsen sind und dessen Materialität wir in uns tragen.

Alle Planeten in der unteren Geburtsbildhälfte sind dem Bewusstsein generell schwer zugänglich zu machen beziehungsweise für bewusstes Handeln schwer einzusetzen. Mit diesen Planeten

reagiert man instinktgebunden und ohne Denkfilter, man hat Reflexe anstelle bewusster Steuerung. Es konstituiert sich so eine Lebensbestimmung, die als „Sich-durch-sein-Tun-Erleben“ beschrieben werden kann. Insofern steht dieser Geburtsbildraum in Bezug zu Aktivität, Tätigkeit und Handeln. Menschen mit vielen Planeten oder der Sonne unterhalb des Horizontes wollen sich als Individuum nicht allzu sehr von anderen unterscheiden, man bemüht sich um „Dazugehörigkeit“. Das Akzeptiertwerden durch andere ist wichtig. Die Neigung, sich dem Kollektiv (der Familie) unterzuordnen beziehungsweise von ihr besonders stark geprägt zu werden, ist betont. Sicherheitsbedürfnisse und Geborgenheit stehen im Vordergrund. Oft ist für solche Menschen der Weg zur Individualität nur äußerst schwer zu gehen, es ist daher zu prüfen, ob eventuell eine Mutterbindung beziehungsweise ein Mutterkomplex besteht.

Eine deutlich wahrnehmbare Ausprägung dieser Geburtsbildhälfte liegt vor, wenn der prozentuale Anteil des 1. und 2. Quadranten zusammen bei 65-70% oder höher liegt.

Links = Ich: Das Ich wird symbolisiert durch den Aszendenten. Das Ich ist als steuerndes und regelndes Prinzip zu sehen. Es steuert gleichsam das Zusammenwirken der eigenen inneren, unbewussten Abläufe und bewusste Selbst- und Fremderfahrungen aus. In der Quadrantenlehre stellt dieser Raum das eigene Innen dar, also auch die Privat- und Intimsphäre. („Zunächst muss in mir alles stimmen, bevor ich mich dem Du (rechts des Medium Coeli) zuwenden kann.“) Dreht es sich auf der rechten Seite um Umwelt- und Du-Erkenntnis und Umwelt- und Du-Beherrschung, so auf der linken um Ich-Erkenntnis und Ich-Beherrschung.

Alle Planeten auf der Ich-Seite des Geburtsbildes sind Organe beziehungsweise Wesenskräfte, die durch das Ich gesteuert werden können. Sie deuten auf starke Eigeninteressen und im besten Fall auf eine innere Festigkeit hin, die dem Anstürmen des Lebens gewachsen ist. Eine starke „Linkslastigkeit“ des Geburtsbildes deutet jedoch die Gefahr der menschlichen Isolation an. Man ist sehr bei sich und nie wirklich beim anderen. Da man alles auf sich selbst bezieht, wähnt man sich als den Mittelpunkt der Welt. Oft sind solche „ichseitig starken“ Menschen Egoisten und haben zugleich schizoide und hysterische Tendenzen.

In der Regel findet man Kontaktschwierigkeiten und hieraus resultierende Fehleinschätzungen gegenüber Mitmenschen, da der eigene Maßstab auf diese übertragen wird. Die Angst vor Verletzung des eigenen Ich-Bereiches ist sehr groß. Mit „Linkslagerung“ ist der Mensch jedoch allgemein immer aufgerufen, in jeder Frage seine eigene Entscheidung zu treffen und Sachverhalte nach eigenem Willen zu klären.

Eine deutlich wahrnehmbare Ausprägung dieser Geburtsbildhälfte liegt vor, wenn der prozentuale Anteil des 1. und 4. Quadranten zusammen bei 65-70% oder höher liegt.

Rechts = Du: Das Du wird symbolisiert durch den Deszendenten. Alles in dieser Hälfte korrespondiert der Umwelt oder bezieht sich auf das, was außerhalb meines Ichs liegt. „Duseitige Stärke“ bedeutet, vorwiegend an der Welt und an der Auseinandersetzung mit dieser interessiert zu sein. Man tut wenig, ohne sich der Reaktion des anderen zu vergewissern. In diesem Sinne wird das Du in alle Lebensvorgänge integriert. Dreht es sich auf der linken Seite um Ich-Erkenntnis und Ich-Beherrschung, so auf der rechten um Umwelt- und Du-Erkenntnis und Umwelt- und Du-Beherrschung.

Alle Planeten auf der „Du-Seite“ des Geburtsbildes sind daher auf den Mitmenschen eingestellt – manchmal auch auf ihn fixiert oder von ihm abhängig. Sie bergen immer die Gefahr der Selbstentfremdung, sodass man zwar „Gott und die Welt“ kennt, nur sich selbst nicht. Oft haben Menschen mit starker „Rechtslagerung“ das Gefühl, sie bekämen Sachverhalte und Entscheidungen des Lebens einfach vorgesetzt und müssten sie zwangsläufig akzeptieren. Dies erklärt sich aus einer möglichen Ich-Schwäche, welche dazu führen kann, dass sich das persönliche Leben der zu analysierenden Person oft erst in späten Jahren so verändert, wie er/ sie es sich wünscht. Im Gegensatz dazu treffen Menschen mit Linkslagerung ihre lebensverändernden Entscheidungen oft schon in der ersten Lebenshälfte beziehungsweise werden in frühen Jahren von lebensentscheidenden Ereignissen geprägt.

Eine deutlich wahrnehmbare Ausprägung dieser Geburtsbildhälfte liegt vor, wenn der prozentuale Anteil des 2. und 3. Quadranten zusammen bei 65-70% oder höher liegt.

Die sechs Achsen des Geburtsbildes

Im Sinne des Polaritätsgesetzes, welches für alle lebendigen Vorgänge Gültigkeit hat, müssen die einzelnen Tierkreiszeichen eigentlich als Teil einer jeweiligen Achse verstanden werden, die gleichsam die Aszendentenstellung beim Eintritt in ein Haus oder Tierkreisfeld beschreibt. Die sich daraus ergebenden Feld-Achsen sind: Widder/ Waage, Stier/ Skorpion, Zwillinge/ Schütze, Krebs/ Steinbock, Löwe/ Wassermann und Jungfrau/ Fische. Eine deutlich wahrnehmbare Ausprägung der mit einer Achse verbundenen Thematik liegt vor, wenn der prozentuale Anteil der jeweiligen Feld-Achsen (zum Beispiel Widder/ Waage) bei 25-30% liegt, die restlichen fünf Feld-Achsen also prozentual weniger ausgeprägt sind.

Im Folgenden eine Kurzbeschreibung der Symbolisierungsbeziehungen zwischen den Achsen.

Begegnungsachse 1/ 7: Diese Achse symbolisiert die Begegnung des Ich mit dem Du. Eine Über- oder Unterbetonung weist auf physisch-psychische Kontaktprobleme hin.

Besitzachse 2/ 8: Die Besitzachse symbolisiert, dass sich der Mensch real-konkret oder seelisch an andere Menschen, Dinge oder Ideen bindet. Eine Über- oder Unterbetonung verweist auf die Schwierigkeit, etwas loslassen zu können. „Haben“ hat Vorrang vor „Sein“.

Denkachse 3/ 9: Hier lernt das Ich rational zu denken und den Sinn des Gedachten zu erfassen. Eine Über- oder Unterbetonung bringt den Menschen in die Gefahr, sich das Leben „zu erdenken“ anstatt es – in all seinen Schwierigkeiten – zu erfahren.

Entwicklungsachse 4/ 10: Das Ich verlässt hier „den Mutterschoß“ und tritt hinaus ins eigenverantwortliche geführte Leben. Eine Über- oder Unterbetonung kann die Gefahr einer elterlich bedingten Entwicklungsbehinderung entstehen lassen. In extremen Fällen wird man entweder zu früh erwachsen – oder nie.

Individuationsachse 5/ 11: Diese Achse markiert die Entwicklung des Menschen aus dem subjektiven und emotionalen Selbst zum „höheren Selbst“ (auch im Sinne C.G.Jungs). Eine Über- oder Unterbetonung deutet in der Regel auf fehlende seelische Auseinandersetzungsfähigkeit beziehungsweise übergroße Eigenbezüglichkeit hin. In extremen Fällen ist schizophran-hysterisches oder zwanghaftes Verhalten möglich.

Existentialachse 6/ 12: Feld 6 zeigt die Bezogenheit auf Existentielles als subjektiven Überlebenstrieb (Anpassung an Überlebensbedingungen). Feld 12 zeigt diese Bezogenheit als Anlage zur Wirklichkeit. In allen Fällen der Über- oder Unterbetonung ist eine ausgesprochene Ernsthaftigkeit oder aber auch Hilflosigkeit den grundsätzlichen Dingen des Lebens gegenüber beobachtbar.

Die vier Quadranten:

Elementenanalyse und Beurteilung der Quadranten sind die primären Ausgangsbereiche jeder Geburtsbildinterpretation. Bezeichnenderweise werden bei beiden Einstiegsweisen keine Konstellationsbilder sondern ausschließlich grundlegende Faktoren untersucht. Diese Faktoren (Elemente, Quadranten) sind aber die Grundlage, auf der sich jede Anlagestruktur „auslebt“. Die von astrovitalis angestellten Berechnungen für Quadranten liegen außerhalb dessen, was im Geburtsbild buchstäblich „sichtbar“ ist. So kann trotz eines optisch leeren 1. Quadranten bei diesem durchaus eine starke Betonung vorliegen. Es sei jedem astrologisch Interessierten nahe gelegt, die Betonung der Quadranten ernst zu nehmen, vor allem, wenn sich in einem bereits hervorgehobenen Quadranten auch noch die Sonne befindet. Die Sonne ist immer „das Verhalten“, damit „eine Engführung“, die alle Planeten passieren müssen. Eine deutlich wahrnehmbare Ausprägung der mit einem solchen Quadranten verbundenen Thematik liegt vor, wenn sein prozentualer „Betonungsanteil“ im Verhältnis Gesamtausprägung durch alle Quadranten bei 35-40% oder höher liegt.

Charakteristische, quadrantenspezifische Merkmale des Geburtsbildeigners:

1. Quadrant: Im Verhalten energisch (aggressiv) oder sachlich an Umständen der räumlich sichtbaren Umwelt orientiert. Wenig „Richtung aus sich“, dagegen bestimm- und irritierbar durch Außeneinflüsse. Oft fehlender Denk-Fühl-Filter. Niemals aktiv, sondern immer reaktiv.
2. Quadrant: Vom Empfinden gesteuert, erlebt sich in der E-Motion. Handeln entspringt unmittelbar der Person und ist immer stark subjektiv. Braucht zur Weiterentwicklung mehr als andere überpersönliche Regulative. Wie nirgendwo anders braucht das Seelische hier Raum!
3. Quadrant: Im Verhalten von Denkipulsen anderer beziehungsweise von deren physischer Präsenz motiviert. Oft ausleben einer Idee oder einer Orientierung bietenden Bildvorstellung. In der Regel sehr starkes Projektionsverhalten!
4. Quadrant: Verhalten, das nicht mehr in persönlichen Notwendigkeiten gründet. Man ist absichtslos, man lässt geschehen. Im Wesen oft unbewegt, abgehoben, entsubjektiviert. Man kennt den Himmel – und drückt sich zu oft um irdische Konsequenzen des eigenen Handelns.

Die drei Kreuze:

Die „drei Kreuze“ repräsentieren die Setzung, Sicherung und Verwertung der ursprünglichen „energetischen Impulsivität“ des Menschen.

Eine deutlich wahrnehmbare Ausprägung der mit einem Kreuz verbundenen Thematik liegt vor, wenn sein prozentualer Anteil an „energetischer Impulsivität“ im Verhältnis zur durch alle Kreuze repräsentierten Energetik bei 45-50% oder höher liegt.

Kardinal: Es geht um eine „These“, um das Setzen eines Impulses. Dieser ist im Widder auf konkret-räumliche Sichtbarkeit bezogen, im Krebs auf seelisches Befinden, in der Waage auf menschlich-geistige Begegnung und im Steinbock auf Mental-Überpersönliches.

Anders formuliert: Die Energie zielt zu Beginn des 1. Quadranten in den äußeren, konkreten Raum; zu Beginn des 2. Quadranten in den inneren seelischen Raum; im 3. Quadranten hinaus in den mitmenschlichen Raum (das „Nicht-Ich“); und im 4. Quadranten kehrt die Energie ein in den göttlichen (für den Menschen absichtlosen) Raum.

Eine Über- oder Unterbetonung der kardinalen Prinzipien bei der zu analysierenden Person lässt auf Grundsätzlichkeit des Seinsgefühls schließen, ebenso auf Handlungs- statt Reflexionsfähigkeit. Das Leben ist gestaltbar und will ohne Zwischentöne gelebt sein.

Fix: Hier wird der kardinal gesetzte Impuls gesichert. Es kommt zur „Antithese“. Im Stier wird also „reale Substanz“ gesichert, im Löwen wird das Empfinden dadurch gesichert, dass es als Emotion (er)lebbar wird (E-Motion = Bewegung nach außen). Im Skorpion entsteht der Drang, die Seele des anderen zu besitzen und zu gestalten (was prinzipiell nur in der Vorstellung möglich ist; daher entstehen beim Skorpion Machtwünsche als Resultat von Vorstellungsübertragungen). Im Wassermann wird das Überpersönliche zur Substanz, hier erlebbar als „höheres Selbst“.

Eine Über- oder Unterbetonung der sichernden Fixierung zeigt in der Regel eine starke Angst, natürliche Entwicklungen zuzulassen, da Veränderungen als Sicherheitsverlust interpretiert werden („sicher ist sicher“).

Labil: Zwillinge, Jungfrau, Schütze und Fische „verwerten“ die in den „fixierenden“ Zeichen betriebene Sicherung und Substanzialisierung der kardinalen Impulse. Damit verbunden ist bei der zu analysierenden Person die Fähigkeit der Anpassung und Flexibilität.

Eine Über- oder Unterbetonung steht einerseits für große Wandlungsfähigkeit. („Weil der Bambus biegsam ist, fürchtet er nicht den Sturm.“) Andererseits zeigt sich aber auch fehlende Kontinuität und Berechenbarkeit. Eine gewisse „Erdung“ vielleicht auch zuweilen eine „Diesseitigkeit“ muss herausgearbeitet werden.

Die drei Lebensebenen:

Die drei Lebensebenen repräsentieren die archaische, gegenwärtige und universelle Erfahrungsebene des Menschen.

Eine deutlich wahrnehmbare Ausprägung der mit einer Lebensebene verbundenen Thematik liegt vor, wenn ihr prozentualer Anteil an der durch alle Erfahrungsebenen repräsentierten Prägnanz bei 45-50% oder höher liegt.

Archaisch: Hier finden sich Analogien zu Mond, Wasser und Aszendent. Die unterste, tiefste, vergessene Erfahrungsebene ist die des Archaischen Menschen, die eine Betonung der ersten vier Tierkreisprinzipien haben, tragen den vorgeschichtlichen Menschen, das verlorene vergangene Paradies, aber nicht das Vergessene in sich. Sie sind unbewusst verbunden ... mit Atlantis ... und mit dem, was davor gewesen sein mag. Archaisch orientierte Menschen sind in der Regel Instinktwesen, gleichsam „verkleidete anonyme Wilde in der Zivilisation“. Wahrscheinlich würden sie absolut ehrlich sein, wenn jemand das „Geröll der Jahrtausende“ von ihrer archaischen Seele wegräumte. Diese Menschen könnten die Bewohner des von C.G. Jung beschriebenen „Schatten“ sein. Sie vernehmen Signale, die andere nicht hören können, weil der Weg hinter ihnen in die Tiefe gestürzt ist und es kein Zurück gibt.

Gegenwärtig: Hier finden sich Analogien zu Merkur, Erde und Sonne. Diese Erfahrungsebene ist die des Hier und Jetzt. Sie beinhaltet die Möglichkeit, „nach oben“ und „nach unten“ zu steigen, doch immer mit dem Zwang zur Rückkehr! Dieser Zwang wird allerdings von gegenwärtig orientierten Menschen selten als ein solcher empfunden. Sie wollen weder „oben“ noch „unten“, weder in der Vergangenheit noch in der Zukunft zu Hause sein. So tragen sie eine Ahnung von anderen Welten in sich, ohne diese je ganz erfahren zu können. Sie sind aber häufig das Sprachrohr dieser Welten im Hier und werden somit für weniger entwickelte Menschen Lehrer für kosmische Weisheit und selbst „Bindeglied“ zum Kosmos. Häufig haftet ihnen (als Resultat der unbewussten Ahnung eigener Unvollkommenheit und Endlichkeit) Zerrissenheit an, eine Art Weltschmerz, ein Gefühl, nicht aufrichtig sein zu können. Wenn sich diese Menschen auf die Tatsache besinnen, dass alle großen Religionen das Hier und Jetzt als den Ausgangspunkt aller Entwicklung betrachten, kommen ihre persönlichen Stärken besonders zur Geltung.

Universell: Hier finden sich Analogien zu Uranus, Luft und Medium Coeli. Von dieser höchsten möglichen Erfahrungsebene blickt den Menschen seine Zukunft an. Niemand war je wirklich dort, kaum jemand weiß genau, was ihn dort erwartet (die Erleuchteten einmal ausgenommen). Eine fernöstliche Weisheit lautet: „Nirwana ist dort, wo der Wind des Karmas nicht weht.“

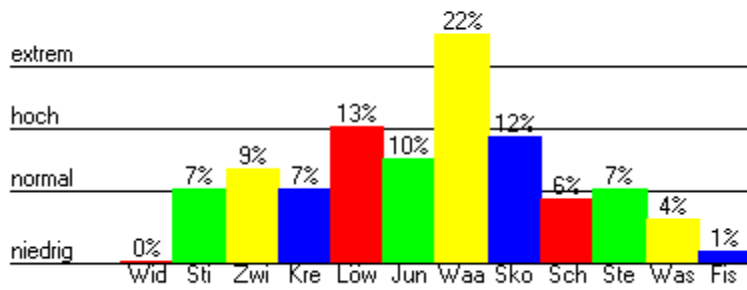
Wer aufgrund der Geburtsbildstruktur auf die universale Ebene festgelegt ist, muss immer versuchen, dem Neuen einen Platz zu erkämpfen („Begehrlich auf der brennenden Bahn seiner jungen Wünsche stürmend ...“ (Hermann Hesse). Menschen „universeller Prägung“ wirken oft entrückt, zu nichts und niemandem gehörig, zuweilen „ausgestoßen“. Auf eine geheimnisvolle Art wird an ihnen manchmal sichtbar, wie Extreme ineinander aufgehen können, wie paradox das Leben sein kann (solange man es nicht besser weiß). Sie gleichen den „Samanas“, indischen „Büßern“: Nicht alt noch jung, nahezu nackt, weltfremd und weltfeindlich, umgeben von Einsamkeit, die doch nicht schmerzt. „Hagere Schakale im Reich der Menschen.“ Sind sie archaisch, ohne es zu wissen?

Nutzen

Der Nutzen der Betrachtung von Lebensebenen ergibt sich aus der Bündelung der vielfältigen Lebensthemen zu astrologisch überschaubaren Einzelmerkmalen. Um eine thematische Bündelung der Vielfalt des Lebens zu erreichen, fasst die astrovitalis-Analyse inhaltlich zusammenhängende Bereiche des Geburtsbildes – zum Beispiel die Quadranten – zusammen und errechnet nach einem komplexen Schlüssel prozentuale Anteile der Prägung der Einzelbereiche im Verhältnis zu ihrer jeweiligen Gesamtprägung. Dabei werden viele Einzelmerkmale, wenn sie inhaltlich in die gleiche Richtung weisen, zu einer Aussage gebündelt. Wenn dadurch Über- oder Unterbetonungen bestimmter Merkmale sichtbar werden, so weist dies auf Besonderheiten beziehungsweise Normabweichungen innerhalb einer Lebensebene hin. Dies ist dann besonders zu beachten. Wenn also eine Lebensebene „prozentual kaum ausgeprägt ist“, so wird sie auch im Leben keine besondere Bedeutung haben – mit allen damit in Zusammenhang stehenden Vor- und Nachteilen. Umgekehrt gilt dies natürlich auch, wenn eine Lebensebene „prozentual stark ausgeprägt ist“.

Astrologie: Tierkreisanteile

Widder	0%	Waage	22%
Stier	7%	Skorpion	12%
Zwillinge	9%	Schütze	6%
Krebs	7%	Steinbock	7%
Löwe	13%	Wassermann	4%
Jungfrau	10%	Fische	1%



Informationen darüber, welche „Tierkreisanteile“ bei Menschen besonders ausgeprägt sind, sind für Fachleute im Hinblick auf die Bedürfnisstruktur der analysierten Personen interessant. Hier werden für Sachkundige die in den übrigen Profildbereichen ebenfalls in Worten beschriebenen Zusammenhänge in prozentualen Verhältnissen gezeigt.

Einleitung

Der Mensch nimmt das Leben als eine ihm zunächst unüberschaubare Vielfalt wahr. Schnell entsteht das Bedürfnis, diese Vielfalt zu katalogisieren, zu überblicken, zu verstehen. Das Gleiche gilt auch für das astrologische Geburtsbild, denn es spiegelt die Vielfalt des Lebens wider. Die Berechnung der individuellen Anteile eines Geburtsbildes an jedem einzelnen Tierkreisprinzip stellt eine Möglichkeit dar, viele unterschiedliche Merkmale auf zwölf Kategorien zu reduzieren beziehungsweise in diesen Kategorien wiederzufinden.

Hintergrund

Um die thematische Bündelung der Vielfalt des Lebens zu erreichen, fasst die astrovitalis-Analyse inhaltlich zusammenhängende Merkmale des Geburtsbildes zusammen und errechnet nach einem komplexen Schlüssel die prozentualen Anteile jedes einzelnen Tierkreisprinzips im Verhältnis zur Ganzheit aller anderen. Dabei werden viele Einzelmerkmale, wenn sie inhaltlich in die gleiche Richtung weisen, zu einer Aussage gebündelt. Tierkreisprinzipien sind eigentlich Lebensausformungen, in denen sich inhaltlich ähnelnde Strukturen auf körperlicher, seelischer, geistiger und spirituell-mentaler Ebene „abgelegt“ sind.

Wenn Über- oder Unterbetonungen von Tierkreisanteilen sichtbar werden, so weist dies auf Besonderheiten beziehungsweise Normabweichungen hin. Solche Tierkreisprinzipien sind dann besonders zu beachten. Ist also ein Tierkreisanteil prozentual kaum ausgeprägt, so wird er im Lebensvollzug fehlen, muss also innerhalb der bestehenden Möglichkeiten ausgebaut beziehungsweise wenigstens nicht weiter missachtet werden. Derartige Missachtung hat nämlich unangenehme Mangelerscheinungen – wie zum Beispiel ein Gefühl der Unvollständigkeit – zur Folge.

Umgekehrt ist es natürlich auch zu beachten, wenn ein Tierkreisanteil im Verhältnis zur Prägnanz aller anderen Tierkreise prozentual stark ausgeprägt ist. Dieser wird den Lebensvollzug dominant prägen und anderem wenig Raum lassen. Mit der Dominanz sind häufig auch Verdrängungsercheinungen verbunden, die den betroffenen Menschen zu einem Spezialisten mit verengter Wahrnehmung und verengtem Lebensgefühl machen und ihm wenig Erfahrungsbreite ermöglichen. Selbstverständlich ist es je nach Geburtsbild möglich, dass sehr unterschiedliche Tierkreisanteile gleichzeitig über- oder unterbetont sind. Dies dokumentiert dann genau die dadurch symbolisierte Widersprüchlichkeit im Wesen des Menschen, die im Laufe des Lebens überbrückt und „entspannt“ werden soll. Dies ist in der Regel eine große, lebenslange Herausforderung. Eine deutlich wahrnehmbare Ausprägung der mit dem Tierkreisprinzip verbundenen Thematik liegt vor, wenn der prozentuale Prägnanzanteil eines Tierkreises bezogen auf die Gesamtprägnanz aller Tierkreisanteile bei 15% oder höher liegt.

Nutzen

Da ein astrologisches Geburtsbild vielfache Entfaltung der Grundformen von zwölf Tierkreisprinzipien darstellt, ist es sinnvoll, im Umkehrverfahren diese Entfaltungsvielfalt auf ihre Grundform zu reduzieren. So ist es zum Beispiel eine wertvolle Information, dass in einem Geburtsbild das Waageprinzip stark ausgeprägt ist (man spricht dann von einer Waagebetonung), was sich in einem starken Bedürfnis nach Austausch und Ausgleich mit Menschen und Ideen zeigt. Es ist eine wertvolle Information vor allem dann, wenn gerade dieses Bedürfnis durch andere Faktoren eingeschränkt wird. Die Erfüllung dieses Bedürfnisses hat dann große Priorität – und diese wiederum wird besonders durch die Kenntnis der Waagebetonung sichtbar.

Astrologie: Sensitivpunkte

Tagesgeburt				Belegt von	
Glück	= AC + Mond	- Sonne	12° 07'	Wassermann	
Zukunft	= AC + Sonne	- Mond	16° 38'	Skorpion	Feld 6
Vater	= AC + Saturn	- Sonne	25° 54'	Waage	
Mutter	= AC + Mond	- Venus	18° 51'	Wassermann	
Kinder	= AC + Mond	- Jupiter	16° 05'	Widder	
Geschwister	= AC + Jupiter	- Saturn	28° 52'	Schütze	Venus, DC
Liebe	= AC + Venus	- Sonne	22° 38'	Zwilling	
Reisen	= AC + Merkur	- Mond	6° 19'	Schütze	
Wissen	= AC + Mond	- Merkur	22° 25'	Steinbock	
Kunst	= AC + Merkur	- Venus	25° 48'	Krebs	
Ruhm	= AC + Jupiter	- Sonne	25° 24'	Widder	
Erbschaft	= AC + Mond	- Saturn	15° 35'	Waage	
Prozesse	= AC + Mars	- Jupiter	6° 37'	Skorpion	
Krankheit	= AC + Mars	- Saturn	6° 07'	Stier	
Betrug	= AC + Neptun	- Sonne	23° 22'	Stier	
Handel	= AC + Mars	- Sonne	2° 39'	Jungfrau	
Okkultismus	= AC + Neptun	- Uranus	20° 28'	Löwe	
Astrologie	= AC + Merkur	- Uranus	16° 09'	Waage	

Orbis $\pm 2^\circ$

Die Liste der „Sensitivpunkte“ zeigt dem astrologischen Kenner, wo in ihrer Anlage und in ihrem aktuellen Leben bei der Person, für die das Profil erstellt wurde, besondere „neuralgische“ oder „förderungswürdige“ Bereiche liegen können. Diese hier in Zahlen gegebenen Erkenntnisse gehen in die Informationen und Tipps der anderen Profilbereiche ein und werden dort in auch für Nicht-astrologen verständliche Sprache übersetzt.

Einleitung

Die Sensitivpunkte (auch „Glückspunkte“ oder „arabische Punkte“ genannt) ergeben sich durch überlieferte Berechnungen von Achsen- und Planetenstellungen. Die sich aus den rechnerischen Verhältnissen ergebenden Gradzahlen im Tierkreis gelten als „sensitive Punkte“, durch die deutlicher bestimmte Lebensthemen zum Tragen kommen. Steht auf einem dieser Punkte ein Planet, so wird dieser in Beziehung zu dem jeweiligen Lebensthema gesetzt und die entstandene Kombination gedeutet. Beispiel: Der Punkt für Liebe ergibt sich, indem die Gradzahl der Venus im Geburtsbild zur Gradzahl des Aszendenten addiert und davon die Gradzahl der Sonne subtrahiert wird. Steht auf der sich dadurch neu ergebenden Gradzahl ein Planet, zum Beispiel Pluto, so kann dies zum Beispiel als tiefe Inbrünstigkeit, Leidenschaftlichkeit und eine gewisse Lust am Liebes-schmerz interpretiert werden. Das Motto wäre: „Love is a battlefield.“

Hinweis zur Berechnung: Tag- und Nachtgeburten werden bei diesem Verfahren selbstverständlich prinzipiell berücksichtigt, indem der Vorgang der Subtraktion und Addition der Gradzahlen jeweils „umgekehrt“ erfolgt.

Hintergrund

Wenn man davon ausgeht, dass es im Tierkreis beziehungsweise im individuellen Geburtsbild Punkte gibt, die eine besondere Thematik oder Wirkungsform symbolisieren, so kann man diese in Beziehung zu Planeten setzen. Wenn es im Tierkreis „Themenabschnitte“ gibt, so werden diese sich besonders deutlich dann zeigen, wenn Planeten oder Achsen in diesen Abschnittsbereichen stehen.

Beispiel: Wenn im Themenbereich „Eltern“ der Planet Saturn steht, so haben oder hatten aus der Sicht des Geburtsbildinhabers dessen Eltern saturnische Züge. Anders formuliert: Der Planet Saturn bekommt neben allen anderen Bedeutungen in diesem Geburtsbild zusätzlich einen besonderen Bezug zu den Eltern der zu analysierenden Person.

Nutzen

Der Nutzen der Betrachtung von Sensitivpunkten liegt in der Differenzierung und Individualisierung des Geburtsbildes. Zudem sind sie „ein Tor“ in eine symbolisch-magische Gedankenwelt, die in der modernen, wissenschaftlich ausgerichteten Welt zu Unrecht in Vergessenheit geraten ist. Sensitivpunkte können wertvolle gedankliche Anstöße geben, die sich in dieser Form auf anderen Wegen nicht finden.

Medizin: Inhalt

Erläuterungen	32
Risikobereiche	35
Symptombilder	37
Bachblütenanalyse	41
Homöopathie	44

Medizin: Erläuterungen

Im Bereich „Medizin“ sind die individuellen astromedizinischen Informationen dieses Profil zusammengestellt. Zu den einzelnen Unterbereichen finden Sie einleitende Informationen, wichtige Hintergrunddarstellungen 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 Symptomssprache“, verstehen aber nicht die Bedeutung – und schon gar nicht ihren für sie individuellen Sinn. Und offenbar spricht solche rein „schulmedizinische Symptomssprache“ 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: Ursachenforschung 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 multi-kausalen 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 anezogenen 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 „anezogen“. 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: Risikobereiche

Das durchschnittliche Erkrankungsrisiko beträgt 28%.

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

Erkrankungsneigung unauffällig: 23,6%

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

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

Erkrankungsneigung ausgeprägt: 43,6%

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

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

Erkrankungsneigung leicht erhöht: 26,0%

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

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

Erkrankungsneigung unauffällig: 20,4%

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

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

Die Aufstellung der „Risikobereiche“ gibt Beraterinnen und Beratern, aber auch den analysierten Personen einen Überblick über mögliche Anfälligkeiten und Gefahrenbereiche. Prozentangaben zeigen, ob eine Disposition besonders ausgeprägt ist oder nicht. Hier werden Tendenzen thematisiert – deren konkrete körperliche Manifestation aber selbstverständlich von den sonstigen Rahmenbedingungen abhängt, die das vorliegende Gesamtprofil beschreibt.

Einleitung

Probleme können sich aus astromedizinischer Sicht nur zu körperlichen Symptomen verdichten, wenn erstens ein Bezug zum 1. Quadranten des Geburtsbildes seitens der verantwortlichen Konstellationen besteht.

Zweitens ist in Anlehnung an die indische Ayurveda-Medizin zu berücksichtigen, dass die Elementverteilung eines Geburtsbildes ein äußerst wichtiger Indikator für die Neigung ist, bestimmte Organ- und Körperbereiche als „Angriffsfläche für Symptome“ zu bevorzugen. (Die „Elemente“ bieten dem Ayurveda-Mediziner Aussagemöglichkeiten ähnlich denen der Humoralpathologie (Lehre von der Zusammensetzung und Beschaffenheit der Körpersäfte).

Und drittens ist die Gesamtausprägung der Elemente oft „das Zünglein an der Waage“, die abwägt, ob somatisiert wird oder nicht.

Der von den astrovitalis-Analysen ermittelte jeweilige Risikofaktor ist durch Hunderte praktischer Erfahrungen inhaltlich bestätigt worden. Dennoch sollte er nur als Annäherungswert verstanden werden, denn eine einzige zu einem späteren Zeitpunkt ausgelöste Konstellation kann die Grundkonstellation überlagern.

Hintergrund

Die Verteilung der Elemente in einem Geburtsbild ist für die Benennung der Risikobereiche von großer Bedeutung, allerdings nur dann, wenn die einzelnen Elemente große Abweichungen vom Durchschnittswert nach oben oder unten aufweisen. Jedes einzelne Element repräsentiert drei Tierkreisprinzipien beziehungsweise ein Viertel des Tierkreises. Es fasst also ein riesiges Lebensgebiet zusammen. Über- oder Unterbetonungen erfassen somit ebenfalls weite Teile des Lebens, auch auf der körperlichen Ebene. Diese wiederum wird vom 1. Quadranten des Geburtsbildes repräsentiert. Daher ist dieser Quadrant für alle astromedizinischen Aussagen von großer Bedeutung und sein individueller Anteil fließt in die astrovitalis-Analyse der Risikobereiche mit ein.

Eine deutlich wahrnehmbare Ausprägung der mit dem Organ- und Körperbereich verbundenen Symptomatik liegt vor, wenn der prozentuale Anteil einer Quadrantenprägnanz bei 35-40% an der Gesamtprägnanz aller Quadranten liegt.

Nutzen

Die Ermittlung der Risikobereiche ermöglicht es, eine grundsätzliche Vorab einschätzung bezüglich gefährdeter Körper- und Organbereiche vorzunehmen. Die entsprechenden Informationen helfen, vorbeugend zu handeln und absehbare oder bereits vorhandene Defizite beziehungsweise Erkrankungen ernst zu nehmen. Zudem ermöglicht es die Analyse der Risikobereiche, Symptomverschiebungen schneller auf die Spur zu kommen.

Beispiel: Nach Entfernung der Gallenblase aufgrund massiver Steinbildung tauchen Anzeichen von Rheuma auf. Beide Symptombereiche gehen auf inhaltlich sehr ähnliche und damit in Verbindung stehende Faktoren zurück. Die Verschiebung dokumentiert, dass mit der Entfernung der Gallenblase weder die eigentliche Ursache für die Steine noch eine Lösung für das eigentliche Problem gefunden wurde.

Medizin: Symptombilder

DER LANGE WEG ZUM GLÜCK

Saturn / Merkur

Symptome:

allg. Lungenleiden, allgemeine Abwehrschwäche (daher sehr wahrscheinlich bei Aids beteiligt), Blindheit Morbus Crohn, Blutleere (anämische Tendenzen), Bronchialleiden, ebenso krankhafte Veränderungen im Auge (Netzhautablösung etc.), Entzündungsneigung aus Abwehrschwäche, fehlendes Ohrschmalz sowie Ohrverkrustungen, Gehörschäden, Herpes labialis, Kurzsichtigkeit, Lympherkkrankungen z.B. Lymphome (auch Staus oder Schwäche), Morbus Cushing, Neigung zu Hypochondrie sowie Anlage zu Lichtempfindlichkeit, neural bedingte Dünndarmstörungen, Nervenblockierungen, Stimmbänderkrankungen, Störungen der Blutzellenbildung im Knochenmark, Verdauungsstörungen aller Art und Neigung zu Hypochondrie, Verstopfungen, wahrscheinlich beteiligt bei Einkoten im vorpubertären Alter (schwere seelische

Ursachen:

Gefühl und Vermutung, von der Mutter abgelehnt zu werden/ worden zu sein. Zu frühes „Verstehen-Wollen“ der Umweltvorgänge. Mangel an gefühlsmäßiger Zuwendung in den ersten Lebensmonaten und -jahren. Häufiger Wechsel wichtiger Bezugspersonen. Lebensgefühl: „Nur Denken rettet mich!“

Lösungen:

Lernen, den eigenen Gefühlen zu vertrauen und auch denen anderer. Nicht alle Entscheidungen „mit dem Kopf“ treffen. Lebensgefühl: „Der Verstand ist nur dazu da, seine eigenen Grenzen zu erkennen.“ Die allgemeine Skepsis gegenüber dem Leben abbauen.

DAS LEBEN FINDET IMMER WEGE

Uranus / Sonne

Symptome:

alle nervös bedingten Kreislaufstörungen, allgemein Risiko der Nerven- und sog. Geisteserkrankungen (im Extremfall Schizophrenie), dünnes Blut, Dystress oder Eustress, ev. Disposition zu Querschnittslähmung sowie Schockwirkungen auf Rückgrat, Gastritis aufgrund von Nerventstress, Herpes labialis, Herzinfarkt, innere Unruhe führt zu erhöhter Unfallneigung, manchmal Erstickungsgefühle und Beengungspsychosen, manchmal Parkinson Krankheit, neural bedingter Durchfall, nervöse Hautstörungen, niedriger Blutdruck, Schilddrüsenüber- und/ oder -unterfunktion, sog. 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.

AM ANFANG WAR DAS WORT

Neptun / Merkur

Symptome:

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

Ursachen:

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

Lösungen:

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

ICH WEISS ES GENAU

Pluto / Merkur

Symptome:

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

Ursachen:

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

Lösungen:

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

VERSUCHUNG UND LÄUTERUNG

Pluto / Mond

Symptome:

auch gutartige Geschwülste, Blasenerkrankungen, Bluterkrankungen (krankhafte Veränderungen der Zusammensetzung), Brustdrüsenvergrößerungen, Erkrankungen der Stirnhöhlen, häufig eine laufende Nase, Hirntumoren, Magenerkrankungen (auch Teilentfernungen), manchmal Migräne, Neigung zu Schizophrenie (bei erblicher Belastung), oft schwerer oder tiefer Schlaf, Seheinschränkungen eher links, Seheinschränkungen oder Blindheit

Ursachen:

Sehr dominante Eltern (oft die Mutter, bei Männern eventuell auch der Vater). Das entsprechende dominante Elternteil wird oft „schicksalhaft bestimmend“. Es zeigt sich eine zwanghafte Unterdrückung der Gefühle bei gleichzeitiger Anheizung der unterdrückten Gefühle über Vorstellungsbilder. Lebensgefühl: Inbrünstige Leidenschaft (gelebt oder unterdrückt). Machtkämpfe entscheiden über Glück oder Unglück im Leben.

Lösungen:

Lernen, sich nicht unterschwellig weiter „übermachen“ zu lassen und andere nicht unterschwellig zu beeinflussen. Dem oft vorhandenen unbewussten Todeswunsch den positiven Lebensantrieb entgegensetzen lernen.

ZUVIEL IST NOCH ZU WENIG

Jupiter / Sonne

Symptome:

Leber- und Gallenleiden häufig aufgrund von übermäßiger Nahrungsaufnahme, oft mangelnder Gesundheitswille bei gleichzeitig ausgeprägtem Soforthilfeanspruch, Stoffwechselstörungen, will (subjektiv empfunden) oft höhere Dosierung der Arznei

Ursachen:

Über- oder Unterbetonung des geistigen Lebens in der Familie. Häufig übertrieben luxuriöse Lebensgestaltung seitens des Vaters. Lebensgefühl: „Ich lebe in hohlem Überfluss; ich suche sinnlos oder halbherzig nach Gründen für meine Existenz.“

Lösungen:

Lernen, sich zurückzunehmen, „sich zu reduzieren“. Nicht jeden selbst gewählten oder auferlegten Verzicht als eklatanten Mangel erleben.

DIE SONNE UND DER MOND

Sonne / Mond

Symptome:

allgemeine Krankheitsanfälligkeit wenn unbewusste Persönlichkeitsanteile plötzlich das Bewusstsein überschwemmen, Augenleiden, Störungen des Flüssigkeitshaushaltes

Ursachen:

Eventuell generell unklares Verhältnis der Eltern zueinander und/ oder zum Kind. Dieses hat das jeweilige Elternteil oftmals nicht als eindeutig männlich beziehungsweise weiblich identifizieren können. Lebensgefühl: „Ich möchte vieles klarer voneinander trennen können.“

Lösungen:

Lernen, Gegensätze zuzulassen und in jedem Lebensbereich herauszuarbeiten.

Die „Symptombilder“ sind ein einzigartiges diagnostische 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) zusätzlich körperlich in Erscheinung treten können (astrologische Bedingung hierfür: wenn sie einen indirekten oder direkten Bezug zum 1. Quadranten – der körperlichen Ebene – haben. Die gelisteten Symptombilder stellen dann die Gesamtheit der astrologisch nachweisbaren potenziellen Erkrankungsformen des Geburtsbildeigners dar. Selbstverständlich leidet kein Mensch an allen Erkrankungen, zu denen 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
Vine	Saturn / Mars	Aggressionen aus Angst; Energieblockaden; ständige Anspannungen. Lösung: Lernen, dass die Welt nicht nur aus Gegnern besteht. Selbstwert nicht nur über erbrachte Leistung definieren. Entspannungsübungen bringen Erleichterung. Zorn niemals zu lange unterdrücken.
Hornbeam	Saturn / Zwillingsmerkur	Abweisungserlebnis; rein intellektuelles Denken stark betont; kalkulierend. Lösung: Gefühlen bewusst mehr Platz im Leben einräumen. Die Grenzen des Verstandes akzeptieren. Skeptische Grundhaltung zu Gunsten einer entspannt ganzheitlichen Haltung aufgeben.
Oak	Saturn / Sonne	Erschöpfungszustände; Vaterproblematik; zu leistungsorientiert. Lösung: Lernen, sich zu entspannen, Sympathikus herunterfahren. Arbeiten, um zu leben – nicht leben, um zu arbeiten. Beziehung zum Vater und zu Vaterfiguren klären. Eigene Großzügigkeit entdecken.
Willow	Saturn / Uranus	Verzweiflungsgefühle; „aus der Form springen wollen“; Harmoniesucht. Lösung: Lernen, die Unvereinbarkeit von Gedanken und Gefühlen als gegeben hinzunehmen, Widersprüche gehören zum Leben. Konflikten nicht aus dem Weg gehen, nur um positivistisch zu sein.
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.
Olive	Neptun / Mars	Energie- und Reaktionslähmung; verdrängte Aggression; Antriebslosigkeit. Lösung: Lernen, immer möglichst schnell handlungsfähig zu sein, ohne in Aktionismus zu verfallen. Aggressionen nicht vertuschen. Selbstmotivation trainieren. Mit Energien haushalten.
Centaury	Neptun / Jungfraumerkur	Vernunftsverluste; Gefühl des Ausgenutztwerdens; inneres Geducktsein. Lösung: Aufmerksamkeit auch auf Äußerlichkeiten richten. Die Opferrolle und entsprechende Verhaltensweisen ablegen. Sich mehr zutrauen und lernen, das eigene Innere anderen offener zu zeigen.
Wh. Chestnut	Pluto / Zwillingsmerkur	Zwanghaftes Denken; Kopfmensch; Reifeunterschied zwischen Denken und Fühlen. Lösung: Den Verstand in seine Grenzen weisen, um intellektuellem Extremismus vorzubeugen. Lernen, die Entscheidungskompetenz in wichtigen Lebensbereichen, wenn nötig, ins Empfinden verlagern zu können.
Cherry Plum	Pluto / Mond	Schmerzhafte Verlustangst; unbewusster Todeswunsch; Kurzschlusshandlungen. Lösung: Lernen, die inneren Untiefen nicht als Fluch, sondern als Reichtum zu verstehen. Sich dem Leben zuwenden. In seelischer Not nicht die rationalen Fähigkeiten des Verstandes vergessen.

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 schnelle Informationsquelle. Andere Leserinnen und Leser des Profils finden hier Themen und Stoff für Gespräche mit ganzheitlich orientierten Medizinerinnen 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 Bachblütentherapie 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 astropsychologischen Hintergrund der jeweiligen Bachblüte erfahren wollen, so finden Sie Informationen in den psychologischen Texten zu den jeweils zur Bachblüte analogen Konstellationen.

Medizin: Homöopathie

Saturn / Mars

Homöopathika

1. Nux-vomica
2. Lycopodium
3. Tuberculinum
4. Chamomilla
5. Hepar-sulfuris

Darstellung

Energiestau, Aggression, Energie fixiert auf Widerstände, Kämpfen, „muss stark sein“, Angst schwach zu sein, Heiligung des Leistungsprinzips, Konkurrenzhaltung, „sich durchboxen müssen“, Entspannung ist Erschöpfung, lethargisch, kritisch, unzufrieden, nörgelig.

Repertorisation

- SR 185 widerspenstig
- SR 653 Reizbarkeit
- SR 630 fleißig
- SR 24 Ehrgeiz
- SR 1055 heftig
- SR 398 diktatorisch
- SR 631 Anspannung, innerlich

Saturn / Zwillingenmerkur

Homöopathika

1. Lycopodium
2. Silicea
3. Sulfur
4. Sepia

Darstellung

Intellekt als Grundlage – klassischer Denktyp, Abweisungserlebnis, mangelndes Urvertrauen, Abwehrhaltung, Erlebnissperre, Lebensskepsis, unentwickelte Emotionalität – überentwickelte Rationalität, Zeigen verbaler Fähigkeiten, leidenschaftslos, blutleer.

Repertorisation

- SR 824 Verstandeskraft gesteigert
- SR 1097 Verlangen nach geistiger Arbeit
- SR 997 Theoretisieren
- SR 186 Abneigung gegen Unterhaltung
- SR 713 geschwätzig
- SR 1 abweisende Stimmung
- SR 50 einsilbig
- SR 414 Skepsis
- SR 794 Pessimist
- SR 159 hält sich für einen Versager
- SR 53 Prüfungsangst
- SR 712 Verlangen nach guter Meinung anderer
- SR 786 sachlich, nüchtern

Saturn / Sonne

Homöopathika

1. Kalium-carbonicum
2. Arsenicum
3. Ambra
4. Kalium-sulfuricum
5. Nux-vomica
6. Aurum
7. Carcinosinum
8. Argentum-metallicum

Darstellung

Leistungsbewusstsein, Verlangen nach Anerkennung, zu früh selbstständig, Überkorrektheit, sympatiktone Überdrehung, „Hab-Acht-Stellung“, Bestrafungsangst, Kontakt zu seiner Lebenskraft verloren, festgefahren, versteinert, erstarrt, verbittert, mürrisch, gleichgültig gegen Freude, frühzeitiges Altern.

Repertorisation

- SR 630 fleißig, Arbeitswut
- SR 117 Verlangen nach Geschäften
- SR 118 erschöpfter Geschäftsmann
- SR 906 empfindlich gegen Verweis
- SR 22 empfindlich gegen Tadel
- SR 498 Furcht vor Prüfungen
- SR 908 ernst
- SR 21 Demütigung, Kränkung (der eigenen Würde)
- SR 631 innere Anspannung
- SR 617 gleichgültig gegen Freuden
- SR 438 verbittert
- SR 764 mürrisch
- SR 103 Abneigung gegen die eigenen Kinder
- SR 618 gleichgültig gegen das eigene Leben
- SR 395 vorzeitiges Altern

Saturn / Uranus

Homöopathika

1. Anacardium
2. Naja-tripudians
3. Causticum
4. Cicuta-virosa
5. Nitricum-acidum
6. Lac-caninum

Darstellung

Zerissenheit, zwei Seelen in der Brust, Held, Rebell, Anarchist, Revolutionär, Konfliktaversion, Suche nach Harmonie, der „einsame Wolf“, Beziehungslosigkeit, Menschenfreund und Menschenfeind, manisch-depressiv.

Repertorisation

- SR 53 Widerstreit mit sich selbst
- SR 1095 zwei Willen
- SR 1094 widersprüchlicher Wille
- SR 829 Revolutionär
- SR 829 Anarchist
- SR 633 Unerträglichkeit von Ungerechtigkeit
- SR 572 Hochmut, über den Dingen stehen
- SR 573 steif und anmaßend
- SR 412 Widerwillen gegen sich selbst
- SR 809 streitsüchtig mit sich selbst
- SR 182 verächtlich mit sich selbst
- SR 144 Einsamkeit, Abneigung, in Gesellschaft zu sein
- SR 744 Misanthropie

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, Vereinzelung, 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 / Mars

Homöopathika

1. Calcium-carbonicum
2. Calcium-silicata
3. Barium-carbonicum
4. Graphites
5. Silicea
6. Kalium-phosphoricum
7. Sulfur

Darstellung

Kosmische Energie, Auflösung von Energie, Antriebsschwäche, Wehrlosigkeit, Medialität, charismatische Ausstrahlung, Realitätsprobleme, verdrängte Aggression, Selbstbestrafung, Versagensangst.

Repertorisation

- SR 1095 Willensschwäche, Antriebsschwäche
- SR 409 entmutigt mit Unentschlossenheit
- SR 624 Faulheit
- SR 630 Faulheit, arbeitet gut sobald angefangen
- SR 629 schiebt Arbeit auf
- SR 693 Schwäche
- SR 733 Schwäche wie durch Schläfrigkeit
- SR 1094 Verlust des Willens
- SR 632 Mangel an Initiative
- SR 282 Versagensangst
- SR 793 geduldig, wehrlos
- SR 729 Schwäche, angenehme
- SR 469 erotische Fantasien
- SR 694 lasziv mit Impotenz
- SR 719 Perversität
- SR 966 Betäubung wie im Rausch (Suchten)

Neptun / Jungfraumerkur

Homöopathika

1. Nux-moschata
2. Helleborus
3. Cenchrus
4. Alumina
5. Clematis
6. Natrium-chloratum
7. Sulfur

Darstellung

Aufmerksamkeit, Wachheit, Tagtraum, Unvernunft, Vernachlässigung, Versagensangst, kann sich nicht anpassen, „Panorama“ (vollständige Wachheit), nichts entgeht, bleibt an nichts hängen.

Repertorisation

- SR 6 geistesabwesend
- SR 3 zerstreut, verträumt
- SR 415 wie im Traum
- SR 415 wie in einem schönen Traum
- SR 415 Flucht in Traumwelt
- SR 11 verliert die Anpassungsfähigkeit
- SR 1053 Unvernunft
- SR 784 vernachlässigt Wichtiges
- SR 784 vernachlässigt sein Geschäft
- SR 159 hält sich für einen Versager
- SR 154 aktive Konzentration

Pluto / Zwillingssmerkur

Homöopathika

1. Veratrum-album
2. Lachesis
3. Sulfur
4. Valeriana
5. Platina

Darstellung

Rationalität, Wissen ist Macht, zwanghaftes Denken, Grübeln, Propaganda, Demagogie, Orientierung im Geistigen.

Repertorisation

- SR 1006 Gedanken hartnäckig
- SR 1010 zwanghafte Gedanken
- SR 1004 Gedanken drängen sich auf
- SR 1009 tiefe Gedanken
- SR 115 Grübeln
- SR 438 redegewandt
- SR 411 Verlangen, zu diskutieren
- SR 144 mitteilksam
- SR 633 Neugierde
- SR 713 Geschwätzigkeit
- SR 115 Großsprecher

Pluto / Mond

Homöopathika

1. Lac-caninum
2. Lachesis
3. Vipera
4. Mercurius
5. Hyoscyamus
6. Cuprum
7. Hura-brasiliensis
8. Camphora
9. Nitricum-acidum

Darstellung

Seelische Macht, inbrünstige Leidenschaft, unterschwellige Einflussnahme, Liebeskummer, Hass, Eifersucht, Verlustangst, Todeswunsch, Misshandlung, Prinzip der Verbundenheit, feste Zweisamkeit.

Repertorisation

- SR 398 machtliebend
- SR 398 Befehlston
- SR 398 herrschsüchtig
- SR 190 Grausamkeit
- SR 1057 Gewalttaten durch Wut
- SR 570 Hass
- SR 719 Eifersucht
- SR 793 Leidenschaft
- SR 982 beeinflussbar
- SR 546 Verlassenheit, Verlassensangst
- SR 719 Eifersucht mit Zorn, enttäuschte Liebe
- SR 719 liebeskrank
- SR 720 Selbstmordneigung durch enttäuschte Liebe
- SR 196 Todeswunsch
- SR 141 wünscht, Kinder zu zeugen und zu haben

Homöopathisch und ganzheitlich praktizierende Beraterinnen und Berater finden hier eine schnell zugängliche Quelle für patientenspezifisch geeignete Homöopathika sowie jeweils ein Repetitorium 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 Repetitorium, 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 „Repetorium 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 Repetitorium“) 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	56
Typologie	58
Grundstruktur	63
Basisprofil	65
Aufgabenprofil	69
Lösungsprofil	75
Sabische Symbole	93
Halbsummen	95
Pyramidenpunkte	97
Stichworte	100

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 Hintergrunddarstellungen 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 Symptomatikern 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, Ärzten, 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 20-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 zu Ernährung, Diäten, Sportarten und so weiter auszuprobieren, die dem Persönlichkeitsprofil entsprechen, mit dem man sich generell oder auch zu einer bestimmten Zeit (siehe die astrovitalis-Zeitqualitäts-

analyse) 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: Typologie

Frühkindliche Phase:

Spät-oral/ ödipale Phase, 2. und ab 5. Jahr (Prägung 1 von 2)

entspr. Impuls:

Fremdumdrehend und zentrifugal. Verlust-/ Festlegungsängste

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

- Charaktertyp: Depressiv + Hysterisch (Prägung 2 von 3)
- Funktionstyp: Denktyp mit verdrängtem Fühlen (Prägung 3 von 12)

Die Fließrichtung der psychischen Energie des Typus neigt zur Einstellung: Extravertiert (Prägung 3 von 3)

Die „Typologie“ richtet sich an alle, die sich mittels eines schnellen Überblicks orientieren wollen, in welchem anlagebedingten prozentualen Mischungsverhältnis allgemeine psychologische Typen den speziellen Typus der Person prägen, für die das Profil erstellt wurde. Solchen typischen Zügen und Aspekten wird selbstverständlich in den anderen Profiltellen des Bereichs Psychologie ein genauere und differenzierterer Hintergrund gegeben.

Einleitung

Die astrovitalis-Typologie fasst die umfangreichen astrologischen diagnostischen Verfahren (Analyse der Elementen- und Quadrantenverteilung sowie Tierkreisanteile) in knapp gebündelter Aussageform zusammen und überträgt diese in die heute bewährten psychologischen Typologie-Modelle nach C.G. Jung und Fritz Riemann.

Hintergrund

Zu den Entsprechungsverhältnissen zwischen astrologischer und psychologischer Typologie im Rahmen der astrovitalis-Analysen:

Die frühkindlichen Phasen:

Der „oralen Phase“ (ca. 1. Lebensjahr) entsprechen der 1. Quadrant und das Feuer; der „spät-orale Phase“ (ca. 2. Lebensjahr) entsprechen der 3. Quadrant und das Wasser, der „analen Phase“ (ca. 3. + 4. Lebensjahr) entsprechen der 2. Quadrant und die Erde und der „ödipalen Phase“ (ca. ab 5. Lebensjahr) entsprechen der 4. Quadrant und die Luft. Bezüglich der Intensitätsstufen und der Prozentanteile der Prägung einer Phase im Verhältnis zur Prägung aller Phasen gilt im Prinzip das Gleiche wie für die Charaktertypen.

Die Charaktertypen nach Fritz Riemann:

Der „Schizoide“ wird dem 1. Quadranten und dem Feuer, der „Zwanghafte“ dem 2. Quadranten und der Erde, der „Depressive“ dem 3. Quadranten und dem Wasser und der „Hysterische“ dem 4. Quadranten und der Luft zugeordnet. Es müssen also entweder das entsprechende Element oder der entsprechende Quadrant oder beide ausgeprägt sein, um eine typologische Aussage zuzulassen. Jeder Charaktertyp wird in sechs Intensitätsstufen unterteilt. Auf der niedrigsten Stufe müssen bei der Elementen-Quadrantenkombination beide Merkmale > 16% sein oder eines der beiden Merkmale > 33%. Für hohe Ausprägungen müssen beide Merkmale – also nicht allein das Element oder der Quadrant – betont sein, im stärksten messbaren Falle beide > 30%. Im Gegensatz zu den Funktionstypen C.G. Jungs sind Charaktertypen kombinationsfähig.

Die Funktionstypen nach C.G. Jung:

Der „Intuitionstyp“ entspricht dem Feuer, der „Denktyp“ entspricht der Luft, der „Realtyp“ entspricht der Erde und der „Fühltyp“ entspricht dem Wasser. Da nach Jung die Primärfunktion (Hauptfunktion) eine verdrängte unbewusste Gegenfunktion bedingt, muss eine astrologische Auswertung auf der entsprechenden Über- und Unterbetonung der Elemente basieren, die den sich ausschließenden Funktionstypen entsprechen. Sich wechselseitig ausschließende Funktionstypen sind einerseits der Denk- und Fühltyp, andererseits der Real- und der Intuitionstyp. Daher schließen sich Luft und Wasser sowie Erde und Feuer innerhalb der astropsychologischen Typologie aus (sonst wäre Erde der größte energetische Gegensatz zu Luft und Wasser der zu Feuer).

Beispiele:

Der Fühltypus ergibt sich nicht nur durch Wasserbetonung, es muss gleichzeitig auch sehr wenig Luft im Geburtsbild sein – was beim Fühltyp auf verdrängten Denkfunktionen verweist.

Sehr wenig Feuer lässt auf eine verdrängte Intuitionsfunktion und damit auf die Realfunktion als die Hauptfunktion schließen.

Jeder Funktionstyp wird je nach Ausprägung in zwölf Intensitätsstufen unterteilt. Dabei erhöht sich der Prozentanteil des Elementes, welches die Hauptfunktion symbolisiert, stetig, während gleichzeitig der Prozentanteil des Elementes, das die verdrängte Funktion symbolisiert, fällt. Die niedrigste Ausprägung wird gemessen ab > 27% eines Elementes und < 19% des korrespondierenden unterdrückten Elementes, die stärkste Ausprägung ist bei > 50% eines Elementes und < 4% des korrespondierenden unterdrückten Elementes erreicht.

Die astropsychologischen Profile:

Durch entsprechende Zuordnungen entstehen also die astropsychologischen Profile:

Der Schizoide:

Bezug zur „oralen Phase“ (1. Lebensjahr). Zart-sensible oder triebhafte Anlage. Kind enttäuschte die Wunschvorstellungen der Eltern, besonders die der Mutter. Es entstand eine Distanz zur

Umwelt, die unheimlich, unzuverlässig, leer oder überschwemmend und übertoll mit Reizen war. In der Regel ein Mangel an liebevoller Zuwendung oder auch Reizüberangebot in der frühen Kindheit. Oftmals vor allem bei gleichzeitiger Stierbetonung eine subjektiv als zu kurz empfundene Stillphase.

Daher: Reifeunterschied zwischen betonter Rationalität und unterentwickelter Emotionalität. Neigt wenig zu Schuldgefühlen. Kann gut altern. Atheistische Haltung bei gleichzeitiger Selbstvergötterung. Oft Hautstörungen, da Haut abgrenzendes Organ. Will unabhängig sein, weiß wenig über Mitmenschen. Erfahrungslücken. Eventuell extreme sexuelle Probleme. Fehlende Mitteltöne im Verhalten. Zweifel am Geliebtwerden. Hassgefühle bei emotionaler Bedrohung. Braucht viel gleichmäßige Zuwendungen, um seine Kontaktlücken zu schließen.

Der Depressive:

Bezug zur „spät-oralen Phase“ (2. Lebensjahr). Gemütshafte oder gefühlswarme Anlage. Verwöhnung durch die Mutter, die das Kind wegen eigener Liebesbedürftigkeit nicht loslässt. Erziehung durch Erwecken von Schuldgefühlen und Vitalitätserstickung. Zu frühe Anpassung an harte Lebensrealität ohne Entwicklung persönlicher Eigenständigkeit. Versagungen der Mutter führen zu Resignation und Zukunftsängsten. Die Mondstellung ist besonders zu beachten!

Daher: latente Schuldgefühle, wenn man erwachsen werden will. Bleibt oft in Identifikation mit dem „Du“ stecken. Will immer geliebt sein. Fühlt sich immer für andere verantwortlich. Zuweilen betont religiös (Ersatz). Demut als Schutzreflex gegenüber Hassgefühlen. Gehemmtheit im Zugreifen. Kann nicht „Nein“ sagen aus Verlustangst. Vermeidet Verlustangst durch Abhängigkeiten. Wehleidigkeit als Aggressionsform. Suizidneigungen sind oft Mordtendenzen gegen Mutter und zugleich Selbstbestrafung für derartige Empfindungen.

Der Zwanghafte:

Bezug zur „anal Phase“ (3. und 4. Lebensjahr). Motorische, eventuell aggressive Anlage, expansiv, eigenständig. Frühe Hemmung oder Drosselung dieser Impulse, Bestrafung lebendiger Ausdrucksformen beim Kind. Häufig körperliche Bestrafungen. Reflexartiges Unterbinden subjektiver Bedürfnisse. Urzweifel: „Darf ich oder darf ich nicht“. Dieser wird später als Schutz vor der eigenen Spontaneität missbraucht. Aufgesetzte Verhaltensweisen, um Lob zu bekommen.

Daher: überwertiges Sichern und Regeln des Lebens. Wenig Vertrauen in natürliche Entwicklungen. Machtausübung soll Sicherheit bringen. Starker Verdrängungsmechanismus. Daher Neptunstellungen beachten. Ständiges Sichzusammenreißen. Angst vor Risiko. Zuweilen zwanghafte Aggressivität. Liebesbeziehungen sind leicht störbar, da von Bedingungen abhängig. Hält sich an Normen. Verschlagenheit als Resultat schwerer Bestrafungen in der Kindheit. Schützt sich vor Aggression durch deren Idealisierung. Versucht, anderen seine Zwänge vernünftig zu begründen. Seltene, farblose oder magere Träume. Mehr Unterlassungs- als Tatsünden.

Der Hysterische:

Bezug zur „ödipalen Phase“ (ab 4. Lebensjahr). Lebhaft, geltungsbedürftige, ausdrucksfreudige (oft ausdrucksübertreibende) Anlage. Eltern versagen als Leitbilder beziehungsweise als Führer in die jeweilige Lebensrealität. Die eigene Identität wird nicht gefunden. Reaktive Hysterie als Reaktion auf zwanghafte Umwelt. Bleibt zu lange an gegengeschlechtlicher Bezugsperson fixiert. Projiziert dieses Bild später oft auf Partner und lässt sie unbewusst scheitern.

Daher: will sich Konsequenzen seines Handelns entziehen. Bagatellisierung der Realität ermöglicht Scheinfreiheiten. Angst vor Alter und Tod. Hoffen auf Wunder. Finales Denken: Sofort-Verwirklichung, da Warten unerträglich ist. Will lange unverbindliches Kind bleiben. Lebt geschichtslos und ohne Kontinuität. Anpassungsfähigkeit führt zu Pseudopersonlichkeit. Braucht andere, um durch deren Zuwendung Eigenwert aufbauen zu können. Seelisch nicht sehr belastbar. Unlogische Aggressionen. Projiziert Schuldgefühle, wenn in die Enge getrieben. Extrem leicht zu stören und verunsicherbar. Uranus beachten!

Der Denktyp:

Introvertiert: stark mit Ideen beschäftigt. Lässt reale Tatsachen außer Acht, um Grundmotive zu klären. Grundlagenphilosoph! Starke und zum äußeren Objekt fließende Gefühle, die zu Extremen neigen (wie heiße Lava: bewegt sich langsam, aber verwüstet alles). Da das Fühlen hier verdrängt aber extravertiert ist, kann es leicht von anderen Menschen oder kollektiven Faktoren ausgenutzt oder vergiftet werden. Liebt ohne Berechnung, da das Fühlen undifferenziert ist.

Extravertiert: bringt klärende Ordnung in die äußere Welt. Wissenschafts- und Verwaltungstyp. Ist sich der eigentlichen Motive seines Handelns selten wirklich bewusst, da er das Subjektive misachtet. Hohe Ideale entstammen einer mystischen Ecke in ihm, kann sie aber nicht erklären. Oft hohle Geschäftigkeit ohne Frage nach dem Sinn. Kann Einsamkeit nicht ertragen. Wenn verdrängte Fühlfunktion herausbricht, kann er sehr bewegend sein. Gefühle sind stark, entladen sich aber (wegen ihrer Introvertiertheit) nicht im Außen sondern versteckt aggressiv.

Der Fühltyp:

Introvertiert: generell schwer zu verstehen. Stille Wasser sind tief. Hat oft positiven aber geheimen Einfluss auf seine Umgebung, da er durch stilles Verhalten beeindruckt. Unter der Oberfläche mit einer Vielzahl von äußeren Belangen beschäftigt. Verfolgt ein, zwei Grundgedanken, mit denen er sich durchs Leben schlägt. Ist häufig das ethische Rückgrat des ihn umgebenden Lebensraumes. Muss die Denkfunktion kultivieren, sonst Gefahr der Isolation und Irrationalität.

Extravertiert: oft gut angepasste, liebenswürdige und im positiven Sinne vernünftige Person. Schlängelt sich durch, bekommt oft das, was er haben will. Nicht selten glückliches Familienleben. Neigung, sich für andere aufzuopfern. Verabscheut in der Regel abstraktes Denken, philosophiert nicht gern. Kann (nach C.G.Jung) plötzlich zur kältesten Person auf Erden werden, wenn destruktive Gedanken hervorbrechen. „Verkauft“ sich gern an ein etabliertes System oder Gedankenmodell, um nicht selbst denken zu müssen.

Der Realtyp:

Introvertiert: versucht oft, seine (verdrängten) Intuitionen zu konkretisieren, wobei sie verloren gehen. Wirkt äußerlich manchmal dumm, ist aber ein Seismograf bezüglich der Stimmungen in der Umwelt. Ist oft langsam, weil seine Reaktion auf ein äußeres Ereignis verzögert auftritt. Seine inneren Reaktionen sind dagegen sehr schnell. Wird von anderen oft falsch eingeschätzt. Wird zuweilen von Visionen geplagt, die sich an äußeren Vorgängen entzünden, und braucht dann „festen Boden unter den Füßen“.

Extravertiert: Meister im Beobachten von Details („guter Unfallzeuge“). Kann nicht gut abstrakt denken. Großes Misstrauen gegenüber eigenen und fremden Intuitionen. Wird zuweilen zum Aussteiger, ohne zu wissen warum und wozu er dies tut. Auf hohem Niveau blitzartige Erkenntnisse, die leider oft nicht richtig bewusst gemacht werden können. Lebt häufig in einer Welt verfeinerter Sinnlichkeit. Hat oft mit Melancholie zu kämpfen, diese ist dann eine Ausdrucksform seiner nicht gelebten intuitiven Persönlichkeit.

Der Intuitionstyp:

Introvertiert: Typ des religiösen Sehers und Propheten, auf niedrigem Niveau allerdings nur „Spinner“. Ist den Kollektivschichten sehr nah. Oft mutige Geschäftsleute beziehungsweise Pioniere auf irgendeinem Gebiet. Wenig Interesse an Körperlichem. Oft unfähig, den realen Tatsachen ins Auge zu sehen, ist der äußeren Wirklichkeit gegenüber unaufmerksam („schlechter Unfallzeuge“). Hat in der Regel große sexuelle Probleme, da Sexualität auch körperlich gelebt sein will.

Extravertiert: kann erahnen, was erst später sichtbar wird. Gefahr der Projektion eigener schöpferischer Fähigkeiten auf andere. Verkauft sich zuweilen unter Wert. Wegen psychischer Ungenauigkeiten (Intuition braucht den Abstand zu den zu begutachtenden Dingen) oftmals unzuverlässig. Gefahr des physischen Zusammenbruchs, da den körperlichen Gegebenheiten insgesamt viel zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt wird. Neigt zu Krankheiten, die (scheinbar) plötzlich auftauchen. Der Körper reagiert auf diese Missachtungen extrem und dann schnell.

Die Einstellungsrichtungen:

Die Einstellungsrichtung psychischer Energie als „Extraversion“ oder „Introversion“ wird jeweils aus einer Kombination von Elementen und Quadranten ermittelt. Dabei entsprechen Feuer und Luft sowie der 3. Quadrant der Extraversion; Erde und Wasser sowie der 1. Quadrant der Introversion. Die Prägung der Einstellungsrichtung wird in drei Intensitätsstufen unterteilt. Auf niedrigster Intensitätsstufe muss mindestens ein Element als auch ein Quadrant eine Prägnanz von > 30% haben, auf höchster können zwei ähnliche Elemente zusammen eine Prägnanz von > 55% und der entsprechende Quadrant eine Prägnanz von > 35% haben. Es sei der Vollständigkeit halber darauf hingewiesen, dass die Bestimmung der Einstellungsrichtung astrologisch nicht wirklich sicher vorgenommen werden kann. Andere Methoden, zum Beispiel die Grafologie, sind da erheblich zuverlässiger.

Kurzbeschreibung der Einstellungsrichtungen psychischer Energie:

„Introversion“ bedeutet keineswegs, ein stilles, zurückgezogenes, extrem verletzbares, labiles (Seelen-)Leben zu führen. Vielmehr kommen beim Introvertierten die lebensermöglichenden Impulse aus ihm selbst. Deshalb ist er von außen nicht gut einstellbar oder gar steuerbar. Das Außen interpretiert ihn jedoch – aufgrund der fehlenden Bezogenheit auf die Außenwelt – als einen nach innen gekehrten Menschen. Das wichtigste Merkmal für Introversion ist jedoch immer die Eigensteuerung. Auch wenn diese unbewusst verläuft, ist sie für Introvertierte doch ihr Weg der Lebenserfahrung.

„Extraversion“ bedeutet keineswegs betont kontaktfreudig, Du-bezogen, heiter, beschwingt, geschäftig, diesseitig und so weiter zu sein. Vielmehr ist das Hauptmerkmal der Extraversion die Steuerbarkeit durch andere. In diesem Sinne sind Extravertierte sehr leicht zu beeinflussen, sie haben große Schwierigkeiten, ihre Lebenssicherheit nur in sich zu finden. Häufig werden dazu andere benötigt. Dies ist weder gut noch schlecht, es ist einfach eine andere Anlage.

Nutzen

Die astrovitalis-Typologieanalyse stellt ein hervorragendes Werkzeug bereit. Profilersteller können innerhalb eines Augenblickes das Ergebnis unzähliger Einzelanalysen und Berechnungsschritte in Form prägnanter Typenzuordnung, inklusive Prägungsintensitäten betrachten! Normalerweise sind sehr viele psychologische Tests und lange Beobachtungszeiträume nötig, um eine Typenzuordnung zu erstellen. Wichtig ist allerdings, dass die Typologieanalyse per astrovitalis-Programm eine menschliche Analyse nicht ersetzen kann und soll. Sie dient ausschließlich als äußerst nützliches Hilfsmittel. Um äußerste Seriosität zu wahren, wurde die Schranke für Aussagen sehr hoch gelegt: Nur wenn extrem viele und eindeutig zu einem bestimmten Typus gehörende astropsychologische Merkmale in eine inhaltlich gleiche Richtung weisen, wird eine Zuordnung hergestellt und eine Typologieaussage gemacht. Werden diese astrovitalis-Kriterien nicht erfüllt, so erscheint der Hinweis „Tendenz nicht bewertbar. Eine programmgestützte Aussage wird nicht ausgegeben. Dies bedeutet nicht, dass keine Aussage möglich ist. astrovitalis verweist sie aber in diesem Fall an einen qualifizierten Astropsychologen.“

Psychologie: Grundstruktur

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

Anlage = Aszendent = Das Baumaterial = Start

Verhalten = Sonne = Das Bauen = Verwirklichung

Ergebnis = Medium Coeli = Das Erbaute = Ziel

Die Anlage

Aszendent Zwillinge mit Merkur in Feld 8

Unbekümmerte Eroberung und intellektuelles Verstehen der sichtbaren Realität: sachlicher und rational betonter Ausdruck von seelisch tief bindenden Wunschvorstellungen und der Orientierung dienenden Leitbildern. Auswirkung in tiefgründig transformierenden und erlebnisintensiven Lebensbereichen.

Das Verhalten

Sonne in Feld 7

Diese Anlagestruktur wird verwirklicht und erlebbar durch betontes Austausch- und Ausgleichstreben verbunden mit Zubeisshemmungen entsprechend dem Verhalten eines friedliebend kontaktsuchenden Menschen.

Das Ergebnis

Medium Coeli Wassermann mit Uranus in Feld 5

Letztlich zielen die Anlage und das bewusste Verhalten auf das Herausspringen aus chronischen, überholten Lebensstrukturen und den Erhalt der persönlichen geistig/ mentalen Freiheit ohne Angst vor Bindung um spontane Lebensäußerungen und Emotionalität zu erleben: das Leben nicht nur abstrakt zu denken sondern seinen warmen Puls zu spüren liegt in der Natur des Menschen.

Wird die Komplexität menschlichen Lebens auf der Basis seiner Geburtsanlage so reduziert, dass wesentliche Merkmale und Züge der Anlage hervortreten, dann ergibt sich die „Grundstruktur“. Hier wird Vielfalt in Prägnanz verwandelt, es kommen aber auch schlicht konstellationsspezifische allgemeine Lebenserfahrungen zur Sprache. Dies werden die Leserinnen und Leser der Detailprofile im Bereich Psychologie in ausführlicher Form wiederfinden.

Einleitung

Das Gefüge von Aszendent, Sonne und Medium Coeli stellt in seiner Gesamtheit das Grobgerüst beziehungsweise die Grundstruktur eines jeden Geburtsbildes dar. Alle anderen Planeten in ihren Felder- und Zeichenstellungen verlieren dadurch selbstverständlich nicht an Bedeutung, sondern fügen sich inhaltlich in die Grundstruktur ein. Es lohnt sich daher vor allem in Fällen, in denen man möglichst schnell einen groben, aber dennoch inhaltlich wertvollen Überblick sucht, die Grundstruktur zu studieren. Ihre drei Komponenten (Aszendent, Sonne und Medium Coeli) stehen dabei in für die zu analysierende Person geeigneten oder weniger geeigneten Verhältnissen zueinander. Aus deren Wirkzusammenhang kann man aber jedenfalls grundsätzliche Aussagen über die körperliche, seelische, geistige und spirituelle Grundausrichtung der jeweiligen Person ableiten.

Hintergrund

Der Aszendent: Er repräsentiert die Anlage und gibt insofern Auskunft bei der Frage nach der Grundsubstanz („das Baumaterial“), mit der man ins Leben tritt. Der Aszendent beantwortet mit seiner Zeichenstellung die Frage: „Worum geht es?“ Die Anlage des Aszendenten ist „unerlöst“, da sie des Erlebens (der Sonne) und des Verhaltens bedarf, um im Leben verwirklicht zu werden.

Sonne: Sie repräsentiert den Verhaltensmodus, damit das Erleben und die subjektive Erlebnisform („das Erbauen“). Im Verhalten der Sonne zeigt sich die Umsetzung der Anlage des Aszendenten im Leben. Die Sonne kann in diesem Sinne nur umsetzen, was an Anlage zur Verfügung steht. Sie beantwortet die Frage: „Wie wird die Anlage subjektiv erlebt, verwirklicht?“

Medium Coeli (MC): Aus dem Verhalten der Sonne und der Anlage des Aszendenten ergibt sich ein Resultat, eine (oft unbeabsichtigte) Hinterlassenschaft („das Erbaute“). Diese wird – von der Person unbeeinflussbar – im Zeichen des Medium Coeli sichtbar. Die Schicksalhaftigkeit des eigenen Verhaltens wird im Medium Coeli final deutlich, das heißt die Verhaltensresultate werden (je nach MC-Stellung) eine mehr oder weniger starke Bedeutung finden.

Nutzen

Es ist immer nützlich, die erstaunliche Informationsvielfalt eines Geburtsbildes auf wenige prägnante Merkmale zu reduzieren. Es gibt ein dichtes „dynamisches Geflecht“ von Ursachen und Wirkungen (astrologisch: von „Feldern und Zeichen“ einerseits und „Planeten“ andererseits), das durch die Grundstruktur vor allem in seinen basalen Verflechtungen transparent gemacht werden kann. Wichtig ist jedoch immer, dass basale Aussagen nicht als differenzierte oder hochindividualisierte Statements verstanden werden, sondern als Basisinformationen, auf denen weiteren Deutungen aufbauen. Aufgrund extrem hoher inhaltlicher Verdichtung bedarf es in der Regel weit gehender Reflexionen, um die drei Bedeutungsebenen Anlage, Verhalten und Ergebnis in ihrer ursprünglichen Sinneinheit zu sehen.

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 unerkannt 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 schielt – 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.

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

Eine Zen-Weisheit lautet: „Der Schatten des Bambus streift über die steinernen Stufen, aber kein Staub fliegt auf. Das Licht des Mondes spiegelt sich im Teich, aber das Wasser rührt sich nicht von seinem Strahl.“

Der Mensch erlebt sich bei dieser Konstellation als Selbst, ist auf sich selbst bezogen, von innen gesteuert. Es entspricht der Anlage dieser Konstellation, dass man dabei etwas gestaltet, gebärt, erschafft. Was der Mensch hervorbringt, ist jedoch immer er selbst. Das Hervorgebrachte war zuvor unsichtbar angelegt, fest verankert als karmisches und genetisches Erbbild. Es gleicht hier der Frucht eines Baumes, die aus ihm hervorgeht und als Erbe immer schon zu ihm gehört – unsichtbar und doch immer da.

Aufhebung seelischer Subjektivität ist bei Menschen mit dieser Anlage ein Problem, denn das Subjektive ist der immer bindende und festlegende Schatten, der auf allen Wünschen liegt, sich zu objektivieren, „die Fesseln des Seelischen zu sprengen“, „das Schattenreich hinter sich zu lassen“ und „die Käfige der Vögel zu öffnen ... mit ihnen zu fliegen“ ... („Wer den Himmel erfahren will, der muss fliegen können.“)

Subjektivität ist aber auch die Erlebnisform, die Eigenidentifikation erst möglich macht, Identität erst stiftet. Angst vor Empfindungs- oder Selbstverlust spielt dabei immer eine wichtige Rolle, da sie auch Auflösung von Subjektivität bedingen würde. Umgekehrt aber kann Angst auch Angst vor Selbstempfindung sein. Hier zeigt sich die Unfähigkeit, sich mit Seelischem zu identifizieren, weil man das Seelische in sich, also aus eigener Erfahrung, nicht kennt.

Generell jedoch erklärt man die ausschließliche Eigenbezüglichkeit und das ausschließliche Selbst-erlebnis für ungültig. Die paradiesische Ruhe des subjektiven Empfindens ist gestört. Fremdartiges, nicht zum Subjekt Gehöriges verlangt Einlass, je nach Gesamtbild mit mehr oder weniger großer Unerwartetheit. Es ergibt sich eine hochgradige und zugleich undefinierbare innere Unruhe. Solche Unruhe ist Ausdruck eines allgemeinen seelischen „Fremdkörpergefühls“, das – folgerichtig – nur entfernt (aus der Entfernung betrachtet) wahrgenommen wird. Die Entwicklungshöhe bei dieser Konstellation zeigt, ob man gelernt hat, sich seelisch einzulassen und auseinander zu

setzen – oder ob sie in der Flucht vor der Bedrohung durch das Fremdartige stecken bleibt.

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

Generell besteht die Gefahr, in einer dem Leben Bedingungen setzenden Vorstellungswelt als lebenshungriges Wesen zu kurz zu kommen. Das Problem schwer zu lebender Subjektivität steht bei dieser Konstellation im Vordergrund; „die Seele kann nur schwer atmen“. Andere Anlagekonstellationen geben Auskunft, ob man in der Lage ist, sich von „seinen“ Vorstellungen zu lösen und in sein wirkliches Leben zu treten – oder ob man eigene Kreativität, Spontaneität und Empfindungslust einer Lebensvorstellung oder -fiktion opfert.

Analog hierzu ist das frühkindliche Geschehen von elterlicher Furcht gezeichnet, Gefühlen, Emotionen und inneren Entwicklungsprozessen Ausdruck zu geben, sie wahrzunehmen und zu leben. Eltern haben „sich im Griff“. Auch das Kind „darf sich nicht gehen lassen“, wirkt „dressiert“, „steril“ oder „puppenhaft“. Das Leben wird einer (dem Kind unerklärlich bleibenden) Strukturierung unterworfen, in der das eigene fühlende Wesen ohne Platz bleibt. Oft sind die Eltern dem Kind schon deshalb überlegen, weil das Kind nicht „es selbst“ sein darf. Es wächst in „geliehenen“ Identitäten auf, in „geliehenem“ Lebensausdruck oder „geliehenen“ Wahrnehmungsmustern. Es lebt so in Wiederholung die Unterdrückung der Subjektivitäten, die schon die Eltern lebten. Tatsächlich sind die Eltern dem Kind also nicht überlegen, denn auch sie sind (wie das Kind) durch Furcht vor der eigenen Lebendigkeit gekennzeichnet. Die Erfahrung zeigt, dass diese Anlage sehr häufig vererbt wird.

Es fällt dem Erwachsenen schwer, der „geliehenen“ Subjektivität zu entkommen. Die Dominanz der Eltern hält den Menschen gefangen. Die wahre Subjektivität – mit der Notwendigkeit, „Kind sein zu dürfen“ – ist verschüttet. Dadurch ist wahres Empfinden und Erleben verhindert. Anstelle dessen treten zwecks Kompensation des Mangels, Empfindungsvorstellungen und vorgestellte Emotionen. Je mehr sich dieses Verhalten ausbildet, desto mehr wird vergessen, wer man ist und wer man war.

Ein weiterer wichtiger Zug dieser Konstellation ist ein „Zwang zu gebären“. „Gebären“ meint hier: Aus-sich-Hervorbringen, etwas Inwendiges nach außen kehren, Seelisches sichtbar werden lassen. Dies kann sich auf verschiedenen Ebenen zeigen: auf der körperlichen Ebene bei Frauen zum Beispiel durch häufige Geburten oder zum Beispiel durch Berufstätigkeit als Hebamme; auf der seelischen Ebene durch unermüdlichen künstlerischen Schaffensdrang und/ oder „unstillbaren Lebenshunger“. Oftmals ist „Gebären“ im Rahmen dieser Konstellation eine Versicherung der eigenen Lebendigkeit („das Hervorgebrachte ist Beweis, dass man lebt“).

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

Auch das Unerklärliche, das Mystische, das Universum als solches ist geordnet. Was viele Menschen aufgrund langjähriger Studien oder harter eigener Lebenserfahrung herausfinden, kommt einem im Rahmen dieser Konstellation „wie die natürlichste Angelegenheit der Welt“ vor. Für diese Erkenntnis bedarf es keinerlei Anstrengung. Oft ergibt sich eine natürliche Bereitschaft, den Dingen vertrauensvoll ihren Lauf zu lassen und abzuwarten, was geschieht.

Auch dies hat aber mehrere Seiten. Vor allem die starke Betonung (zuweilen zwanghafte Fixierung) auf überpersönliche, transzendente Lebensbereiche oder Erklärungen macht es einem bei dieser Konstellation oft schwer, sich selbst ins Spiel zu bringen. Die anlagebedingte Geringschätzung des Subjektiven („das Rädchen im großen Getriebe“) führt häufig zu einer Missachtung persönlich wichtiger Notwendigkeiten. Man ist in der Lage, das Universum zu erklären, nicht aber sich selbst!

Dies führt in der Regel zu erheblicher Verwirrung, zunächst bei den Mitmenschen, sodann bei einem selbst. Man wirkt „sonderbar verklärt“ (im Realen) und doch „klar“ (im Irrationalen). Man selbst hat Schwierigkeiten, Anforderungen des normalen Lebens standzuhalten und wundert sich zuweilen darüber, da das Normale eigentlich als leicht handhabbar gilt. Dennoch wird das Naheliegende gerne zu Gunsten des Unerreichbaren übersehen, das menschlich Vernünftige (damit Erklärbare) zu Gunsten des geistig Verstiegenen geopfert. Schwere Lösungen scheinen prinzipiell glaubwürdiger als leichte, lange Wege prinzipiell ertragreicher als kurze. Das mag auch generell im Leben tatsächlich so sein, aber bei dieser Konstellation wird es zum unumstößlichen Gesetz erhoben: „Der Himmel ist alles, der Mensch ist nichts.“

Diese Grundtendenz kann sich extrem verstärken und zu einem ständigen Leben außerhalb der Subjektivität führen, damit zu Verantwortungslosigkeit (eher sich selbst gegenüber als anderen). Es dreht sich letztlich das Problem der Standortfindung in einer subjektiv und real existierenden Welt, ohne den eigentlichen Wert dieser Welt erkennen zu können. In Ergänzung dazu geschieht es häufig, dass der Mensch das Transzendente derart verklärt und idealisiert, dass es unerreichbar wird (damit aber auch immer begehrenswert und zum Zentrum eines unerfüllten Lebens wird). Es gilt zu erkennen, dass die transzendente Dimension des Menschen nur eine von vielen Facetten

des Lebens ist und nicht zu Ungunsten der anderen geheiligt werden sollte.

Diese Anlagen werden von einer Sonne im 3. Quadranten umgesetzt.

Das Verhalten, welches das Anlagepotenzial dieser Konstellation in Erlebnissen dem Bewusstsein zugänglich macht, ist generell von außen gesteuert: Zum Verwirklichen der eigenen Anlagen werden andere Menschen und Ideen benötigt. In extremen Fällen führt das zu Ich-Flucht, zu ständigen körperlichen, geistigen und seelischen Aufenthalten bei anderen. Eine damit verbundene Vernachlässigung der eigenen Person kann zu einer latenten depressiven oder leicht melancholischen Grundstimmung führen, als „Bild der Trauer um das verlorene (oder zu selten empfundene) eigene Wesen“.

Man sollte sich um einen Ausgleich, um eine Nachentwicklung persönlicher Bedürfnisse und Ansprüche bemühen und die Gefahr des Abhängigwerdens von anderen nicht unterschätzen.

Da das eigene Verhalten bei solcher Konstellation auf das Entgegenkommende, somit auf das Nicht-Ich gerichtet ist, wird auch die Vorstellbarkeit der Dinge zur Verhaltensmotivation werden. „Vorstellung“ selbst ist als „geistiges Bild“ etwas Begegnendes, taucht scheinbar außerhalb der Person auf, existiert scheinbar dort und wird so zum „Gegenstand“ der Orientierung. Die die Person orientierenden Bilder der Vorstellung können aber in einem großen Widerspruch zu den wirklichen Notwendigkeiten des Menschen dieser Konstellation stehen, da „sich das Verhalten ja außerhalb der Person motivieren lässt“. Ob also das Begegnende damit der Orientierung für die eigene Person zuträglich ist, ist stets zu prüfen.

Die Erfahrung zeigt, dass solche Prüfung aus Unkenntnis der Notwendigkeiten (manchmal durch Leugnen der Notwendigkeit) ausbleibt. In der Folge lebt man fremdbestimmt, also auch „in der Vorstellung anderer“. Eine umfassendere und grundsätzlichere Art der Nicht-Selbstverwirklichung ist kaum möglich.

Andererseits kann das Verhalten eines derart veranlagten Menschen für andere Menschen (vor allem bei positiven Anstößen) häufig sehr hilfreich sein. Ein Verhalten, das andere braucht, kann diesen anderen auch dienen. Insofern ist es wichtig zu prüfen, mit wem Lebensabschnitte geteilt werden. Es liegt in der Konstellation begründet, dass bei ihr die Spanne der zwischenmenschlichen Probleme von „Ausgenutztwerden durch andere“ bis zu „aufopfernder Liebe für andere“ reicht. Generell wird nicht gehandelt, ohne bewusst oder unbewusst die Reaktion der anderen auf das eigene Verhalten „zu bedenken“.

Im „Kollektivprofil“ erfahren die Leserinnen und Leser Grundsätzliches über das Leben und die Persönlichkeit des Menschen, für den das Profil erstellt wurde. Deshalb ist das Kollektivprofil 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 Kollektivprofil 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 Kollektivprofil ergeben sich einerseits allgemeine, andererseits aber auch sehr grundsätzliche Aussagen. Daher kann das Kollektivprofil 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 Kollektivprofil 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 Profilinhalte 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. 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

ICH SCHAFFE ES MIT EIGENER KRAFT

Saturn / Mars

Zum Zeitpunkt der Geburt ist – zumindest für die Eltern – das Leben ein Kampf. Ihre Widerstandshaltung überträgt sich auf das Kind, es wird am Ausleben spontaner Impulse gehindert. So entsteht eine aggressive Grundhaltung, die später jedoch zivilisatorisch „verkleidet“ wird. Beim Kind, wie beim späteren Erwachsenen, resultiert aus der Widerstandshaltung generell aber das Empfinden, gegen die „Dinge des Lebens“ mit „Ellenbogen und hochgekrempeelten Ärmeln“ angehen zu müssen. Hindernisse scheinen überall vorhanden zu sein, um ausgeräumt zu werden. Man findet sich in der Rolle des Machers beziehungsweise der Macherin, das Selbstwertgefühl wird zunehmend abhängig von der Fähigkeit, große Leistungen ohne fremde Hilfe zu erbringen.

Mit zunehmendem Alter werden aber die für diese Konstellation typischen Herausforderungen seltener, wird auch die (physisch begründete) Kampfkraft (nicht der Kampfwillie) schwächer. Was früher zum Aggressionsabbau diente, kehrt sich nun schnell ins Aggressionserzeugende um, weil man Herausforderungen nicht mehr angemessen begegnen kann. Nichts ist schlimmer, als das Gefühl eigener Schwäche zu erleben. Verbunden damit ist die Unfähigkeit zu wirklicher innerer Entspannung. Entspannung äußert sich allenfalls als Erschöpfung. Richtungslosigkeit der Taten, der Zwang zur Tätigkeit und Brauchbarkeit muss gemindert werden zu Gunsten Beharrlichkeit bei langfristig verfolgten Zielen und bei gleichzeitig immer wieder möglichen tiefen Beruhigungsphasen ... ohne schlechtes Gewissen.

Aufgabe: Projektion der eigenen Wut auf andere abbauen lernen.

DER LANGE WEG ZUM GLÜCK

Saturn / Zwillingenmerkur

In frühen Jahren, eventuell schon bei der Geburt, erfolgte eine Trennung von der Mutter oder einer wichtigen Bezugsperson. Das Kind kompensiert das Gefühlserlebnis durch rationales Denken. Es kommt zu einer ständigen Versachlichung des Lebens, weil rationales Denken als brauchbarer Ersatz für fehlende frühkindlich-seelische Erfahrung – zum Beispiel Geborgenheit – aufgefasst wird. Solche Versachlichung gleicht in ihrer Tragweite „einer Flucht aus Seelenkälte in die sicheren Täler des rationalen Denkens“.

Die Folge ist fehlende seelische Erfahrung und damit Selbstdefinierung über den Intellekt. Dies bedeutet, dass Bereiche, in denen gefühlsgesteuerte Identifikationen erforderlich sind, ausgespart bleiben. Es zeigt sich das Bild eines blutleeren (anämischen) und euphorielosen Wesens, welches das Leben als systematischen Verlauf ansieht, der in analytischer Verengung des Augenblicks jede lebendige Gefahr einbüßt. Es mangelt diesem Wesen an wirklicher Spontaneität und Emotionalität. Tauchen sie auf, dann oft nur als kurzzeitig beeindruckende „Flaschenpost der Seele“. Das Fließende im eigenen Innern, welches unkalkulierbar Angst macht, muss vom Denkfilter befreit werden. Der Ersatz muss ersatzlos gestrichen werden. Nur so ist es möglich, darauf zu vertrauen, dass lebendige Vorgänge aus sich selbst zu einem sinnvollen Ergebnis führen.

Aufgabe: Allgegenwärtiges Denken als Kompensation verstehen lernen.

WAHRHAFT LEBEN IST ARBEIT AN SICH SELBST

Saturn / Sonne

Zu frühes Erwachsenwerden führt zu unnötiger Übernahme von Verantwortungen, es kommt zu Stressverhalten und subjektiv empfundenem Leistungsdruck. Wahrscheinlich resultieren Autoritätsprobleme aus einer frühkindlich wirksamen Vaterproblematik. Das – bisweilen autoritäre – Verhalten des Vaters hat unterschwellig einen starken Einfluss auf den Werdegang des Kindes. Das Kind selbst bietet sich schon in frühen Jahren als Leistungsträger an. In diesem Sinn will es Verantwortung übernehmen, die nicht kindgerecht ist. Daraus resultiert die Bereitschaft, immer wach zu sein. Und diese wird als kontinuierliche Suche nach Aufgaben, Tätigkeiten, Brauchbarkeiten, an denen man den Beweis für eigenes Pflichtgefühl antreten kann, zu einem umfassenden Problem (blinder Aktionismus).

Es findet sich im schnell erlangten Erwachsenenverhalten eine ausgeprägte Tendenz, die Dinge des Lebens überpersönlich zu strukturieren und sie damit nicht aus individueller, subjektiver Sicht zu begutachten. Subjektivität – und damit Empfindsamkeit und Emotionalität – werden unterdrückt zu Gunsten „übergeordneter Wahrheiten“. Ob eine sich zwangsläufig ergebende chronische seelische Mangelsituation zu der notwendigen Erkenntnis führt, dass man im Grunde nur sich selbst und keinem anderen verantwortlich ist, zeigt nur das Gesamtbild. (Übrigens ist Verantwort-

lichkeit nicht Verbindlichkeit!)

Aufgabe: Emotionale Nacherziehung, Nachentwicklung und Nachreifung.

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 anezogenen „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.

NICHTS BLEIBT WIE ES IST

Saturn / Uranus

Das Kind trägt die beiden extrem unterschiedlichen Charaktere der Eltern in sich. Diese Gespaltenheit der Seele versucht der Erwachsene durch Vermeidung von Konflikten zu kompensieren. Es entsteht der Hang zum Positiven, der helfen soll, den Urkonflikt der elterlichen Zweifelt zu überdecken. Es ist das Kind, das den Zwiespalt – in Form noch uneingestandener Verzweiflung – realisiert. Die Eltern mögen durchaus eine gute Ehe oder ein gutes eheähnliches Verhältnis haben: Entscheidend ist die subjektive Sicht des Kindes.

Die Unvereinbarkeit von Vater und Mutter auf jeder der möglichen körperlichen, geistigen, seelischen Ebenen führt im Innern des Kindes zu extremem Druck, dem (auch als später Erwachsener) durch ein typisches Herausspringen aus bestehenden Formen begegnet wird. Einfach gesagt dreht es sich um „das Sich-Scheiden“. Wo immer dies geschieht (zum Beispiel in der Partnerschaft, im Beruf) wird deutlich: Man hält es innerlich nicht lange in festen Gefügen, geschweige denn in zur Routine gewordenen, erstarrten Strukturen aus. Stattdessen sucht man den Wandel.

Zudem kommt es (wie bei anderen Arten frühkindlich tiefer Irritationen) zu einem Mangel an Empfindsamkeit, der durch Überbetonung des Denkens kompensiert werden soll. Dieser Konstellation korrespondiert das Bild des „Über-den-Dingen-Schwebenden“, des Unberührbaren, Unnahbaren, des sich Nicht-Einlassenden. Die Konsequenz solcher Anlage ist ein ängstliches Vermeiden aller körperlichen, geistigen und seelischen Situationen, die auch nur schwach den Anschein der Uneinigkeit erwecken.

Die Folge ist Konfrontationsschwäche und man geht Konfrontationen auch weiter (durch geschickte geistige Manipulationen) aus dem Weg. Die Gestaltungen solcher Manipulationen erinnern an die Unvereinbarkeiten im eigenen Innern, an Zerrissenheit und Disharmonie. Kompensatorisch kommt es zuweilen aber auch zu einer Lust an Scheinkonfrontationen, an denen man sich buchstäblich „schadlos“ hält: Generalproben ohne Premieren!

Aufgabe: Angst vor Disharmonie überwinden, mehr Kontinuität in äußerer und innerer Lebensform entwickeln.

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.

WER NICHTS BEWEGT BEWEGT AM MEISTEN

Neptun / Mars

In der Kindheit werden wichtige energische Impulse verdrängt. Das Ego erscheint in der Folge als schwach und auch beim erwachsenen Menschen bleibt die Durchsetzungsfähigkeit oft zu gering. Oft haben die Eltern der Kinderzeit Existenzprobleme im Realen; sie befinden sich häufig in schwierigen Lebenssituationen, etwa in Wohnungs- oder Berufsfragen. Das Kind spürt, dass es besser ist „still zu sein“, als seinem Ärger „laut Luft zu machen“. Es verdrängt den Ärger. Gerade deshalb aber kehrt dieser später „von außen“ wieder, der erwachsene Mensch wird in „undurchsichtige Dinge“ verwickelt und lebt oft gleichsam nur „aus dem und im Hinterhalt“.

Die männliche Seite der Sexualität ist oft nur unscharf ausgebildet und neigt zur Selbstmissachtung. Häufig kompensieren starke erotische Fantasien (auch perverser Art) die nicht ausgelebten Wünsche und Vorstellungen. Dem erwachsenen Menschen eignet oft eine charismatische Ausstrahlung aufs andere Geschlecht. Allerdings setzt man sich auch mit der Eingeständnisnotwendigkeit von Versagensängsten auseinander. Und erst, wenn das Eingeständnis erfolgt ist, kann feinstoffliche Energie verfeinert und als höhere Sexualität gelebt werden. Im Rahmen dieser Konstellation sollte der Blick nicht auf die eigene Einzigartigkeit, sondern auf das Lebensganze gerichtet sein. Die starke Medialität, die hier oft zu finden ist, kann nur gelebt werden, wenn das Ich nicht allein im Brennpunkt des Bewusstseins steht. Die Träume müssen irgendwann in die Tat einfließen! Generell benötigt man eine erhöhte Wachsamkeit gegenüber Phantomen, welche „eigentliche“, oft weit reichende Pläne verdecken („Selbstbestrafung“).

Aufgabe: Lernen, dass der eigentliche Kampf in einem selbst bestanden werden muss.

DAS GANZE SIEHT, WER DAS EINZELNE VERGISST

Neptun / Jungfraumerkur

Die Aufmerksamkeit des Kindes und des Erwachsenen ist stark auf Dinge gerichtet, die andere nicht sehen können oder wollen. Diese feingliedrige Wahrnehmung kennzeichnet bei dieser Konstellation den Menschen als zu einer Minderheit gehörig. In der Regel passen Aussteuerungsmechanismen Individuen optimal an Lebensbedingungen an. Diese Anpassung ist hier beeinträchtigt – und dadurch auch die „Überlebensfähigkeit“. Es entsteht das Bild der „Un-Vernunft“.

Da in der Familie in der Regel das Ideal eines sozialen Zusammenlebens herrscht, gerät das Kind durch sein „Sich-nicht-anpassen-Können“ in Konkurrenz zu dem Familienmitglied, welches die Anpassung organisiert. Um als Erwachsener akzeptiert zu werden, flüchtet man sich in Anpassungsrollen (zum Teil absurdesten Art), taucht in ihnen unter und bleibt unauffällig. Reaktionszwänge führen zur Beeinträchtigung von Reflexen auf Umwelteinflüsse. Die Fähigkeit zu reflektieren ist ebenso eingeschränkt, wie die zu analysieren. Ein in all dem gründendes „Nicht-Stellung-Beziehen“ macht soziale Anpassung schließlich doch möglich: Man dient anderen und nicht sich selbst, bleibt selbst freundlich im Hintergrund. Wenn man das Steuer für einen Moment übernehmen soll, entsteht Versagensangst: „So einer wie ich kann das nicht.“ Nur das „Nach-innen-Wenden“ setzt den Selbstreinigungsprozess in Gang, der den unter dieser Konstellation Lebenden auch überleben hilft.

Aufgabe: Das Nicht-Wahrnehmbare wahrnehmen lernen.

ICH WEISS ES GENAU

Pluto / Zwillingenmerkur

Als Kind ist man vermutlich in der Sprache der Eltern aufgewachsen. Man kontrolliert sich auch als Erwachsener während man spricht und denkt. Der erwachsene Mensch erscheint vielleicht als suggestiver Redner. Ihm eignen tiefgründige, zwanghafte Gedanken. Es besteht die Gefahr geistiger Manipulation.

Die Eltern sind hier in der Regel nur schwer in der Lage, dem Kind ein spannungsfreies Verhältnis zur Intellektualität zu ermöglichen. Oft herrschen feste Vorstellungen bezüglich der Art und Weise, wie (oder auch ob) man Dinge sagen oder überdenken darf. Weil das Kind also in der „Artikulationsart der Eltern“ aufwächst, wird der Erwachsene seinen Ausdruck in der Regel stark kontrollieren, in ihm gehemmt oder enthemmt sein („die Sprache als Dämon“). Körperlich hierzu analoge Symptome (wie etwa die Anlage zu parkinsonscher Krankheit) deuten Fixierung auf Rationales an. Oft ist ein Elternteil grüblerisch und/ oder zwanghaft im Denken, auch „in sich verschlossen“. Das Bild des „Verhungerns im Käfig der Ratio“ ist für Eltern und das erwachsen gewordene Kind treffend. Es gilt, sich der Macht der Sprache bewusst zu werden, um sie bei sprachlicher Begabtheit nicht manipulativ zu missbrauchen.

Aufgabe: „Wissen ist Macht ...“ fixiert einen auf relatives Wissen.

VERSUCHUNG UND LÄUTERUNG

Pluto / Mond

Diese Konstellation charakterisiert eine stark intensivierte Empfindungswelt, die zudem stark an analoge Gedankenwelten gebunden ist. Eine in der Tiefe sehr subtile Beziehung zum gleichgeschlechtlichen Elternteil ist wahrscheinlich. Es besteht eine unbewusste Angst, die Liebe dieser Person zu verlieren. Daraus folgen oft kontrollierte Empfindungsäußerungen, die zuvor „angedacht“ waren. Diese Kontrolle führt dazu, sich Gefühle oft nur vorzustellen und zu fantasieren – anstatt sie innerlich zu empfinden und im Außen zu leben und zu erleben.

In den meisten Fällen wird das Kind in eine familiäre Situation geboren, in der die Mutter unter-schwellig dominant ist. Bei Jungen kann auch der Vater ein diesbezügliches Machtproblem haben. Häufig ist es nötig, Empfindungen und seelische Bedürfnisse sorgfältig bis zwanghaft zu kontrollieren, um Geborgenheit und Nestwärme zu bewahren. Erfahrungsgemäß besteht oft eine (manchmal lebenslange) schicksalhafte Bindung an das entsprechende Elternteil, da das Kind „nicht aus dessen Vorstellungswelt entlassen wird“. Daher hat auch der dann Erwachsene Probleme „loszulassen“. Der seelische Bemächtigungsdrang führt so zum Symptom der Verlustangst.

Im Grunde hat man Angst, von dem verlassen zu werden, in dessen Vorstellungen man lebt. Es zeigt sich die Furcht, die eigene Identität zu leben! Das Eigenbild muss in jedem Falle grundlegend erneuert werden, denn es entspricht nicht der Wirklichkeit. Der unbewusste Todeswunsch markiert diese Diskrepanz: Der Tod wird als letzte Möglichkeit von Befreiung bereitgehalten. Es drängen sich dem Menschen Gedanken- und Gefühlsbilder auf, denen er sich (leidenschaftlich und inbrünstig) ausliefern will.

Aufgabe: Empfindungen auch ohne bewusste Rechtfertigung zulassen.

MIT ALLEM BEGEHRLICH VERBUNDEN

Pluto / Waagevenus

Partnerschaftliches Verhalten nimmt das Kind als subtil strukturiertes Verhältnis von Macht und Ohnmacht wahr. Es sieht die Eltern gleichsam in vertauschbaren Rollen, als Täter und Opfer. Dies ist Grund für die Entstehung des Machtkomplexes. Es hindert nicht, trotz der Vielseitigkeit im Denken auf inhaltliche (auch qualitativ richtige) Unterscheidungen und Unterschiede zu achten, auch bei Begegnungen mit Menschen.

Dabei ergeben sich jedoch aufgrund der frühkindlichen Geschichte oder der karmischen Vorgeschichte die größten Probleme. Eheähnliche Verhältnisse setzen sich durch: Man bindet sich an andere, tut es aber doch nicht „ganz“. Vollzieht sich dies unbewusst, so ist es möglich, dass man sklavisch am anderen hängt – oder ihn (auch aus sadistischen Motiven) an sich bindet, obwohl man ahnt, dass dies der gemeinsame Untergang sein könnte. Derartig finden sich häufig Machtkomplexe widergespiegelt, die Ursache für große, in geistigem Starrsinn begründete emotionale Schmerzen sein können. Ist der Mensch von ihnen betroffen, so muss er lernen, den anderen aus

seiner eigenen Vorstellungswelt und seinen Phantasmen zu entlassen, den anderen somit loszulassen.

Aufgabe: Lernen, die Mündigkeit des Partners und seine Ideen zu akzeptieren.

ZUVIEL IST NOCH ZU WENIG

Jupiter / Sonne

Der Lebensantrieb und damit auch das subjektive Lebensgefühl unterliegen einem starken expansiven Impuls. Dieser führt vor allem im tatsächlichen Verhalten zu oftmals allgemein >ÜBERTRIBENEN REAKTIONEN. Dies kann allerdings in Zeiten, in denen Energieüberschüsse und auch >HOFFNUNGSFÄHIGKEIT nötig sind, sehr hilfreich - auch für andere - sein. Es ist aber wichtig, ein wenig Realismus über die eigene Persönlichkeit zu entwickeln, denn das >WUNSCH-ICH KLAFFT MIT DEM REAL-ICH AUSEINANDER. Der sich dabei ergebende Unterschied wird häufig nicht wahrgenommen und bewusst außer Acht gelassen, um sich weiterhin eine >BEWUSST GEFÜGTE LEBENSEINSTELLUNG zu suggerieren.

Aufgabe: Wissen durch tatsächliche Erfahrungen lebendig machen.

DAS LEBEN IST SCHÖN

Jupiter / Waagevenus

Bei entsprechendem hohem Entwicklungsniveau hat der Erwachsene – dabei einem oder beiden Elternteilen nachfolgend – in der Regel ein ausgeprägtes Gespür für Ästhetik und Schönheit. Er will es mit anderen unbedingt teilen. Dieser Wunsch ist zuweilen derart stark, dass es zu einer Angst vor dem Alleinsein kommen kann. Wenn nicht andere Geburtsbildfaktoren sie verstärken, so stellt diese Angst kein unüberwindliches Problem dar, denn sie beruht nicht auf frühkindlichen Schädigungen. Ursächlich ist vielmehr das Teilenwollen mit anderen Menschen. Allerdings muss man darauf achten, andere Menschen oder deren Ideen nicht als „persönliches Eigentum“ zu betrachten (weder latent noch virulent) oder dies vor Dritten zu bekunden. Wichtig ist auch, die lebensbestimmenden tragfähigen Leitmotive nicht zu häufig zu wechseln.

Aufgabe: Geduld und Gründlichkeit innerhalb der geistigen Welt üben!

DIE SONNE UND DER MOND

Sonne / Mond

Probleme entstehen bei dieser Konstellation durch den Umstand, dass die bewusste Lebenshaltung (die Lebenseinstellung, das Verhalten) von unbewussten Impulsen mehr als bei anderen Menschen gestört wird. Dies hat in der Regel seine Ursache bei den Elternteilen, die irritierend auf das Kind wirken und bei ihm zwiespältige Erfahrungen und Erlebnisse auslösen und begünstigen. Anders formuliert: Vater und Mutter werden vom Kind nicht als menschliche Einheit erlebt. Sie erscheinen ihm als widersprüchlich. Das Kind kann sich nicht ausreichend am männlichen und weiblichen Archetyp des entsprechenden Elternteils orientieren.

Archetypische Orientierung aber benötigt jeder Mensch, denn ihm fehlt zunächst die Orientiertheit „aus eigener Kraft“. Diese wird von den Eltern der Form ihrer jeweiligen Anlagen gemäß dem Kind vorgegeben. Das Problem bei dieser Konstellation beinhaltenden Geburtsbildes ist nicht, welche Orientierung dem Kind zur Verfügung steht, sondern dass der Orientierung die geschlechtliche Eindeutigkeit und damit die männliche und weibliche Wesensidentität fehlt.

Aufgabe: Ständiges Prüfen des Verhaltens. Beruhigung des Wesens.

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 Kollektivprofil. So entsteht bei Kombination mit den Aussagen des Kollektivprofils 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 „Ungereimtheiten“ 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

ICH SCHAFFE ES MIT EIGENER KRAFT

Saturn / Mars

Erscheinungsform (Auswirkung):

Wissen Sie von materiellen oder finanziellen Problemen Ihrer Eltern vor Ihrer Geburt oder in Ihrer frühen Kindheit? Wahrscheinlich erlebten Sie die Existenzkrise Ihrer Eltern unbewusst mit. Eine ständige Atmosphäre unterschwelliger Gereiztheit dürfte geherrscht haben. Sie wuchsen in der Folge mit einer mehr oder weniger direkt spürbaren Konkurrenz- und Widerstandshaltung auf. Und Sie richteten Ihre Aufmerksamkeit folgerichtig auf zahlreiche Widerstandsarten, um diese überwinden zu lernen. So entstand schon früh eine Art zugleich von Antrieb und Hemmung, „ein Autofahren mit angezogener Handbremse“. Solcher Reibungsverlust einerseits führte andererseits zu einer ständigen Energieakkumulation (wie das Autofahren mit angezogener Handbremse Wärme und Hitze erzeugt, die sich staut).

Im Laufe der Zeit summieren sich so auch Spannungen, bis sie nur noch schwer zu ertragen sind. Schließlich werden sie in die Außenwelt „übertragen“, auf einen anderen „Träger abgeladen“. Psychologen nennen das auch „Projektion“. Sie finden dann Ihre eigenen oft negativen Energien nicht mehr nur in sich selbst, sondern auch in anderen Menschen oder Situationen. So kämpfen Sie schließlich nicht mehr nur in sich selbst und gegen sich selbst, sondern auch gegen andere.

Verspüren Sie Konkurrenz, so müssen Sie sich zur Leistung zwingen. Es entsteht eine Vormacht des Leistungsprinzips. Widerstand fordert Sie zu Leistungen heraus. Sie beginnen, sich mit Aufgaben zu identifizieren, die schwer zu bewältigen sind, die Ihnen aber das „Sich-Durchboxen-Müssen“ garantieren. Je mehr sich dieses Verhalten bei Ihnen „einschleift“, desto mehr entsteht ein oftmals fast absurder Tätigkeitsdrang, der in keinem angemessenen Verhältnis mehr zu Ihrer Eigenentwicklung und zu den Maßstäben der Umwelt steht. Das Alibi für solches Tun finden Sie in der Rolle des oder der Fleißigen und Tüchtigen, der oder die in ständigem Tätigkeitszwang nie aufhören kann, irgendetwas zu tun. Genau jetzt wird es wichtig, dass Sie sich in einem positiven Sinn um sich selbst kümmern!

Im Alter, wenn äußerliche Leistungsziele langsam verblässen, kommt es möglicherweise zu einer grundsätzlichen Krise, denn die kompensatorisch betriebene Suche nach „Widerstandsherausforderungen“ bleibt Ihnen erhalten – falls Sie das Problem nicht in den Griff bekommen haben. Sie sind dann nach wie vor nur sehr schwer in der Lage, sich zu entspannen. Der Name für Ihre Art der Entspannung ist dann „Erschöpfung“. Und ihre widerstandsorientierte Energie richtet sich dann möglicherweise wieder nach innen, es kommt zur Autoaggressionen oder auch zu einer ewig kritischen, „nörgeligen“ und unzufriedenen Lebenshaltung.

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

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Sie befanden sich in einem Energiestau, Lebensenergie konnte nicht ungehindert fließen. Der Stau erzeugte ein permanentes Gespür für Widerstände und in der Folge den Wunsch, sie zu überwinden. Dies zeigte sich schon früh in subjektiv als schwer empfundenen Lebensbedingungen und einer unbewussten Widerstandshaltung gegen alles, was sich nicht Ihrem Willen anpassen wollte. Ihr Lebensgefühl: „Ich muss und ich will immer kämpfen, denn das Leben ist ein Kampf.“

Empfehlung (Lösungsweg)

Lernen Sie sich zu entspannen. Gönnen Sie sich Ruhepausen. Das ist für Sie fast das Wichtigste überhaupt. Pausen sind gerade für Sie dauerhaft um ein Vielfaches wichtiger als Aktivität „um jeden Preis“! Integrieren Sie in Ihren täglichen Tagesablauf eine „Pausenkultur“ und versuchen Sie unbedingt, nicht alles und alle als Gegner zu sehen! Wenn Sie Pausen einlegen, dann bitte immer nur nach einer zuvor erfolgten angemessenen, vorrangig physischen Anstrengung. Pausen um der Pausen willen werden Ihnen wenig nützen, denn ein Mensch wie Sie braucht immer einen vorzugsweise körperlich spürbaren Grund, sich zu erholen.

Daher hilft Ihnen im Allgemeinen ausdauernde körperliche Bewegung ohne zu großen Leistungsdruck, Ihr mehr oder weniger großes Aggressionspotenzial abzubauen und gleichzeitig die erwähnte „Pausenkultur“ in Ihren Lebenslauf zu integrieren. So erlangen Sie fortschreitend die Fähigkeit, große Leistungen, auch mit fremder Hilfe, mit größerer innerer Gelassenheit und mit einem wirklich guten Selbstwertgefühl zu erbringen. Und machen Sie nicht mehr alles allein, delegieren Sie Arbeit und sagen Sie sich: „Nie wieder Einzelkämpfer!“ Auch ein aus Ihrer Sicht zeitweise niedrigeres Leistungsniveau genügt, um alle Ansprüche, die Sie an sich stellen, zu erfüllen.

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Knochenentzündungen, allgemeine Durchblutungsstörungen, Rheuma und Gicht, erhöhte Fieberneigung, Gallenerkrankungen (Steine), häufige Kopfschmerzen, Zahnerkrankungen (vor allem Karies), Muskelkater und -schmerzen, zu hoher Blutdruck.

DER LANGE WEG ZUM GLÜCK

Saturn / Zwillingenmerkur

Erscheinungsform (Auswirkung):

Möglicherweise sind Sie einer der Menschen, die durch einen Kaiserschnitt zur Welt kamen. Oder bei deren Geburt es zum Teil zu sehr ernststen Komplikationen im Sinne von „versperrten Wegen“ oder „zu langsamen Bewegungen“ kam. Heute weiß man, dass ein solcher, sicherlich nicht leichter Weg ins Leben für jedes Neugeborene schwer zu „verarbeiten“ ist. Denn: Der eigentlich natürliche Kontakt mit der Mutter unmittelbar nach der Geburt konnte so meistens nicht zu Stande kommen – und wenn, dann erst längere Zeit nach dem eigentlichen Geburtsvorgang.

Als Neugeborenes waren Sie zunächst ein fühlendes Wesen, das mit den Geburtseignissen „nicht fertig werden konnte“. Es bestand vermutlich ein Mangel an ersten, unendlich wichtigen „Einheitsgefühlen“ mit dem mütterlichen Körper, denn Ihnen wurden wahrscheinlich zu wenig beruhigende, wärmespendende (im Sinne des mütterlichen Hautkontaktes) oder vertrauensbildende Gefühle ermöglicht. Man sollte in diesem Zusammenhang bedenken: Auch eine nur kurze Trennung von der Mutter muss für Sie sehr schwer gewesen sein, denn Sie sahen sich einer „Übermacht“ an Gestalten, einer „Reizflut von Eindrücken“ und „unnatürlichen Gefühlen“ ausgeliefert, die ein Neugeborenes normalerweise so nicht erlebt (zum Beispiel in Form von Ärzten und Schwestern und ihren Handlungen).

Jedes Kind ist prinzipiell in den ersten Wochen, Monaten und Jahren auf das Gefühl der Übereinstimmung mit der Mutter angewiesen! Vermutlich wurde dieses Bedürfnis in Ihrem Fall nicht gut genug erfüllt. Sie dürften daher tief in Ihrem Innern sehr irritiert gewesen sein. Dies könnte dazu geführt haben, dass Sie das Urvertrauen in Ihre eigenen Gefühle vorübergehend verloren. Sie fühlten sich abgewiesen und allein gelassen und konnten sich seelisch mit nichts wirklich identifizieren: Ein ernst zu nehmendes Problem, denn Sie haben als Reaktion beziehungsweise als Schutzreflex auf die zu wenig gefühlsbetonte frühkindliche Betreuung eine grundsätzliche Skepsis gegenüber dem Leben entwickelt.

Wenn Ihre Geburt ohne Kaiserschnitt erfolgen konnte, so kam es wahrscheinlich in den ersten Lebensjahren zu einem Wechsel der Bezugsperson. War ihre Mutter krank, musste sie den ganzen Tag arbeiten oder waren Sie selbst vielleicht lange krank und im Krankenhaus? Oder erlebten Sie es, dass sich „Kompetenzen“ bei Ihrer Erziehung ständig „überschnitten“ oder wechselten: mal der Vater, mal die Mutter, mal die Großeltern, mal vielleicht ein Kindermädchen? Das Resultat: Aus tief enttäuschten Gefühlen wurde Ihr Intellekt zur Grundlage Ihres Verhaltens. Und durch seinen Einsatz kompensieren Sie in vielen Situationen das Empfinden und Fühlen.

Als Erwachsener neigen Sie dazu, Ihre Umwelt zu neutralisieren. Sie versuchen, Ihre Umgebung möglichst von allem, „was gefühlsmäßig schwer zu verarbeiten ist“ zu befreien. Sie suchen Kalkulierbarkeit und reagieren auf unbestimmte Eindrücke zunächst rational und sachlich. Ihr Intellekt soll die Wunde schützen. So dürften Sie oft versuchen, Ihr angeschlagenes Vertrauen in sich selbst und damit das Urvertrauen in die Umwelt durch intellektuelle Schärfe und demonstrative Verbalisierungen zu ersetzen. Die Spanne hierbei reicht von „einfach viel reden“ bis zu brillantem, tief fundiertem Wissen. Gegebenenfalls entsteht bei Ihnen jedoch auch eine „analytische Verengung“ des allgemeinen Lebensgefühls, ein beobachtbarer Mangel an Vitalität begleitet von „Fahllheit und Blässe“.

Aus der allgemeinen Skepsis gegenüber Ihrer Umgebung entsteht in Ihnen immer wieder der Wunsch, sich Ihrer Umwelt zu beweisen. Sie fordern eindeutige Anerkennung. Die unterschwellig vorhandene Angst vor Abweisung während Ihrer Kinderzeit bewirkt dabei jedoch ein narzisstisches Spiel: „das Etwas-sich-versagen und das Sich-etwas-versagen“. Im Sich-versagen spiegeln sich frühe Abweisungen mit umgekehrten Vorzeichen „wider und wieder“ – und Sie schaffen sich einen plausiblen Grund für ein intellektuelles, rationales Lebensgefühl. Auf Dauer wird es Ihnen damit nicht gut gehen und daher sollten Sie sich diesem schwierigen Lebensthema mit aller Kraft stellen.

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

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Sie fühlten vermutlich schon als Neugeborenes, von Ihrer Mutter nicht so angenommen zu werden, wie sich dies ein Kind unbewusst wünscht. Es kam in Ihrer Kindheit früh zu einem „Verstehenwollen“ der Vorgänge in Ihrer Umgebung und des unbewusst gespürten Mangels an gefühlsmäßiger Zuwendung. Möglicherweise erlebten Sie, dass es zu häufigen Wechseln wichtiger Bezugspersonen kam. Ihr Lebensgefühl in Situationen unsicherer Beziehungen: „Denken rettet mich!“

Empfehlung (Lösungsweg)

Lernen Sie, Ihren eigenen Gefühlen zu vertrauen! Dies ist für Sie fast das Wichtigste. Es wird Ihnen ermöglichen, auch den Gefühlsäußerungen anderer Menschen besser zu vertrauen. Lassen Sie doch die (oftmals unbegründete) Skepsis fallen, die Sie dem Leben gegenüber zeigen, und „gewähren Sie Vertrauensvorschüsse“, so oft es Ihnen möglich erscheint. Treffen Sie Ihre Entscheidungen nicht immer nur mit dem Kopf. Ihr Lebensmotto: „Mein Verstand ist nur dazu da,

seine eigenen Grenzen zu erkennen.“ Aber: Auch Ihr Herz besitzt Verstand; hören Sie darauf!

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Diabetes, Anämie, allgemeine Abwehrschwäche, Bronchialleiden, Asthma, Hörsturz.

WAHRHAFT LEBEN IST ARBEIT AN SICH SELBST

Saturn / Sonne

Erscheinungsform (Auswirkung):

Wahrscheinlich haben Sie schon sehr früh lernen müssen, selbst zu entscheiden, was richtig und falsch, gut oder böse, nötig und unnötig ist. Sie mussten sehr früh selbstständig werden. Zu früh? Waren Sie nicht als Kind bereits ein kleiner Erwachsener? War es nicht so, dass nicht nur Sie sich auf Ihre Eltern, sondern Ihre Eltern sich auch sehr stark auf Sie verlassen haben? Nun, Sie dürften Ihrerseits jedenfalls eine große körperliche und/ oder psychische Belastbarkeit signalisiert haben, für die Aufbürdung von Aufgaben geeignet und bereit zu sein. In dieser Hinsicht gab es vermutlich ein perfektes unbewusstes Zusammenspiel zwischen Ihnen und Ihren Eltern. Allerdings erlebten Sie dadurch vermutlich eine Kindheit, in der spielen, lachen, spontane Freuden und kindliche Unbekümmertheit eher zweitrangig waren. Waren „wärmende“ und vertrauensfördernde Gesten Ihrer Eltern eher selten oder wurden nur dann zuteil oder gewährt, wenn eine außerordentliche Leistung von Ihnen erbracht worden war?

Leistungsbewusstsein und der unbewusste Wunsch, brauchbar und nützlich zu sein, standen immer sehr im Zentrum Ihrer Lebenswahrnehmung – und stehen auch heute noch dort. Sie wurden einfach zu früh „verlässlich“ und „vernünftig“ und mussten Ihrem Alter nicht angemessene Aufgaben übernehmen. Sie glaubten, nicht liebenswert zu sein und versuchten zu oft, dies durch Leistung zu kompensieren, um Anerkennung zu finden. Sie waren und sind ein Stresstyp!

Wahrscheinlich besteht bei Ihnen auch eine starke unbewusste Identifikation mit Ihrem Vater, gelichgültig ob Sie ihn als kalt, abweisend, autoritär, schwach oder als gütig, herzensoffen, sehr gerecht und voll positiver Stärke erlebt haben. Um sich selbst verwirklichen zu können, mussten Sie „aus dem Schatten des Vaters treten“, sich von einem Ideal lösen, dem man mit großen Leistungen imponieren will oder muss. Ihre vorrangige Aufgabe ist nämlich: Selbstverwirklichung.

Da Sie das Unverwechselbare Ihrer Subjektivität nur „sporadisch ausleben“ durften, wurde die „innere Dimension“ für Sie zu einer „unbekannten Größe“. Zeigen würde sich das Unbekannte gerne in Form großer Emotionen, aber eine gewisse Schwellenangst hindert Sie, sich dem zu öffnen. Unter ständiger innerer Willensspannung leiden Sie darunter, Ihren Emotionen nicht genug Raum geben zu können. Diese Spannungen sind nur schwer abbaubar. Sie leben zu oft und zu lange in einer „Hab-Acht-Stellung“, man nennt das auch „sympathikotone Überdrehung“. Sie sind zu sehr auf das Außen fixiert. In der Innenwelt warten jedoch Aufgaben, die bearbeitet werden wollen. Also: „Orientieren Sie sich um“ und machen Sie sich an die Arbeit, das können Sie doch wirklich gut!

Aber: Vermeiden Sie jede Flucht in ziellosen Fleiß und zweckloses Tun und „unnütze Brauchbarkeit“. Sie sind oder wären bei solchem Handeln im äußeren Auftreten überkorrekt und streng, grenzen sich mit solcher Haltung unbewusst („Man lässt sich ja nicht gehen ...“) von anderen ab, um sich vor emotionalen Auseinandersetzungen zu schützen. Gut, letztlich werden Sie Ihren Weg gehen und „alle Steine beiseite rollen“, denn tatsächlich: Sie können fast alles schaffen!

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

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Sie mussten viel zu früh Ihrem Alter nicht kindgemäße Pflichten und Verantwortungen übernehmen. Sie wurden zu schnell erwachsen und wuchsen in einer prinzipiell leistungsorientierten Umwelt auf. Ihr damaliges Lebensgefühl: „Nur die erbrachte Leistung macht mich aus! Ich bin schon ein Erwachsener – und das ist gut so!“ Fixierungen auf erbrachte oder zu erbringende Leistungen in der Außenwelt, über die Sie sich definierten, versperrten Ihnen den Zugang und selbst den Blick auf Ihre reichen inneren Schätze. Im Innen ähneln Sie einem reinen Diamanten! Wussten Sie das?

Empfehlung (Lösungsweg)

Versuchen Sie, Ihr Selbstwertgefühl nicht nur an der erbrachten Leistung (zum Beispiel im Beruf) zu messen. Sehr wichtig: Lernen Sie sich zu entspannen. Ruhen Sie! Ihr Motto sollte lauten: „Ich arbeite, um gut zu leben.“ Und nicht: „Ich lebe, um gut zu arbeiten.“ Denn unter einem solchen für Sie fragwürdigen Motto wird das Leben „hart“ – und Ihr Herz wird dem folgen. Und solche „Verhärterungen sind doch schade, weil Sie sich und anderen eigentlich den größten Gefallen damit tun, zuerst immer auf Ihr Herz zu hören. In Wirklichkeit haben Sie nämlich kein „Herz aus Stein“. In Ihrem Herzen pulsiert das Leben in seiner ganzen Erhabenheit, in Freude und in Gelassenheit.

Noch eine Bemerkung zum Thema „Lebensverantwortung“: Tragen Sie niemals (wieder) die Lasten anderer! Tragen Sie nur Ihre eigene Last. Das reicht! Tun Sie dies mit Würde, so wie Sie allen, denen Sie ihre Lasten zurückgeben, auch ihre Würde zurückgeben. Ihr Motto könnte daher lauten: „Jedem das seine, nicht mehr und nicht weniger!“

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Arteriosklerose, alle Steinleiden, Herz- und Kreislaufkrankungen, Knochen-, Ohr- und Kniegelenkserkrankungen, hoher Blutdruck, Diabetes und Unterzuckerungsphasen, Neurodermitis.

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 „Welt-schmerz“, 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.

NICHTS BLEIBT WIE ES IST

Saturn / Uranus

Erscheinungsform (Auswirkung):

Stellen Sie einmal Ihre Eltern vor sich nebeneinander auf. Schauen Sie sie nun an: Haben Sie nun geistig ein „harmonisches“ oder eher „unharmonisches“ Bild von beiden vor Augen? Waren Ihre Eltern das, was man im klassischen Sinne „ein Paar“ nennen könnte? Vor allem: Waren sie für Sie als Kind ein Paar? Oder sind sie in den Tiefen Ihrer Persönlichkeiten eigene Wege gegangen, blieben – wenn sie sich nicht getrennt haben sollten, was auch nicht unwahrscheinlich ist – trotz eines gewissen Miteinanders jeweils allein?

Nun, vieles deutet darauf hin, dass Sie bereits als sehr kleines Kind mit subjektivem Gespür eine Kluft, vielleicht sogar eine charakterliche und wesenhafte Unvereinbarkeit zwischen Ihren Eltern bemerkten, dass Sie schon als Kind an und vor allem mit Ihrem Vater und Ihrer Mutter litten. Oft ist die Wahrnehmung eines Kindes in solchen Fällen sehr genau, und man sagt zurecht: „Kindern kann man nicht wirklich etwas vormachen.“

Jedes Kind trägt seine Eltern in sich. Und jeder Erwachsene auch. Von den Eltern kann man sich nicht trennen und Eltern können sich nicht von ihren Kindern trennen. Was in der Lebensrealität bisweilen „gelingt“, ist in „der inneren Wirklichkeit“ unmöglich. Erwachsene Paare können Verbindungen auflösen, Eltern und Kinder jedoch niemals. Da Sie als Kind mit Blick auf sich selbst „das Eine“ waren und sich selbst auch als „eins“ wahrnahmen, Ihre Eltern hingegen aber als zwei in ihrem tiefen Wesen sehr unterschiedliche Menschen empfanden, haben Sie sehr wahrscheinlich die Unvereinbarkeiten Ihrer Eltern auf sich selbst projiziert. Aus Ihrer Sicht bildeten die Eltern nicht wirklich eine Einheit und so konnten Sie auch in sich selbst nur schwer oder gar nicht einen „einheitlichen Zustand“ gewinnen.

Ein solcher Zusammenhang ist als solcher eigentlich „gar nicht möglich“, denn von seiner innerseelischen Dynamik her ist er für ein Kind kaum ertragbar. Die Situation war also wirklich ernst,

denn als Kind mussten Sie in der Folge nun alles tun, um die tief gespürte Unvereinbarkeit Ihrer Eltern für sich selbst innerlich leichter tragbar, leichter lebbar zu machen. Im Grunde kennzeichnete Sie der Wunsch, aus der bestehenden „Lebensform als Zustand der Zerrissenheit“ herauszuspringen zu wollen.

Nun, heute und als erwachsener Mensch haben Sie einen anderen Blick auf Ihre Eltern, eine weiterentwickelte Sicht. Diese kann sehr wohl mit der zuvor beschriebenen konkurrieren, ihr entgegenstehen – oder sie aber bestätigen. In allen Fällen wäre es jedoch für Sie ratsam, sich in einer tiefen Bewegung nach innen Zeit zu nehmen, um in der dort verbliebenen „Kindlichkeit“ dem „eigenen kleinen Kindsein“ von früher zu begegnen und es nach seiner wahren Befindlichkeit zu befragen. Lauschen Sie der leisen Stimme dieses Kindes in Ihnen, seinen vielleicht nur zaghaft gesprochenen Worten, seinem stockenden aber auch drängenden Mitteilungsbedürfnis. Es wird Ihnen etwas erzählen „von Papa und Mama“ und von sich selbst – und dass es sich so schwer in beiden finden konnte, dass es sich manchmal sogar ganz zerrissen fühlte und dass es das alles so wenig sehen wollte, dass es sich so sehr nach Positivem und nach Harmonie sehnte. Und Sie werden sich in diesem Kind erkennen.

Um all diese Eindrücke „ungesehen“ zu machen, dürften Sie vermutlich einen deutlichen Hang zum „Zweckpositivismus“ gehabt haben, einen Hang, der Sie auch heute noch kennzeichnet. Weil man das Unvereinbare nicht in sich vereinen kann („zwei Seelen in meiner Brust“ geht auf Dauer eigentlich nicht), dürften Sie in konfliktgeladenen Situationen oft versuchen, sich innerlich möglichst unbeteiligt „zu arrangieren“. Vielleicht sind Sie manchmal auch übertrieben „lavie-rend-larvierend“, überaus freundlich, perfekt in allen Umgangsformen. Dies ist allerdings auf Dauer doch ein recht untauglicher Versuch, innere Diskrepanzen überspielen zu wollen.

Die Abkehr vom eigenen Innen wird zudem auf Dauer mit vermindertem Vertrauen in die eigene Gefühlswelt und in die Spontaneität des Lebens selbst bezahlt. Sie sind oder wären somit/ dann sehr „kopforientiert“. Sie sähen sich selbst auf der Bühne des Lebens zu, immer als Zuschauer, nie als Beteiligte(r). Sie könnten in der Folge bald alles und jeden kalkulieren – würden selbst aber auch kalkulierbar. Etwaige schwierige, disharmonische Situationen würden Sie mit verbindlicher Freundlichkeit vom Tisch wischen. Was bliebe, wäre die ständige Erfahrung der Unvereinbarkeit der eigenen Person mit dem Leben. Auf den Punkt gebracht: Sie gehen Problemen einfach zu lange und zu oft aus dem Weg! Denn: Konflikte erinnern Sie häufig an den Urkonflikt Ihrer Eltern, den Sie vielleicht bis heute in sich selbst nicht überwunden haben.

Und bitte bedenken Sie: Wenn Sie Disharmonie immer und um jeden Preis vermeiden wollen, stauen sich aggressive Impulse in Ihrem Innern auf und zehren Sie von innen her auf. Darunter leidet dann auch ihre körperliche Konstitution und Sie würden schließlich „an sich selbst“ krank.

Hinweis: Dieses Persönlichkeitsprofil wirkt sich sowohl auf den spirituellen als auch auf den seelischen Ebenen aus.

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Schon sehr früh und sehr deutlich empfanden Sie die Unvereinbarkeit stark auseinander strebender Lebenskräfte. Das was für Sie häufig an den sehr unterschiedlichen Charakteren Ihrer Eltern ablesbar. Ihr tief sitzendes und vieles bestimmendes Lebensgefühl von heftiger innerer Zwiespältigkeit („zwei Seelen in der Brust“) bewirkte Ihren starken Hang zum Positivismus und die Entwicklung einer ausgeklügelten Strategie zur Umgehung von Konflikten. Positivismus und Konfliktscheu forderten aber den Preis der nur noch stockenden Weiterentwicklung, da kontinuierliche Arbeit auf Dauer nur schwer durchzuhalten war.

Empfehlung (Lösungsweg)

Sie sollten die Suche nach Harmonie nicht aus Angst vor mitmenschlicher Konfrontation betreiben. Sie sind ein ungeschliffener Diamant mit kleinen „Schönheitsfehlern“, also etwas, was die Natur bereit hält, um Unterschiede zu machen. Wären alle Menschen von Natur aus „lupenrein“, dann gäbe es keinen individuellen Weg zur Individualität. Es geht also gar nicht darum, diese Schönheitsfehler „einfach loszuwerden“, sondern sie durch den jeweils „richtigen Schliff“ zu bewahren. Konfrontieren Sie sich also konsequent mit Ihren „kleinen Schönheitsfehlern“, erst dann können Sie durch den Schliff an der richtigen Stelle die individuell richtige und für Sie „gute Form“ finden.

Und noch etwas: Behalten Sie auch die „Fassung“. Versuchen Sie, einmal „eingefasste“ Lebensformen dauerhaft zu halten und „springen“ Sie nicht schon immer bei geringfügigem Anlass gleich aus der gewählten Form. Andererseits müssen Sie aber auch darauf achten, nicht zu lange in Lebensformen zu verharren, die Ihrer körperlichen, seelischen oder geistigen Gesundheit eigentlich nicht mehr zuträglich sind. Wenn eine Trennung vollzogen werden muss, dann tun Sie es. Wohl überlegt, ruhig und konsequent. Manchmal findet sich auch für einen individuell geschliffenen Diamanten erst später die wirklich richtige „Fassung“.

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

große allgemeine Erschöpfbarkeit, Tuberkulose, manisch-depressives Syndrom, Thrombosen, Neuralgien, Nierengriß.

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 notwendige 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 irgendetwas 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 „Entferntheit 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 Entferntheit 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 Geisteserkrankungen (in extremen Fällen Schizophrenie), manchmal Erstickungsgefühle und Beengungspsychosen, nervöse Hautstörungen (hektische Flecken), Herpes labialis.

WER NICHTS BEWEGT BEWEGT AM MEISTEN

Neptun / Mars

Erscheinungsform (Auswirkung):

Empfinden Sie es manchmal als schade oder als lästig oder vielleicht sogar als belastend, dass Sie in vielen Situationen sehr langsam oder sehr spät reagieren? Wünschen Sie sich gelegentlich, schneller, gezielter oder effektiver handeln zu können? Brauchen Sie manchmal auch aus Ihrer Sicht zu lange, um „in die Gänge zu kommen“?

Ihre Wahrnehmungen täuschen Sie nicht: In der Tat kennzeichnet Sie eine gewisse Antriebschwäche, ein Ausbleiben nötiger Reaktionen auf äußere Bedingungen oder Anlässe, eine Art „Laufen auf Sparflamme“. Sie finden es häufig besser „still zu sein“, als Ihrem berechtigten Ärger „laut Luft zu machen“ oder einfach deutlich Ihre Meinung zu sagen. Oder etwa nicht? Meinen Sie, in Ihrem Verhalten das genaue „Gegenteil“ darzustellen, so haben Sie die Kompensationsform dessen vor Augen, was oben unter dem Stichwort „Antriebschwäche“ thematisiert wurde: Das heißt Sie tun so, „als ob“ Sie vor Kraft und Energie strotzen, „als ob“ Sie „Bäume ausreißen“ könnten und „als ob“ Sie jeden Job in der Hälfte der Zeit erledigen könnten, die andere dafür benötigen. Seien Sie ehrlich: Das ist im Grunde doch Unsinn! In Wirklichkeit mögen Sie lieber die Ruhe, die Besonnenheit, vielleicht sogar das, was man früher mit dem Wort „Müßiggang“ beschrieben hat. Möchten Sie nicht regelmäßig morgens einfach im Bett liegen bleiben, weiterschlafen, weiterträumen, einfach alles abfallen lassen, was beschwert, was fordert, was drückt? Mögen Sie nicht eine gewisse „gesunde Unordnung“ im Leben? Oder zuweilen einfach nur schweben, nur sein, unbehelligt vom Andrang der Welt in den Tag hineinleben ...?

Gerne würde man Ihnen sagen: „Tun Sie das!“ Doch „die heutige Welt“ würde es Ihnen schon nach kurzer Zeit nicht verzeihen, wenn Sie – aus der Sicht dieser Welt – so „unbrauchbar“ werden würden, so wenig nützlich und effektiv in Ihrem Handeln und Ihrer zu leistenden Arbeit. Das wissen Sie. Also würden Sie versuchen, den Anforderungen doch zu genügen.

Aber wie schwer fällt es Ihnen, Anforderungen zu genügen? Abhängig von Ihrem Alter und besonders auch von Ihrer jeweiligen körperlichen Verfassung – um die Sie sich mehr als andere Menschen kümmern sollten – dürften Sie Ihren eigenen und den fremden Wünschen und Notwen-

digkeiten mal hervorragend, mal weniger gut und manchmal auch gar nicht entsprechen können. Das wird Sie immer „viel Kraft kosten“, Kraft, die Ihnen – auch Ihrer eigenen Einschätzung nach – eben nicht im Übermaß zur Verfügung steht. Denn das ist die Folge Ihrer mehr oder weniger stark ausgeprägten „konstitutionellen Antriebsschwäche“.

„Woher also nehmen, wenn nicht stehlen?“, dürfte eine der wichtigsten Fragen in diesem Zusammenhang lauten! „Woher nehme ich die für ein hinreichend ‚geordnetes Leben‘ nötige Energie, vor allem in Zeiten hohen Energiebedarfes?“ Oder genauer: „Wie kann ich in mir neue Energien erzeugen oder neue Energiequellen erschließen, und zwar ohne – sowohl dabei als auch dafür – zu viel der noch vorhandenen Energie zu verbrauchen?“

Sie sehen: Hier geht es für Sie um „fundamentales Energiemanagement“ und damit um für Sie eigentlich existenzielle Überlebensfragen. Denn ohne Energie läuft nichts, auch das Leben nicht. Auch Sie brauchten ja schon während des Geburtsvorganges eine ungeheuer große Energiemenge, um sich überhaupt erst einmal ins Leben zu bringen und um diese größte aller Anstrengungen zu Beginn des Lebens zu überleben. Und seit Sie ins Leben getreten sind, brauchten Sie jeden Tag, jede Stunde, jede Minute, jeden Augenblick Energie, um nicht zu sterben – sowohl körperlich als auch seelisch, geistig, spirituell, je nach Ihrer individuellen Ausprägung und Anlage.

Das „energetische Geheimnis“, das Sie lüften sollen, liegt in dem, was die Wissenschaft als „Entropie“ (aus dem Griechischen: „sich in Umkehr befindend“) bezeichnet. In Kurzform beschrieben, stellt Entropie das Maß an Unordnung in einem System dar. Der Mensch wird als ein offenes System betrachtet. Je höher die Unordnung in einem System ist, desto höher ist auch die im System vorhandene Energiemenge. Das liegt daran, dass – dramatisch ausgedrückt – während des Verfalls der Dinge, wenn ein System also in Unordnung gerät, sehr viel Energie entsteht und zwar, ohne dass dafür Energie verbraucht werden muss! Um in der Folge wiederum „Ordnung herzustellen“, muss allerdings sehr viel Energie aufgewendet werden. Beispiel: Ein Kinderzimmer kann ohne großen energetischen Aufwand seiner Bewohner in kürzester Zeit in größte Unordnung verfallen – zum Aufräumen allerdings bedarf es fürchterlich viel Energie und es dauert schrecklich lange! Fazit in Kurzform: Unordnung schafft die Energie, die gebraucht wird, um Ordnung herzustellen!

Für Sie bedeutet das schlicht Folgendes: Da auch Sie als Teil des Kosmos täglich Energie brauchen, so erhalten Sie diese am besten, indem Sie in Ihrem Leben ein gewisses Maß an Unordnung absichtlich etablieren, ohne dies als nachteilig zu empfinden. Das erreichen Sie am besten dadurch, indem Sie öfter einfach „nichts“ tun! Dadurch entsteht automatisch eine gewisse Unordnung, also auch Energie. Sie sind dann, ohne es zu wissen, an die große „kosmische Steckdose“ angeschlossen und tanken die Energie, die Sie wirklich recht nötig haben.

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

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Zum Zeitpunkt Ihrer Geburt dürfte es eine Reihe Energie raubender Situationen gegeben haben, die in Ihnen als wichtige Erfahrung Eindruck hinterlassen haben. Möglicherweise war auch Ihre Geburt selbst in einer besonderen Weise „anstrengend“. Manche der Erfahrungen und Situationen dürften direkt Sie selbst betroffen haben, andere die Menschen Ihrer Umgebung – beispielsweise Ihre Mutter, Ihre Eltern. Derartige ist aber für Ihr damaliges Erleben zur zweitrangig.

Entscheidend war das Gefühl einer geschwächten Lebenskraft, verbunden mit der zunächst unbeantworteten Frage, woher die dringend benötigte neue Energie kommen solle. Solange diese Frage nicht sinnvoll beantwortet werden konnte, mussten Sie entweder Raubbau an Ihren Kräften treiben, zum Beispiel über kompensatorisches Verhalten („... ich tue so, als ob das alles nicht wahr ist ...“) oder sich immer wieder einer auf Dauer unleugbaren Antriebsschwäche ergeben.

Sie sind anlagemäßig stark angereichert mit metaphysischen Energien, die allerdings in solcher Form und ohne besondere Hinweise „zu ihrer Handhabung“ nur schwer in der Realität nutzbar beziehungsweise „positiv umsetzbar“ sind. Ihr Lebensgefühl könnte lauten: „Meine grundsätzliche Antriebsschwäche, oft verbunden mit dem bitteren Gefühl der Wehrlosigkeit, kann ich nur schwer oder nur zeitweise wirklich überwinden. Ich möchte das ändern, weiß aber nicht wie.“

Empfehlung (Lösungsweg)

Lernen Sie, die Ihnen zur Verfügung stehenden Energien mehr und mehr ökonomisch einzusetzen. „Niemals überanstrengen“ – dies sollte für Sie eine immer zu beachtende Regel sein. Werden Sie aufgeschlossener und auch vielleicht etwas „sensibler“ gegenüber „unerklärlichen“ energetischen Zuflüssen (Sie wissen, „die kosmische Steckdose“ ...). Lernen Sie weiterhin, diese konsequent für sich zu nutzen.

Außerdem werden Sie zudem lernen müssen, sich besser zu wehren! Geben Sie „Kontra“, wenn Sie „Kontra“ geben müssen! Stecken Sie nicht zurück! Leisten Sie angemessenen Widerstand! Greifen Sie an, wenn es nötig ist. Weichen Sie zurück, wenn es klug ist. Geben Sie beim „Nachgeben“ aber immer mit einer „nach vorne gerichteten gespannten Energie“ nach. Seien Sie wie Bambus, von dem man sagt: „Er fürchtet den Sturm nicht, weil er biegsam ist.“

Auch im Bereich der Sexualität liegen für Sie hervorragende Lösungswege verborgen: Die erobernde, in gewissem Sinne auch aktive Seite der Sexualität sollte Ihre größere Beachtung finden und noch mehr entwickelt werden. Möglicherweise sind Sie beim Sex oft einfach zu passiv, vielleicht haben Sie auch eine masochistische Neigung. Das ist natürlich nichts Schlimmes und Sie sollten lernen, auch solche Neigungen absichtlicher und deutlicher zu zeigen. Häufig dürften Sie zudem starke erotische Fantasien haben. Leben Sie diese auch aus. Das sollte Ihnen aufgrund Ihrer vermutlich hoch charismatischen Ausstrahlung auf das andere Geschlecht gar nicht so schwer fallen. Behindern könnte Sie allerdings eventuell eine gewisse sexuelle Versagensangst (als Bild einer vermeintlich nicht zur Verfügung stehenden Energie), die Sie sich – falls vorhanden – zunächst eingestehen lernen müssen. Erst dann kann diese sexuelle Energie verfeinert und in Form einer höheren Sexualität gelebt werden – zum Beispiel im Tantra, einer Ihnen sehr zu empfehlenden Form sexueller Vergnügung!

Ihr Blick sollte allgemein nicht zu sehr auf Ihre eigene Person, sondern öfter auch auf das „Lebensganze“ gerichtet sein. Ihre starke Medialität kann von Ihnen nur positiv und bewusst gelebt werden, wenn Sie Ihr Ich nicht allzu sehr oder gar allein in den Brennpunkt des Bewusstseins stellen.

Zunächst müssen Ihre Träume in die Tat einfließen! Doch schon die alten Chinesen sagten: „Wer nichts bewegt, bewegt am meisten.“ Entscheidend ist Ihre Einstellung zum Tun, zum Handeln, zur Produktivität, zur Leistung, zum Wachstum. All das sind Begriffe, die heutzutage einen enormen Stellenwert haben, beinahe „heilige Begriffe“. Wirtschaftlich ist jedes Geschäftsjahr, in dem es keine Wachstumssteigerung gegeben hat, ein „schlechtes, verlorenes Jahr“. Würde man Derartiges konsequent zu Ende denken, müsste es ein unendliches Wachstum geben. Jeder weiß: Das ist unmöglich. Und gerade Sie wissen das am besten! Handeln Sie also danach! Oder besser: Handeln Sie öfter eben einmal nicht – und wenn, dann bewusst und in voller Absicht! Und wenn Sie das nach einer Weile gut „in den Griff bekommen haben“ oder gar meisterhaft können, dann kommt „die zweite Stufe der Energierückgewinnung“: das „absichtslose Handeln“. Aber bis dahin darf es gerne noch eine Weile brauchen ...

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Muskellähmungen, Muskelatrophie/ -dystrophie, Seuchenempfindlichkeit, starke Infektionsdisposition, Suchtveranlagung, alle Vergiftungen, Giftansammlungen im Körper, Zahnfäule, Verletzungen der Füße (auch Blasen), allgemeine Antriebschwäche, Fußdeformationen und -verletzungen.

DAS GANZE SIEHT, WER DAS EINZELNE VERGISST

Neptun / Jungfraumerkur

Erscheinungsform (Auswirkung):

Jeder Mensch trägt einen „seelischen Aussteuerungsmechanismus“ in sich, den man auch als „Vernunft“ bezeichnen kann. Vernunft beziehungsweise vernünftiges Handeln dienen dem Schutz individuellen Lebens. Durch die Aussteuerungsmechanismen der Vernunft kann sich das Individuum im Prinzip perfekt an die herrschenden Lebensbedingungen anpassen.

Innerhalb der durch diese Konstellation geprägten Anlagestruktur steht Ihnen dieser Aussteuerungsmechanismus nicht optimal zur Verfügung. Er ist weit gehend verdrängt. Daraus resultiert für Sie eine erhebliche Schwierigkeit, aufgrund oft fehlender vernünftiger Anpassung des Verhaltens an die jeweiligen Lebensumstände seelisch unbeschadet zu bleiben. Hier geht es nicht um die einen oder anderen „kleinen Blessuren“, die sich jeder Mensch im Leben zuzieht. Und auch nicht um die so genannten „Schicksalsschläge“, vor denen auch kein Mensch gefeit ist. Es geht in Ihrem Falle um die eigentlich vermeidbaren Schäden, die, wenn mehr Vernunft Ihrerseits im Spiel gewesen wäre, gar nicht erst entstanden wären.

Die „normale“ Form des Angepasstseins entwickelt sich ja immer dann, wenn Vernunft das Verhalten (mit)bestimmt und Sie sich den Umständen „angepasst“ verhalten, zum Beispiel in dichtem Autoverkehr bei Ampelrot stehen bleiben und nicht über die Straße gehen. Täten Sie es doch und würden von einem Auto überfahren werden, so sagten andere später sicher zu Ihnen: „Warum warst du nur so unvernünftig, bei Rot über die belebte Straße zu gehen.“

Allerdings dürften Sie es mit einer merkwürdigen anderen Form, einer „passiven“ Form des „Angepasstseins“ zu tun haben. Innerhalb Ihrer Anlagestruktur sind Ihre notwendigen Reflexe gegenüber Umwelteinflüssen unterbunden, verdrängt. Sie können innere und äußere Lebensvorgänge nur schwer reflektieren und analysieren (auch wenn Sie dies selbst anders wahrnehmen mögen). Das sich daraus ergebende „Nicht-Stellungsbeziehen“ macht Ihnen „Anpassung“ möglich, die zwar im eigentlichen Sinne nicht vernünftig ist, Sie jedoch in einer „unauffälligen Position“ hält. Das dadurch entstehende Problem ist, dass Sie nicht sich selbst, sondern viel zu oft anderen dienen und bei allem freundlich im Hintergrund bleiben. Anders gesagt: Sie „stellen Ihr Licht unter den Scheffel“ (wo es doch deutlich sichtbar auf dem Tisch stehen könnte).

Um als Erwachsener aber dennoch akzeptiert zu werden, flüchten Sie sich manchmal in Sie „unangemessen niedrig platzierende Anpassungsrollen“, tauchen in diesen unter, bleiben so oft unmerklich und entziehen sich schnell der Begutachtung. Haben Sie im Grunde eine recht tief sitzende

Versagensangst, wenn Sie „das Steuer für einen Moment übernehmen sollen“? Sagen Sie sich nicht auch öfter: „So einer wie ich kann das nicht“?

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

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Sie haben den metaphysischen Dingen des Lebens gegenüber eigentlich eine stark ausgeprägte Aufmerksamkeit. Gleichzeitig ist aber auch anlagemäßig die Verlustgefahr der Fähigkeit verzeichnet, sich um sich selbst und das eigene (vergleichsweise oft „klein“ erscheinende) Leben zu kümmern. Es zeigt sich in diesem Zusammenhang, dass das Ego in den Hintergrund tritt, um Platz für „höhere Wirklichkeiten“ zu machen. Dieses „in den Hintergrund treten“ bewirkt das „Sich-nicht-Kümmern“. Und die „höheren Wirklichkeiten“ bewirken Ihre Ausrichtung auf Metaphysisches.

Auch Ihre Herkunftsfamilie dürfte – wie jede andere Familie auch – als eine mehr oder weniger „sozial angepasste Herde“ fungiert haben. Daher dürfte es auch schon „vor Ihrer Zeit“ in der Familie jemanden gegeben haben, „der Anpassung organisierte“ oder anders gesagt: jemanden, der in einem deutlichen Maß „normal vernünftig“ war. Da Sie aber aufgrund Ihrer Anlagestruktur Schwierigkeiten haben, sich „im Normalen anzupassen“, mussten Sie als Kind in Konkurrenz zu dem Familienmitglied geraten, welches die Anpassung organisierte. Dies kann innerhalb Ihres Familienverbandes prinzipiell jeder gewesen sein. Wichtig ist nicht, wer es war, sondern dass dieser Mensch sozusagen als „unbewusster Erfüllungsgehilfe Ihres Schicksals“ verhinderte, dass Sie die Vernunftsfunktion – im Sinne der Sorge um das eigene Wohlergehen – ausreichend entwickelten.

Ihr Lebensgefühl: „Ich bin ein(e) Tagträumer(in). Ich bin viel zu oft und in den falschen Situationen unvernünftig.“ Verstehen Sie Ihr Lebensgefühl als Motivation, Ihren Bedürfnissen und Fähigkeiten größere Aufmerksamkeit zu schenken.

Empfehlung (Lösungsweg)

Sie haben sich doch sicher schon öfter darüber geärgert, dass Sie nicht weit genug ins Leben hinaustreten, dass Sie in Ihrer Zaghaftheit und übergroßen Angepasstheit zu sehr im Hintergrund des Lebens bleiben. Lernen Sie daher mehr und mehr, aus den Nischen des Lebens hervorzutreten, „ins Licht zu gehen“. Versuchen Sie zielstrebig, Ihre oft viel zu ausgeprägte Angepasstheit an Lebensumstände, die Ihnen doch eigentlich schon seit langem nicht mehr gefallen, zu überwinden. Zeigen Sie, was Sie sind, was Sie wollen und was Sie können!

Und was die Vernunft betrifft: „nicht zu wenig und nicht zu viel“. Mit „zu unterentwickelter Vernunft“ würden Sie sich zum Beispiel durch vermeidbare Unaufmerksamkeit selbst Schaden zufügen, Ihr Verhalten wäre eindeutig „zu unvernünftig“. Sie würden mit einer Art „unerträglich Leichtigkeit“ durchs Leben gehen und wären bald „grundlos glücklich“. Ein solcher Zustand ist zwar kurzfristig „schön anzusehen“, langfristig aber nicht aufrecht zu erhalten.

Mit „übersteigerter Vernünftigkeit“ würden Sie sich andererseits durch überbetont vernünftiges Verhalten „vom Lebendigen abschneiden“ und eine Art „rationaler Vermeidungstaktik fahren“. Sie würden dann alles meiden, was „Spaß macht“, Sie würden „keine Fehler mehr machen wollen“ und letztlich „nur noch nichts mehr tun“. Alles, was Sie am Leben hielte, wäre dann verboten. Das wäre – seien Sie ehrlich – doch wirklich traurig, oder? Sie müssten dann viel weinen um das, was Sie sich selbst verboten hätten – und bald weinten Sie nur noch um sich selbst.

Stattdessen nutzen Sie doch Ihre mit Ihrer Anlagestruktur gegebenen Fähigkeiten, „die Dinge von einer höheren Warte aus“ zu betrachten. Sie können dann sehr wohl die Wahrheit erkennen, wenn diese vor Ihnen steht. Schulen Sie also Ihre äußeren und vor allem inneren Wahrnehmungsfähigkeiten! Denn es ist mehr als vernünftig, Wahrheiten zu erkennen und angemessen auf sie zu reagieren! Machen Sie sich ganz deutlich, das ein „normal ausgeprägtes Vernunftsverhalten“ kein unnötiger Ballast ist, sondern auch für Sie einen konkreten, positiven Nutzen hat: „unbeschadet überleben!“

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Gleichgewichtsstörungen sowie Gehörschäden (Schwerhörigkeit), grauer Star, multiple Sklerose, allgemeine Sehstörungen (wie Augenflimmern, Lichtempfindlichkeit).

ICH WEISS ES GENAU

Pluto / Zwillingssmerkur

Erscheinungsform (Auswirkung):

„Cogito ergo sum – Ich denke, also bin ich“. Was der französische Philosoph René Descartes vor ca. 400 Jahren formulierte, das macht ihn aus heutiger Sicht zum ersten „modernen Rationalisten“. Es ging ihm somit auch um die Frage, in welcher Weise die Welt vom Menschen begreifbar sei und ob es so etwas wie „geistige Autonomie“ (er nannte es auch eine „denkende Substanz“) gibt.

Was hat das mit Ihnen zu tun? Nun, innerhalb der Anlagestruktur dieser Konstellation sind Sie eigentlich selbst ein „kleiner Descartes“, müssten Sie eigentlich meinen, „genau zu wissen“, wie die Welt dem Menschen am ehesten, plausibelsten begreifbar wird. Ihre ausgeprägte Fähigkeit, sowohl „in der Breite als auch in die Tiefe der Welt“ zu denken, lässt Ihnen zuweilen wenig Möglichkeit, anders als mit dem mächtigen Werkzeug „Geist“ an die Dinge des Lebens heranzugehen. Warum auch? Haben Sie nicht ausnahmslos gute Erfolge mit dieser Strategie erzielt?

Wenn Sie diese Frage im Wesentlichen mit „Ja“ beantworten können, so befinden Sie sich zwar einerseits innerhalb Ihrer Anlagestruktur „auf einem guten Weg“, da Ihr scharfer Verstand mit den Problemen der Welt und des Menschseins umgeht, wie eine scharfe Sense den Rasen mäht: Nach vollbrachter Arbeit „sieht alles wieder schön aus“. Andererseits dürfte es „beim Mähen“ aber auch ein paar Stellen gegeben haben, an die Sie „mit der Sense nicht so richtig herangekommen sind“. Sie mussten einiges aussparen, einiges blieb unbearbeitet, „unschön“. Und so sehr Sie sich auch mühen – durchaus mit einer gewissen Verbissenheit (oder könnte man sogar sagen: mit Fanatismus?) – es bleiben immer „wild wuchernde undurchsichtige Stellen stehen“, an die die Sense (Ihr Verstand) nicht langan kann.

Ein nicht unerheblicher „gedachter Zorn“ dürfte sich deshalb „in Ihnen breit gemacht“ haben. Vielleicht bezieht er sich nicht immer gleich auf „die ganze Welt und alle Menschen“, aber doch wohl auf Teile des Ganzen. Sind Sie nicht auch eine Person, die in ihrem Geist Dinge „einschließt“, wenn sie auf der Linie ihrer geistigen Ausrichtung liegen, andererseits Dinge aber zornig „ausschließt“ (fast im Sinne eines „in Verbannung schicken“), wenn sie auch nur geringfügig von Ihrer Linie abweichen? Sind Sie nicht ein „geistiger Hardliner“? Das ist die etwas abgegriffene und matte Kehrseite der „vorne“ glänzenden Medaille: Toleranz im Geistigen ist nicht gerade Ihre Stärke.

Selbst wenn dies alles nur „in etwa“ zutrifft, sollten Sie versuchen, Ihren Verstand mehrmals am Tag „in Urlaub zu schicken“, nach dem Motto: „Geh mal aus dem Haus und erhole dich!“ Derweil – wenn der Verstand anfangs unwillig versucht, sich zu entspannen – lassen Sie das Gefühl (seine freundliche Nachbarin) ins Haus. Bewirten Sie sie reichlich und lassen Sie sich von ihr verwöhnen (sie hat schon lange darauf gewartet). Und dann – ohne dass Sie es vermutet hätten – wird Ihnen „Ihr“ Gefühl verraten, was es mit den „wild wuchernden, undurchsichtigen Stellen im Universum“ auf sich hat. Sie werden danach rundum glücklich sein und vielleicht sogar zuweilen ein wenig traurig, wenn der zuverlässig zurückkehrende Verstand dann wieder „mit kurzem Klopfen“ vor der Tür steht.

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

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Konstitutiv im Sinne der Anlagekonstellation sind Sie mit einer übermäßigen und auch einseitigen Ausrichtung auf den Intellekt und das Rationale ausgestattet. Daher ist Ihr Blick auf das Leben vorrangig „geistig gesteuert“. Ihr Lebensgefühl resultiert daraus: „Ich muss immer alles wissen, immer alles verstehen“. In einem gewissen Sinne sind Sie „auf dem Auge des Fühlens betriebsblind“. Sie gleichen als Denker (zunächst) dem „Einäugigen, der König unter den Blinden ist“. Da das Auge sich selbst aber nicht sehen kann, werden Sie Ihre eigene „Einäugigkeit“ auch ebenfalls zunächst nicht sehen können.

Wahrscheinlich haben Sie Züge der Artikulation, der Mimik und der Gestik von einem Ihrer Eltern geerbt. Möglicherweise haben Sie auch „den Sprachschatz eines Elternteiles in die Wiege gelegt bekommen“. Zu diesem Elternteil werden Sie eine sehr große geistige Bindung bemerken.

Empfehlung (Lösungsweg)

Lernen Sie, dass Wissen allein nicht Macht gibt, sondern dass Ihr Verstand letztlich nur dazu da ist, seine eigenen Grenzen zu erkennen. Bauen Sie Ihre ausgeprägte Neigung zu zwanghaftem, grüblerischem Denken zu Gunsten einer Integration der emotionalen Seite ins Leben ab. „Machen Sie Kopfururlaub.“ Sie haben dann hervorragende Möglichkeiten, Denken und Fühlen in eine gleichberechtigte Zweisamkeit zu bringen und sich die Welt auf diese Weise in ihrer Ganzheit zu erschließen.

Geben Sie dabei den Gedanken (!) auf, nur „zu sein, weil Sie denken“. Allein der Umstand, dass Sie ein auch denkendes Wesen sind, darf nicht dazu führen, dass Sie das Denken in übertriebener Ausschließlichkeit betreiben. Lassen Sie dem Gedanken also immer das Gefühl folgen (die Reihenfolge ist wichtig), „fühlen Sie nach“, machen Sie aus Verstand und Gefühl, aus Denken und Fühlen ein gleichberechtigtes Paar. Nebenbei: Auch das Gefühl wird es Ihnen danken.

Und noch etwas: Bewegen Sie sich körperlich immer „gezielt“, das heißt „eine Absicht verfolgend“. Das Bild eines/ einer Pantomim/ -en/ -in ist hier sehr passend. In diesem Sinne sollten Sie Ihrem Talent viel Platz im Leben bieten, sich „einer Vorstellung folgend den Raum zu erobern“ („Kolumbus-Effekt“).

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Nervenüberreizungen, spastische Lähmungen, Zwangsneurosen (Zwangsgedanken), parkinsonsche Krankheit, Atembeklemmung, einseitige (aber auch beidseitige) Sehschwäche bis Erblindung.

VERSUCHUNG UND LÄUTERUNG

Pluto / Mond

Erscheinungsform (Auswirkung):

Wenn man Sie fragen würde: „Wovor fürchten Sie sich?“, was würden Sie antworten? Wenn man Sie fragen würde: „Was verlangt Ihnen Ehrfurcht ab?“, was würden Sie antworten? Wenn man Ihnen sagen würde: „Fürchte dich nicht.“ – könnten Sie es? Wenn Sie versuchen, innerhalb dieser Ihrer Anlagestruktur auf all das eine Antwort zu geben, so finden Sie diese am ehesten, wenn Sie in einen Spiegel schauen.

In Ihrer Sicht des Lebens gibt es nichts, was seicht, halbherzig, neutral, vage, leidenschaftslos wäre. Im Gegenteil: Alles atmet aus unbekannter Tiefe, kommt aus gefülltem Herzen, ist voller Absicht parteiisch, bezieht unverwechselbar Stellung, ist voller begehrlischer Inbrunst. Haben Sie nicht manchmal das Empfinden, die Welt in Ihnen und um Sie herum gleiche „einem Schmerz, dem man sich wegen der Süße der selbst auferlegten Qual und seiner schaurigen Schönheit“ doch nicht zu entziehen mag? ... Sie leben im Banne Ihrer selbst.

„Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser.“ Vermutlich stimmen Sie dem grundsätzlich und auch uneingeschränkt zu. Konstitutionell ursächlich wirkt hier eine Grundhaltung, die man wohl als „Misstrauen“ bezeichnen kann. So könnte das auch Ihrer Anlage entsprechend heißen: „Vertrauen ist gut, Misstrauen ist besser.“ Sie möchten nicht gerne so verstanden werden? Das hört sich nicht so „nett“ an? Und doch – wenn Sie ehrlich sind – ist dieses „Misstrauen“ ein wesentlicher Zug Ihrer Persönlichkeit, diese „nervige Sorge“, es „liefe ständig nicht so, wie Sie es wollen“. Ist dieser „nicht gewünschte, aber erwartbare Lauf der Dinge“ im Grunde nicht genau das, was Sie fürchten? Erinnern Sie sich an das Bild im Spiegel ...?

Haben Sie dort nicht eine Person mit einem starken (auch seelischen – damit möglicherweise auch unbewussten) Bemächtigungsdrang gesehen? Dieses Bedürfnis, „Einfluss zu nehmen“ läuft hier parallel zu der beschriebenen „Misstraulichkeit“. Beides sind letztlich Symptome einer schon vor der Geburt „mit in die Wiege gelegten“ Verlustangst, denn Verlustängste entstehen nur aufgrund vorheriger starker Bindungen oder Einflussnahmen (Bemächtigungen). Im Grunde fürchten Sie, verlassen zu werden – selbst wenn das, was Sie verlassen will, von Ihnen gefürchtet wird.

Machen Sie sich klar, dass es hier nicht um „etwas an sich Böses“ oder „etwas an sich Schlimmes“ in Ihnen oder um Sie herum geht, sondern um Ihre starke seelische Verbindlichkeit und Orientiertheit an etwas, was vornehmlich schon in frühen Jahren in – zugegebenerweise manchmal fragwürdiger – Zuneigung zu Ihnen stand. Mit großer Wahrscheinlichkeit dürfte es sich dabei um Ihre Mutter gehandelt haben – und auch heute noch handeln.

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

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Sie dürften in eine familiäre Situation hinein geboren worden sein, in der die Mutter (unterschwellig) dominierend war. Häufig dürften Sie sich daher in Situationen wiedergefunden haben, in denen Sie Ihre eigenen Empfindungen und seelischen Bedürfnisse kontrollieren mussten, um die Geborgenheit und Nestwärme – die jedes Kind braucht – zu behalten. Ihre eigene Kontrolliertheit wurde dabei unbemerkt zu einer Art „Außenposten der Hauptkontrollinstanz Mutter“. Es heißt: Die Hand an der Wiege regiert die Welt. Damit ist hier nichts über Ihre Mutter im objektiven Sinne gemeint, auch nichts, was sie „schlecht machen“ soll. Ihre Mutter war und bleibt Ihre Mutter. Aber in dieser naturgegebenen und schicksalhaft bindenden Rolle dürfte sie in Einzelfällen auch manchmal das Antlitz einer „grausamen Geliebten“ gezeigt haben – von Ihnen gefürchtet und von Ihnen geliebt.

Sie müssen sich daher von all denjenigen Einflüssen Ihrer Mutter befreien, die in Bezug auf Ihre individuelle Entwicklung hemmend waren und sind. Dazu wird ein Teil Ihres bisherigen Selbstbildes in Ihnen „sterben“ müssen, um danach „neu leben“ zu können. Um es hier sehr deutlich zu sagen: Wenn Sie diese „Wiedergeburt“, diese „Häutung“ nicht vollziehen, dann werden Sie „das Verlies“ nicht verlassen können und ein Leben lang im Grunde nur „furchtsame kleine Schritte machen“, als hätten Sie Ketten an den Füßen – selbst noch in Freiheit!

Ihr Lebensgefühl der inbrünstigen Leidenschaftlichkeit resultiert vor allem aus der kaum überbietbaren und ursächlich angelegten „ungehemmten Beeindruckbarkeit“ Ihrer Seele. Alles, was Ihre Seele im Guten wie im Schlimmen trifft, dringt in sie ein und sinkt ab in die tiefste Tiefe, um dort (die Zeit überdauernd) in einem „entscheidenden Augenblick in der Zukunft“ als das Vergangene erinnert zu werden – als sei es erst heute geschehen. Es ist eine Art „Mumifizierung der Geschehnisse“ die es Ihnen – konstitutionell verursacht – ermöglicht, frei von zeitlichen Zwängen zu erin-

nern, was lange zurück liegt. Dies bezieht sich mit Sicherheit auch auf Erinnerungen, die nicht aus Ihrer heutigen Existenz stammen.

Empfehlung (Lösungsweg)

Lernen Sie unbedingt, das zwanghafte Unterdrücken Ihrer Gefühle und das damit verbundene „nur kontrollierte Zeigen des Inneren“ nach und nach abzubauen. Sie sollten „seelisch lockerer“ werden. Sie sollten sich Ihre „Rachegeanken vom Hals halten“ und Sie sollten „Ihre Gegner vergessen“. Daran wird Sie kein Weg vorbeiführen, wenn Sie leidvolle Erfahrungen nicht wiederholen wollen. Da Sie in Ihrer „seelischen Verbissenheit“ gleichzeitig angeheizt werden durch eine auf Hochtouren laufende Vorstellung, sollten Sie auch lernen, Ihre Gedanken zu beobachten, nötigenfalls auch bewusst zu kontrollieren. Erkennen Sie, dass es nur einen Gegner gibt: den in Ihnen selbst. Sehen Sie es wie die japanischen Samurai: „Selbstbeherrschung ist das Ziel!“

Machtkämpfe werden vermutlich oftmals über Glück oder Unglück in Ihrem Leben entscheiden. In derartigen Kämpfen gibt es nur vordergründig Gewinner(innen) und Verlierer(innen). Es ist nicht vorherzusehen, in welchem der beiden vermeintlichen „Lager“ Sie sich vornehmlich aufhalten werden. Vermutlich werden Sie beide „Standorte“ kennen gelernt haben. Wichtig für Sie ist, dass Sie sich entweder nicht unterschwellig übermachten lassen, beziehungsweise andere nicht selbst unterschwellig übermachten. Denn dieses Spiel kennt letztlich nur „Verlierer“ (durch Verlust Verängstigte) und „in Abhängigkeit Bleibende“. Machtausübung führt immer zu einer extremen Form der Verbindlichkeit (ebenfalls eine Abhängigkeitsvariante) und damit zu Verlustangst – auf beiden Seiten. Wirkliche Sieger sucht man in diesen Kämpfen vergebens. Oft gibt es einfach nur „Überlebende“.

Gleichgültig, ob Sie dieses Gefühl bereits kennen oder nicht: Es gibt in diesem Zusammenhang noch eine sehr ernst zu nehmende Tendenz in Ihrem Innern (wie gesagt: eine Tendenz, keine Gewissheit), von der Sie wissen sollten. Es ist dies ein so genannter „unbewusster Todeswunsch“, den Sie – wie vielen andere Menschen auch – in sich tragen. Der Tod wird von Ihnen als letzte Möglichkeit der Befreiung – zum Beispiel aus einer Abhängigkeit – bereitgehalten. Wenn Sie sich öfter „dem Tod verbunden“ gefühlt haben oder wenn Sie den Tod als „einen ständigen Begleiter“ empfinden, dann sollten Sie dieser im wahrsten Sinne lebensgefährlichen Tendenz einen „positiven Lebensantrieb“ entgegensetzen.

Wenden Sie sich also „den einfachen und schönen Dingen des Lebens zu“, suchen Sie die Freude und die Ruhe. Der moderne „Wellness-Gedanke“ kann, wenn Sie ihm folgen und ihn auch in Ihr Leben integrieren, Balsam für Ihre Seele sein. Das ist langfristig von großer Wichtigkeit, denn Ihr Leben ist ein großes Geschenk, für das Sie dankbar sein können. Verweigern Sie es nicht, sondern nehmen Sie es an und halten Sie es ins Licht. Dann blüht und gedeiht es und kann die „Nächte der Seele“ überstehen.

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Bluterkrankungen (krankhafte Veränderungen der Zusammensetzung), Blasenkrankungen, Hirntumore, Magenerkrankungen, Rhinophym, Blutungsneigung, manchmal Migräne.

MIT ALLEM BEGEHRLICH VERBUNDEN

Pluto / Waagevenus

Erscheinungsform (Auswirkung):

Sie sind ein „Beziehungsmensch“, stimmt's?! Nein, nicht so sehr im Sinne von „gesellig“ (das vielleicht auch), sondern eher im Sinne von „niemals ohne Beziehung“. Sie haben einerseits viele lockere und sozusagen „leicht austauschbare“ Bekanntschaften, andererseits pflegen Sie aber auch einige sehr feste, dauerhafte und „bei Verlust eigentlich unersetzliche“ Freundschaften.

In der Musik, vornehmlich natürlich der Popmusik, ist das Thema „Liebe“ nicht wegzudenken. Viele Songs wie „Love is a battlefield“ oder „Love hurts“ oder „Love is the drug“ versuchen den Schmerz, den Liebe verursachen kann, zu erfassen. Sie werden diesen Schmerz in einer vielleicht intensiveren und vielleicht auch häufigeren Weise als andere Menschen kennen. Man kann dieses Gefühl auch „Liebeskummer“ nennen.

Gehören Sie nicht zu den Menschen, die – wenn Sie sich verlieben – fast im gleichen Moment auch eine Furcht entwickeln, diese Liebe und alles durch sie entstandene Schöne könne im nächsten Moment wieder fort sein? Bekommt nicht Ihr Gefühl von Liebe dadurch nach kurzer Zeit einen furchtsamen, bekümmerten, vielleicht sogar zuweilen verzweifelten „Beigeschmack“? Beginnen Sie nicht schnell „zu klammern“? Nun, diese immer im Hintergrund lauenden Befürchtungen können schon in den Anfängen einer Beziehung vieles erheblich erschweren.

Selten dürften Sie die Erfahrung gemacht haben, Beziehungen könnten auch „leicht und unbeschwert“ sein, denn das Leben – und vor allem andere Menschen – lehren sie anderes. Vielleicht werden Sie jetzt auch sagen: „Ich selbst will gar keine „seichten Geschichten“, bei mir soll und muss es immer „heftig“ sein“. Vielleicht mögen Sie es auf eine eigenwillige Weise, dass Beziehungen als solche immer ein Problem und eine Herausforderung für Sie darstellen. Und vielleicht

mögen Sie ja im Grunde – in jeder Intensität – die auch Lust bringenden Spiele der Macht, unabhängig von den oftmals ruinösen Folgen für die Betroffenen. Sind Sie nicht ein „Liebeskämpfer“ oder eine „Liebeskämpferin“? Sie lieben doch immer „heiß und innig“. Ist der oder die andere nicht immer „heiß begehrt“ und möchten nicht auch Sie immer „heiß begehrt“ sein? Verschlingen Sie nicht gern den oder die andere „mit Haut und Haaren“? Und finden Sie nicht im Grunde auch, dass „Liebeskummer sich lohnt“?

Sie werden vermutlich „parallel“ zwei und gleichzeitig auch jeweils sehr intensive Beziehungen eingehen. In Ihrem Fall wird man das nicht wirklich als ein „Fremdgehen“ bezeichnen können, denn beide Beziehungen sind ja kein unwichtiger Flirt, sondern jeweils „eine wichtige Sache“. Ihr Dilemma ist schlicht, dass Ihnen der oder die eine oder andere irgendwann „die Pistole auf die Brust setzen“ und verlangen wird, dass Sie sich entscheiden. Genau das fällt Ihnen aber äußerst schwer. Sie werden oder würden vielleicht sogar entgegenen: „Wieso? Ich hab mich doch entschieden – für beide!“ Dass damit die Sache nicht leichter wird, versteht sich von selbst. Eine neue Runde der „Beziehungskrise“ wird dann eingeläutet und die anfangs beschriebenen Auswirkungen nehmen erneut ihren Lauf.

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

Begründung der zuvor beschriebenen Auswirkungen (Ursache)

Es wird in Ihrem Familienverband entweder nur einen oder auch mehrere Menschen geben, an die Sie tiefgründig und schicksalhaft gebunden sind. Diese Gebundenheit rührt vermutlich aus ungelösten Schwierigkeiten, die Sie entweder gemeinsam aus Ihrer heutigen Daseinsform oder auch aus sehr weit zurückliegenden Existenzen („karmische Verursachung“) mit sich herumtragen. Es ist in sehr vielen – vornehmlich den letztgenannten – Fällen äußerst schwierig, Licht in das Dunkel der Beziehungsgeflechte zu bringen, da die früheren Existenzen ihrerseits oft auch nur Folgen ihnen vorausgehender waren. Manche Dinge sind einfach nicht mehr (er)klärbar, da sie eine zu massive zeitliche (bezogen auf die Tiefe der Vergangenheiten) Verstricktheit aufweisen. Manche Spuren verlaufen zurück in das Dunkel der Zeit und ihr Ursprung bleibt unsichtbar.

Falls sich die schicksalhafte Gebundenheit an einen oder mehrere Menschen Ihres Familienverbandes im Rahmen einer heutigen Daseinsform erklären lässt, so ist eine Begründung für die Erscheinungsformen Ihrer Anlagestruktur etwas leichter. Die Ursache für solche Erscheinungsformen findet sich vermutlich in einer „unbewussten geistigen Identifikation“ mit diesem beziehungsweise mit diesen Menschen. Das heißt auch, dass Sie sich von der „Faszination der Gedanken des anderen“ (zum Beispiel aufgrund seiner besonderen Tätigkeit oder Lebenseinstellung) angezogen fühlen. Sie finden in diese zunächst fremdartige geistige Welt Einlass und schlagen aber „nach kurzer Zeit des Staunens dort Ihre Zelte auf“. Es entsteht eine starke (wenngleich auch dabei unbewusste) gedankliche Übereinstimmung zwischen Ihnen und der entsprechenden Person oder „Gruppierung“. Die Beteiligten leben im gleichen „Denkklima“, in der gleichen „geistigen Landschaft“. Sie lassen sich von dieser „Landschaft und ihrem Klima“ (die ursprünglich nicht Ihre war) bereitwillig und stark prägen. Sie stellen sich geistig „mit allen Antennen“ auf sie ein und adaptieren Ihren „geistigen Habitus“. In diesem Sinne kann ursächlich von einer Art „tatsächlicher geistiger Gefangenschaft“ gesprochen werden, die Sie allerdings (freiwillig und unbewusst) selbst angestrebt haben.

Ihr Lebensgefühl: „Beziehungen zu anderen sind immer schwierig, da nichts bedingungslos geschehen kann“, rührt aus den beschriebenen Verstrickungen. Die zu erfüllenden Bedingungen sind dabei in der Regel die „Reste von Verwicklungen, die ent-wickelt werden wollen“.

Empfehlung (Lösungsweg)

Sie sollten lernen (vielleicht einfach auch nur akzeptieren – weil Sie es ja eigentlich schon wissen), dass jeder Mensch er selbst sein darf und muss. Niemand darf gegen seinen bewussten oder unbewussten Willen „passend“ gemacht werden. Derartiges werden Sie sich in Bezug auf Ihre Person ja sicher auch „nachdrücklichst verbitten“. Sie können dadurch die vielen – letztlich doch sinnlosen – Kämpfe in den „Katakomben der Liebe“ vielleicht nicht gänzlich überflüssig machen. Sie können sie aber auf ein Maß reduzieren, durch das Ihnen das Gefühl von „nur Liebe“ näher sein wird als jenes vertraute von „Hassliebe“.

Entwickeln Sie die Bereitschaft (im Sinne einer geistigen Einstellung), dem oder der anderen und auch sich selbst gegenüber jene Toleranz zuzugestehen, die es ermöglicht, Liebesbeziehungen nicht nur als Schlachtfeld, sondern als eine „Förderung“ und positive „Inspiration“ zu erleben. Liebesbeziehungen können auch ganz anders sein, als wie bisher von Ihnen erlebt. Versuchen Sie einen „Kurswechsel in der Liebe“, segeln Sie zu neuen Ufern und begrüßen Sie die Menschen, die Ihnen begegnen, in Ihrem Herzen als Freunde. Wenn Sie sich „wie die spanischen Eroberer Amerikas“ denen gegenüber verhalten, die Sie freundlich empfangen, so werden Sie letztlich nicht glücklich werden.

Glücklich werden können Sie aber ebenso gut wie andere! Nur brauchen Sie dazu vielleicht im Bereich der Liebesbeziehungen etwas mehr Zeit, da Sie zuvor „offensichtlich einige schmerzliche Erfahrungen“ machen mussten und wollten. Wenn Sie sich diese „zugestanden“ haben, dann richten Sie Ihren Blick aber nach vorne und sagen: „Das reicht!“

Auf der körperlichen Ebene lassen sich folgende mögliche Symptome vermeiden

Nieren- und Blasenkrämpfe beziehungsweise Koliken, Melanom.

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 einfach darauf, dass aus dem 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 25-jährigen Beratertätigkeit des Programmators. 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 zeitig 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“ sollten 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 für „das ganze Lebens“ beschäftigen müssen und wollen.

Psychologie: Sabische Symbole

6 Grad Steinbock - Das Verhalten mit Sonne = Trüglichkeit

Symbol: Zehn Holzklötze liegen in Torweg, der in dunkleres Gehölz führt.

Schlüssel: Notwendigkeit, vor Begehren des Neuen, das Unabgeschlossene zu vollenden.

19 Grad Löwe - Die Gefühle mit Mond = Unterweisung

Symbol: Eine Party auf einem Hausboot.

Schlüssel: Genuss vorübergehender Freiheit von Gesellschaftsnormen.

26 Grad Steinbock - Das Denken mit Merkur = Abhängigkeit

Symbol: Ein strahlender Kobold tanzt im Sprühregen eines Wasserfalles.

Schlüssel: Fähigkeit, den verborgenen Geist der Naturphänomene wahrzunehmen.

29 Grad Schütze - Die Beziehungen mit Venus = Loslösung

Symbol: Schwitzender fatter Junge mäht den Rasen vor dem Haus, um abzunehmen.

Schlüssel: Wunsch nach Gesundheit und Schönheit; beharrliches Bemühen.

9 Grad Fische - Der Eigenwille mit Mars = Unschuld

Symbol: Jockey spornt sein Pferd an, um seine Konkurrenten zu überholen.

Schlüssel: Fähigkeit, sich selbst voll in jede Art von Tätigkeit zu werfen.

2 Grad Skorpion - Die Sehnsucht mit Jupiter = Zurückhaltung

Symbol: Aus einer zerbrochenen Flasche strömen noch immer Spuren von Parfüm.

Schlüssel: Der feine Duft wohl getaner Taten, wie sie in Erinnerung bleiben.

3 Grad Stier - Das große Lebensziel mit Saturn = Erfahrung

Symbol: Natürliche Terrassen führen hinauf zu einer blühenden Kleewiese.

Schlüssel: Erweiterung des Bewusstseins nach einem befruchtenden Erlebnis.

9 Grad Waage - Der große Lebensgegensatz mit Uranus = Erwartung

Symbol: Drei alte Meistergemälde hängen allein in einer alten Kunstgalerie.

Schlüssel: Rückkehr zur Quelle in einer verirrt suchenden neuen Welt.

30 Grad Skorpion - Der große Lebenstraum mit Neptun = Wertschätzung

Symbol: Kinder in Halloween-Kostümen haben Freude an mancherlei Streichen.

Schlüssel: Notwendigkeit, unsozialen Instinkten kontrolliert Raum zu geben.

28 Grad Jungfrau - Die große Lebenswandlung mit Pluto = Erprobung

Symbol: Ein glatzköpfiger Mann beherrscht ein Treffen nationaler Führer.

Schlüssel: Die bloße Macht der Persönlichkeit, wenn Entscheidungen nötig sind.

30 Grad Zwillinge - Am Beginn des Lebens mit Aszendent = Ruhelosigkeit

Symbol: Eine Parade von Badeschönheiten vor großem Strandpublikum.

Schlüssel: Gebrauch individueller Eitelkeit; persönliche Wettbewerbsleistung.

30 Grad Wassermann - Am Ende des Lebens mit Medium Coeli = Perspektive

Symbol: Die mondbeschiedenen Felder von Babylon blühen weiß.

Schlüssel: Seelen erquickende innere Poesie mit Stimmen der Vergangenheit.

Die „Sabischen Symbole“, die für jedes Profil der astropsychologischen Anlage gemäß zusammengestellt werden, ermöglichen den gemeinten Leserinnen und Lesern des Profils einen intuitiven Zugang zu Bildwelten, in denen sie sich durch eigenen Deutungsarbeit ihrer kreativen Fantasiefähigkeit vergewissern können. Darüber hinaus rühren die Symbole nicht selten an verborgene Wünsche und Fantasien. Psychologische Spurensuche erhält damit neben dem „astrologischen Fernrohr“ auch eine „sprachliche Lupe“.

Einleitung

Die „sabischen Symbole“ der astrovitalis-Analysen stellen eine intuitive Interpretation der 360 sabischen Symbole nach Dane Rudhyar dar. Sie ermöglichen höchst interessante und ungewöhnliche Geburtsbildeinblicke.

Hintergrund

Der Astrologe Dane Rudhyar stellte zusammen mit Elsie Wheeler für jeden einzelnen Grad des Tierkreises ein Symbol der Eigenart des jeweiligen Tierkreis-Abschnittes auf. In Rudhyars Buch „Astrologie der Persönlichkeit“ findet der Interessent eine kurze, in seinem Buch „Astrologischer Tierkreis und Bewußtsein“ eine ausführliche Betrachtung zum Thema. Die vorliegenden Analysen halten sich wörtlich strikt an den Quelltext und an Texte der Sekundärliteratur.

Bei der Begegnung mit sabischen Symbolen wird zwar nicht immer sofort ein „Aha-Effekt“ zu erwarten sein (obwohl dies oft geschieht), aber die Essenz des Symbols bleibt durch die Begegnung erhalten und wird zur rechten Zeit verfügbar sein. Die zu analysierende Person sollte ermuntert werden, sich darauf einzulassen und sich mit dem Verstehen Zeit zu lassen.

In der astrovitalis-Analyse wird zunächst das Symbol genannt sowie Planet oder Achse, die sich auf dem entsprechenden Grad befinden. Es folgt der so genannte „Schlüssel“, der als richtunggebender Hinweis für besseres Begreifen gedacht ist. Der Schlüsseltext beinhaltet ein Schlüsselwort, das das Symbol inhaltlich verkürzt darstellt. Man sollte normalerweise den Schlüsseltext zuerst verstehen lernen und sich dann erst dem Symbol annähern. Der umgekehrte Weg ist zwar auch möglich, aber schwieriger.

Nutzen

Ein neuartiger, intuitiver, manchmal mythologisch, manchmal mystisch anmutender Zugang zum Geburtsbild wird über die sabischen Symbole möglich. Wie bei vielen symbolischen Verfahren ist auch hier assoziatives Verstehen der rechte Weg, um die manchmal recht wundersamen und auf den ersten Blick zusammenhanglosen oder oberflächlichen Bilder zu ergründen. In der Regel ist eine jahrelange Beschäftigung mit den Symbolbildern nötig, denn manche der Bilder sind offenbar erst ab einer bestimmten Entwicklungsstufe der Persönlichkeit zugänglich, andere wiederum erst aufgrund intensiv wirkender Lebensereignisse in ihrer ganzen Aussagetiefe erfassbar.

Psychologie: Halbsummen

Orbis: 3°

Mond / Mars = Neptun

Zu häufig im Grunde willensschwach. Macht sich zu viele Sorgen. Fehlleitung der eigentlich höchst spirituellen Anlage in ungeeignete Kanäle möglich.

Mond / Jupiter = Pluto

Große Unternehmungen einleiten wollend. Außerordentliches Streben nach Besitz und Reichtum. Fähigkeiten, die Gunst und das Wohlwollen vieler Menschen zu erlangen.

Mond / Neptun = Uranus

Unberechenbarkeit; plötzlichen Einfällen oder Ahnungen nachgehend. Tendenzen zu gefühlsmäßiger Verworrenheit. Unklares seelisches Befinden schwächt eventuell das Selbstbewusstsein.

Die „Halbsummenpunkte“ bieten Leserinnen und Lesern ihrer Profile weitere interessante mögliche Facetten ihrer Persönlichkeit, sowie ihres individuellen und kollektiven Handelns. Astropsychologische Fachleute finden hier eine weitere Differenzierungsmöglichkeit der bestehenden Konstellation.

Einleitung

Die Halbsummenpunkte ermöglichen die Interpretation aller 660 Halbsummen. In diesem Kontext werden auch Krankheitsdispositionen benannt. Den Orbis, welcher unter anderem die Menge der gefundenen Halbsummen bestimmt, können Sie frei einstellen.

Hintergrund

Halbsummen werden jene Punkte genannt, die sich aus der halben Summe der Distanz/ des Winkelabstandes zwischen zwei Planeten oder Achsen ergeben. Beträgt die Distanz von A nach B zum Beispiel 136 Grad, so liegt der Halbsummenpunkt 68 Grad jeweils von A und B in deren Mitte entfernt. Wenn auf diesem Halbsummengrad ein Planet steht, so spricht man von einer tatsächlichen Halbsumme. Beispiel: A = Sonne und B = Jupiter. Ist nun Mars 68 Grad (+/- des Orbis) von Sonne und Jupiter entfernt, so ergibt sich „Sonne/ Jupiter = Mars“, sprich „Mars steht in der tatsächlichen Halbsumme von Sonne und Jupiter“.

Das wesentliche Merkmal der (Interpretation von) Halbsummen ist der Wirkungszusammenhang dreier anstatt normalerweise zweier Planeten. Dadurch wird Deutung (wenn man sie tief gehend betreibt) erheblich erschwert. Insofern sind sämtliche Aussagen und Interpretationen von Halbsummenpunkten bestenfalls Annäherungen an einen oftmals wegen seines inhaltlichen Umfangs nicht ganz erfassbaren Wirkungszusammenhang.

Für Planeten in Halbsummen sollte nur ein sehr kleiner Orbis von maximal 2 Grad angewendet werden. Da es in jedem Geburtsbild 66 Halbsummenpunkte gibt (nur diejenigen der kürzesten Distanz zwischen zwei Planeten gerechnet), wenn Sonne bis Pluto plus Aszendent (AC) und Medium Coeli (MC) untereinander kombiniert werden, so ist natürlich bei größeren Orben die Möglichkeit sehr groß, dass viele Punkte von Planeten besetzt sind. Erfahrungsgemäß wirken bei Halbsummenpunkten Planeten mit weitem Orbis aber sehr schwach bis gar nicht. Diejenigen mit kleinem Orbis sollten aber in jedem Fall angemessen und ernsthaft betrachtet werden.

Nutzen

Durch die hohe Anzahl von interpretierbaren Halbsummenpunkten (insgesamt mindestens 660) lässt sich ein Geburtsbild sehr stark differenzieren. Viele Aussagen, die aufgrund von Halbsummenpunkten möglich sind, unterstützen beziehungsweise verfeinern Details von Aussagen, die auf anderen Wegen zu Stande kommen.

Psychologie: Pyramidenpunkte

Die Planeten auf Pyramidenpunkten ergeben folgende Anlage-Bilder:

... In diesem Horoskop befindet sich kein Planet auf einem Pyramidenpunkt ...

„Pyramidenpunkte“ geben astropsychologischen Fachleuten, aber auch detailinteressierten Nicht-astrologen Auskünfte über karmische Besonderheiten der individuellen Konstellation. Im Rahmen der geburtsbildspezifischen Anlage erweisen sich Pyramidenpunkte zum Beispiel bei Partnervergleichen als nützliche Informationsquellen. Weist das Profil einen Pyramidenpunkt aus, so findet der Astropsychologe hier ein besonderes spirituelles Bild mit archaischer und archetypischer Dimension.

Einleitung

Die Pyramidenpunkte ermöglichen es, den Zusammenhang von Planeten und Achsen zu interpretieren. Sie sind letztlich abgeleitet aus der Architektur der Großen Cheops-Pyramide. Pyramidenpunkte stellen eine der interessantesten und effektivsten Möglichkeiten dar, Planeten neu betrachten zu können. Der Orbis für die Pyramidenpunkte ist frei einstellbar.

Hintergrund

Die ägyptische Cheops-Pyramide ist auch für Astrologen eine ungeahnte Fundstätte, seit bekannt wurde, dass in Anlehnung an ihre Geometrie Punkte mit „magisch-schicksalshafter Kraft“ erreichbar und deutbar sind. Diese tauchen in jedem Geburtsbild auf und können sogar mit Planeten besetzt sein.

Der Programmator hat sich fünfzehn Jahre lang intensiv mit den Möglichkeiten astrologischer Ableitungen aus der Architektur der Cheops-Pyramide beschäftigt und hieraus verschiedene einzigartige Deutungs- und Prognosesysteme entwickelt. Diese werden exklusiv innerhalb der astrovitalis-Analyse angewendet. Die so genannten „Pyramidenpunkte“ stellen eines dieser Deutungssysteme dar. Sie werden folgendermaßen hergeleitet:

Die Cheops-Pyramide hat an ihrer Spitze einen Winkel von ca. 76 Grad, an der Basis von je 52 Grad. Wenn man bei Projektion der Pyramide in die Fläche die Spitze des daraus resultierenden Dreiecks einen Kreismittelpunkt erkennt, dann um diesen Mittelpunkt einen im Radius beliebig großen Kreis schlägt, sodann von der Mitte der Grundkante des Dreiecks im rechten Winkel durch die Spitze (Kreismittelpunkt) eine Gerade zieht, so schneidet diese Gerade in ihrer Verlängerung den Kreisbogen. Genau dieser Schnittpunkt zwischen der durch die Dreiecksspitze (Pyramidenspitze) verlaufenden Geraden und dem um die Spitze geschlagenen Kreisbogen markiert einen neuen 0-Grad-Widderpunkt beziehungsweise im individuellen Geburtsbild den Aszendenten.

Ebenso verlängert man nun die Schenkel des Dreiecks (die Seitenkanten der Pyramide; 76 Grad beziehungsweise 52 Grad) von der Spitze aus, bis sie ebenfalls den das Dreieck umgebenden Kreisbogen treffen. Tut man dies mit jeder der beiden Seiten nach oben und nach unten, so ergeben sich vier weitere Punkte auf dem Kreisbogen. Diese sind die eigentlichen „Pyramidenpunkte“. Von dem Schnittpunkt der durch die Pyramidenspitze laufenden Geraden aus gerechnet (analog „0-Grad-Widder“ beziehungsweise Aszendent), ergeben sich auf dem Kreisbogen zu den vier neuen Punkten je 2 x 38 Grad (links und rechts gemessen) und 2 x 142 Grad. Dies ist der Schlüssel für die nun einfache Berechnung.

Überträgt man diese Berechnungen nun auf den mundanen Tierkreis, so ergibt sich: Von 0 Grad Widder je +/- 38 Grad abtragen = 8 Grad Stier (vor) und 22 Grad Wassermann (zurück), ebenso 142 Grad abtragen = 22 Grad Löwe (vor) und 8 Grad Skorpion (zurück). Dies sind die so genannten „mundanen Pyramidenpunkte“, die sich in jedem Geburtsbild finden. Steht ein Planet auf einem dieser 4 Punkte (bei Orbisverschiebungen um mehr als +/- 1 Grad ist das nicht mehr der Fall!) so ist dieser im Leben des Menschen sehr häufig vorrangig. Er macht Entwicklungssprünge „ohne größere Schmerzen“.

Die „individuellen Pyramidenpunkte“ errechnen sich analog, nur dass man den individuellen Aszendenten (eigentlich ja die Gerade durch die Spitze der Pyramide!) gleich „0 Grad Widder“ setzt. Es werden also vom Aszendenten (AC) je 2 x 38 Grad und je 2 x 142 Grad addiert beziehungsweise subtrahiert. Wenn auf einem solchen individuellen Punkt ein Planet steht, ergibt sich die analoge Deutung – wengleich auch im Rahmen einer häufig stärkeren Wirksamkeit – wie bei den mundanen Punkten. Zu beachten sind die Individual-Punkte zum Beispiel auch bei „Transitüberläufen“ oder bei Partnervergleichen (wenn zum Beispiel ein Partner seine Sonne oder seinen Mond auf einem Pyramidenpunkt des anderen Partners hat).

Entgegen dem +/- 1-Grad-Orbis für die Mundanpunkte wird ein +/- 2-Grad-Orbis für die Individualpunkte benutzt. Dies geschieht deshalb, weil diese sich auf den Aszendenten (damit auf die Geburtszeit) beziehen und die Geburtszeit in der Regel nicht wirklich ganz exakt ist.

Nutzen

Zur Deutung der Pyramidenpunkte:

Eine bewährte Deutungsformel lautet: „Entwicklungssprünge nach vorne - ohne größere Schmerzen“. Dies ist natürlich relativ und abhängig von der Toleranzgrenze jedes einzelnen Individuums. Es kann jedoch aller Erfahrung nach gesagt werden, dass Planeten auf Pyramidenpunkten (vor allem den individuellen) in besonderem Maße ein Bild des individuellen Karmas sind. Dieses Bild will in Form des Planeten und dessen Analogiewirkungen im Leben an Ungelöstes aus früheren Zeiten (nicht selten aus altägyptischer Zeit!) erinnern. Diese in der Erinnerung aufsteigenden Inhalte, ob als Träume oder bewusste Erlebnisse, transportieren ein bislang unerlöstes Schicksal in die Gegenwart, um (mit sanftem Druck) bearbeitet zu werden. Gegenüber anderen natürlich auch vorhandenen karmischen Anlagen sind aber diejenigen der (vor allem individuellen) Pyramidenpunkte mit größerer Nachsicht und Geduld ausgestattet, falls der oder die Betreffende die Augen vor der Problematik verschließt. Es geschieht sogar oft, dass man trotz willentlicher Missachtung der Problematik seitens der zu analysierenden Personen auf besonders glückhafte Situationen trifft, Glück im (relativen) Unglück erlebt. Die Gründe dafür sind ungeklärt. Andererseits ist ihre Existenz immer wieder leicht nachweisbar.

Psychologie: Stichworte

ICH SCHAFFE ES MIT EIGENER KRAFT

Saturn / Mars

Sucht Widerstände; ist aggressiv! Projektionen eigener Wut. Stressliebend.

Die drückende Hitze: st auf Dauer von niemandem zu ertragen.

Der Energiestau: entspricht dem Zustand latenter Aggression.

Die Aggression: als gestaute Energie sollte in die Form konstruktiver Handlungskompetenz transformiert werden.

Das Fahren mit angezogener Handbremse: lässt im Verhältnis zum hohen Energieverbrauch nur wenig gefahrene Wegstrecke zu.

DER LANGE WEG ZUM GLÜCK

Saturn / Zwillingenmerkur

Frühkindliche Abweisung durch Mutter. Intellektuell verengtes Lebensgefühl.

Der versperrte Weg: zwingt, nach Alternativen Ausschau zu halten.

Der Bewegungsstau: muss in konzentrierte Bewegung freigesetzt werden.

Das Abweisungs Erlebnis: darf nicht als Alibi für das eigene Abweisen anderer werden.

Das luftgetrocknete Hirn: sollte so oft es geht das Herz um Rat fragen – und den Rat befolgen.

WAHRHAFT LEBEN IST ARBEIT AN SICH SELBST

Saturn / Sonne

Man ist früh erwachsen; hat Angst vor Subjektivität. Stress- und leistungsbereit.

Die Endlichkeit der Zeit: existiert nur in der menschlichen Vorstellung und lässt den Menschen keine Zeit haben.

Die Alterung: geht immer einher mit einem zu würdigenden Zuwachs an Lebenserfahrung.

Das Leistungsbewusstsein: sollte nicht den Blick auf das scheinbar Unbedeutende verstellen.

Der kleine Erwachsene: ist wie ein großes Kind – immer „irgendwie“ noch zu jung und „irgendwie“ schon zu alt.

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.

NICHTS BLEIBT WIE ES IST

Saturn / Uranus

Konfrontationsangst; Kompensation mit Positivismen. Ungleichheit der Eltern.

Die zerstörte Form: des Lebens symbolisiert die Spannungen, die Widersprüche in sich tragen.

Die Unvereinbarkeit von Kräften: führt zum Springen aus bestehenden Lebensformen.

Die Sucht nach Harmonie: soll innere Verzweigung kompensieren.

Der einsame Wolf: ist als Bild ein Paradox, denn er will in seiner Einsamkeit von allen anderen gesehen 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.

WER NICHTS BEWEGT BEWEGT AM MEISTEN

Neptun / Mars

Revierunsicher; oft zu schwaches Ego oder nachlässig im Realen. Traumtäter.

Die kosmische Energie: muss nur gefunden werden.

Die Auflösung von Energie: stellt nichts als eine Transformation in einen höheren, erlösten Zustand dar.

Die Antriebsschwäche: macht die Frage bewusst: Wie kommt man zum Handeln?

Die Wehrlosigkeit: muss zu Gunsten einer energetisch punktgenauen Handlungsfähigkeit überwunden werden.

DAS GANZE SIEHT, WER DAS EINZELNE VERGISST

Neptun / Jungfraumerkur

Muss Wirklichkeiten wahrnehmen. Gefahr, sich im Reflex verquält anzupassen.

Die Aufmerksamkeit: ist der Schlüssel zur Erleuchtung.

Die Wachheit: gleicht dem Zustand ständiger Aufmerksamkeit.

Der Tagtraum: lässt Wunder offenen Auges erleben.

Die Unvernunft: ist oft der stärkste Entwicklungshelfer.

ICH WEISS ES GENAU

Pluto / Zwillingmerkur

Ausdruck ist stark kontrolliert und grüblerisch. Motto: Wissen ist Macht!

Der Geist: formt sich die Welt nach seinem Gutdünken.

Die Orientierung im Geistigen: hilft vorab bei der Eroberung der realen Welt.

Das Wissen ist die Macht: und Unwissenheit ist die Ohnmacht.

Das zwanghafte Denken: führt leicht zu Rechthaberei und Intoleranz.

VERSUCHUNG UND LÄUTERUNG

Pluto / Mond

Vorstellung intensiviert Gefühl. Seelisch kontrolliert. Große Verlustangst.

Das Beherrschen: sollte immer auf die eigene Person und das eigene Leben gerichtet sein.

Die seelischen Mächte: sind die dunkelsten und hellsten zugleich, zwischen denen man zu wählen hat.

Die inbrünstige Leidenschaft: hat als Quelle das Begehren.

Die unterschwellige Einflussnahme: kann zerstörend oder segensreich sein, dessen sollte man sich bewusst sein.

MIT ALLEM BEGEHRLICH VERBUNDEN

Pluto / Waagevenus

Macht und Ohnmacht in Beziehungen. Sodomasochismus. Ausgeprägte Leitfigur für andere.

Die Verbindungen: die man verbindlich eingeht, tragen dennoch den Abschied bereits in sich.

Der tiefgründige Austausch von Kräften: durch den menschliche Beziehungen erst zu einem Ausgleich kommen können.

Die Orientierung am Nicht-Ich: darf nicht zur Ich-Flucht werden.

Die Liebe als Schlachtfeld: bietet immer die Chance zum Wiederaufbau und zum Lernen aus früheren Fehlern.

ZUVIEL IST NOCH ZU WENIG

Jupiter / Sonne

Zwiespalt: Wunsch-/ Real-Ich. Glaube muss durch Gewissheit ersetzt werden.

DAS LEBEN IST SCHÖN

Jupiter / Waagevenus

Ausgeprägter Begegnungswunsch! Alleinsein wird als Einsamkeit verstanden.

DIE SONNE UND DER MOND

Sonne / Mond

Unbewusste Impulse okkupieren Bewusstsein. Eltern schwer als Einheit erlebbar.

Dies sind 27% 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 Profildbereichen 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	104
Ernährungstipps	106
Therapien	114
Sporttipps	123

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 ganz besonders und direkt an diejenigen, die sich vergewissern sollen, was zu ihnen passt: als Ernährungsweise, als Sportlichkeit 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 „Sinnbereichs“ 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 Well-

ness-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 Grundauswahl, 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 wohltuende 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. Denn astrovitalis-„Programm“ ist schlicht auch die Entfaltung des ganzen Lebens als eines gesunden und genussvollen.

Wellness: Ernährungstipps

ICH SCHAFFE ES MIT EIGENER KRAFT

Saturn / Mars

Kontrollieren Sie Ihren Fleischkonsum. Weder zu viel noch zu wenig Fleisch ist ratsam. Vorzuziehende Fleischsorten für Sie: gemischt, mit einem höheren Anteil an Rindfleisch. Verzichten Sie möglichst auf sehr stark gewürzte, scharfe Nahrung oder schränken Sie zumindest deren Genuss so weit wie möglich ein. So beugen Sie einem Zuviel an Säureproduktion vor. Bis auf bisweilen auftretende Verstopfungsprobleme haben Sie zwar eine recht gute Verdauung, wahlloser Essenskonsums – zum Beispiel, weil Sie sich wieder mal geärgert haben – kann aber zu einer zeitweiligen Beeinträchtigung der Gallen- und Darmtätigkeit und zu erhöhter Reizbarkeit dieser Organsysteme führen. Essen Sie daher möglichst immer langsam und maßvoll.

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Vitamin E, K, Niacin, Kalium, Fluor.

DER LANGE WEG ZUM GLÜCK

Saturn / Zwillingenmerkur

Achten Sie unbedingt auf vitaminreiche, nährstoffreiche und möglichst abwechslungsreiche Kost! Das ist sehr wichtig. Ein höherer Fettanteil der Speisen ist zeitweise tolerierbar. Aber bitte kein Fastfood! Und: Immer sehr viel trinken, um der Tendenz zum Austrocknen vorzubeugen! Beim Brot sollten Sie dunkle Sorten bevorzugen. Da Sie vermutlich recht empfindliche, trockene Schleimhäute haben, sollten Sie selten Scharfes essen. Ein Problem sind auch die zeitweise massiven Verstopfungen, daher meiden Sie besser die entsprechenden Nahrungsmittel wie Schokolade und Bananen.

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung

in diesem Zusammenhang: Carotin, Vitamin E, Folsäure, Calcium, Eisen, Fluor.

Als individuell passende Diäten kommen für Sie die „Immun-Diät“, die „Pritikin-Diät“ und die „Montignac-Diät“ infrage.

Immun-Diät

Nicht nur schlank soll der Diätanwender werden, auch die Stärkung der Abwehrkräfte wird gefördert – durch eiweißbetonte, energiereduzierte Mischkost. Bevorzugt werden Lebensmittel, die reich an wichtigen Nährstoffen für das Immunsystem sind. Die Diät setzt auf die Schutzfunktionen unter anderem von Zink, Selen, Eisen, von antioxidativen Vitaminen (E, C, Beta-Carotin) sowie Eiweiß. Diese Nährstoffe sollen in erster Linie aus Vollkornprodukten, gelb-rottem und grünem Gemüse, von Obst und hochwertigen Pflanzenölen stammen, das Eiweiß aus fettarmen Quellen. Diese Diät macht den Zusammenhang von Nährstoffen und stabilen Abwehrkräften deutlich. Viele einseitige und strenge Schlankheitskuren sind dagegen oft „Mangeldiäten“ (gerade auch an Nährstoffen für ein abwehrstarkes Immunsystem). Allerdings ist bei auf Prävention gerichteten Zufuhrempfehlungen für Schutz Nährstoffe eine nahrungsergänzende „Extraportion“ Zink, Selen, Beta-Carotin und Vitamin E sinnvoll (etwa im Bereich von 10 bis 15 mg Zink, 50 mg Selen, 5 mg Beta-Carotin und 50 mg Vitamin E. Das Erreichen der empfohlenen Vitamin-C-Menge von etwa 150 mg pro Tag dürfte angesichts des reichen Angebots an Obst und Gemüse leicht sein. Übrigens: Eine gute und schmackhafte Möglichkeit der zusätzlichen Versorgung mit den wichtigen Schutzvitaminen E, C und Beta-Carotin sind Multivitaminpräparate. Zur „Immun-Diät“ gehört selbstverständlich auch eine reichliche Flüssigkeitszufuhr. Diese Diät empfiehlt sich bei dieser Konstellation, da das Immunsystem hier in einer grundsätzlichen Form geschwächt sein kann.

Pritikin-Diät

Ein kohlenhydratreiches und fettarmes Ernährungsprogramm in Verbindung mit körperlicher Aktivität – erfunden von den Amerikanern Ilene und Nathan Pritikin. Achtzig Prozent der Energie sollen aus Kohlenhydraten, nur rund zehn Prozent aus Fett stammen. Prinzip: Die Speisen werden also möglichst ohne Fett zubereitet. Verboten sind außerdem Zucker, Kochsalz und Alkohol.

Montignac-Diät

Die „Methode Montignac“ basiert auf dem glykämischen Index: Je stärker ein Lebensmittel den Blutzuckerspiegel erhöht, desto schlechter ist es. Zucker und andere einfache Kohlenhydrate sind daher verboten, komplexe Kohlenhydrate wie Vollkornbrot dagegen empfehlenswert. Bewertung: Die Ernährung nach Montignac ist überwiegend gesund, gut durchführbar, sättigend und hat auch für Ernährung generell durchaus Lerneffekte und damit auch eine Langzeitwirkung. Leider kommen die Themen „Bewegung“, „lang anhaltende Selbstmotivation“ und „seelische Hintergründe“ in den Einführungen von Montignac zu kurz.

WAHRHAFT LEBEN IST ARBEIT AN SICH SELBST

Saturn / Sonne

Essen Sie viel Obst? Das ist gut so. Denn einerseits sollten Sie Ihren Zuckerkonsum kontrollieren und regulieren und andererseits ist in Obst Sonne – also „Leben pur“ – gespeichert! Achten Sie bei Grundnahrungsmitteln immer auf optimale Qualität. Das Beste ist gerade gut genug. Trinken Sie viel, am besten Wasser aus Bergquellen, um Verhärtungen auf körperlicher aber auch auf seelischer Ebene vorzubeugen. Und wenn Sie darauf achten, weniger Fett, weniger Eier und weniger Fleisch zu sich zu nehmen, kann das auch nicht schaden ...

Manifestiert sich Ihre Stressanfälligkeit durch einen oft sehr empfindlichen Magen? Schonen Sie sich. Und wenn Sie übergewichtig sind, sollten Sie unbedingt rasch die „entsprechenden Pfunde“ wieder abnehmen, denn Ihr Herz ist „ein wunder Punkt“, oder könnte zu einem werden. Schonen Sie es. Übrigens: Schonung kann man hervorragend mit einer gesunden Ernährung erreichen ...

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Vitamin E, C, Biotin, Kalium, Phosphor.

Als individuell passende Diäten kommen für Sie der „Pudel-Plan“, die „Kohlenhydratbetonte-Diät“ und die „Null-Diät“ oder das Fasten infrage.

Pudel-Plan

Für Gesundheitsbewusste mit etwas Geduld. Ernährungspsychologe Prof. Dr. Volker Pudel hält von Wunderkuren und Crash-Diäten gar nichts. Er rät stattdessen: Langsam und stetig ohne starre Vorschriften und komplizierter Ernährungskonzepte abnehmen. Für seine Diäten (kohlenhydratreich und fettarm) appelliert er deshalb an die Vernunft der Anwender. Flexible Gestaltung des Essverhaltens gehört zur vernünftigen Umgehensweise mit Nahrung. Rigide Verbote und Appelle („Du darfst nicht ...“) führen eher zu Essstörungen und selten zum wirklichen Diäterfolg. Generell sind Langzeitergebnisse besser als der kurzfristige Verlust von Pfunden. In den Büchern zur „Pfundskur“ und zum „Pudel-Plan“ sind Tests und Übungselemente integraler Bestandteil. Die Leser erhalten so mehr ein Lernprogramm als eine zeitlich begrenzte Diät. Jeder lesende Teilnehmer kann sein Ernährungstraining und Abnahmeprogramm individuell gestalten. Ein längerfristiges Programm ist auch die „Vier-Jahreszeiten-Kur“, ebenfalls von Prof. Pudel mitentwickelt, eine Art schriftlicher Dialog, bei dem man über ein ganzes Jahr anhand von Fragebogen, Ernährungstagebüchern und Beratungsbriefen lernt, sein Ernährungsverhalten zu ändern. Diese „Brief-Methode“ hat sich, ähnlich wie die Gruppenprogramme, als sehr erfolgreich für die Änderung der Ernährungsgewohnheiten erwiesen. Der „Pudel-Plan“ birgt innere Ernsthaftigkeit. Dies entspricht Ihrer konstellativen Anlage sehr.

Kohlenhydratbetonte Diäten

Frische Landkost: Getreideprodukte, Kartoffeln, Hülsenfrüchte, Gemüse und Obst stehen im Mittelpunkt dieser Diät. Eine ausreichende Versorgung mit Ballaststoffen sowie mit allen Vitaminen und Mineralstoffen ist also sicher gestellt. Bei relativ geringem Kaloriengehalt haben die Mahlzeiten dennoch „Volumen“ und sind reichhaltig. Die Sättigungswirkung ist gut, wenn der Fettgehalt nicht allzu drastisch gesenkt wird. Es sollte jedoch auf laktovegetarische Kost mit Milch und Milchprodukten geachtet werden, um eine ausreichende Eiweiß- und Kalziumversorgung sicher zu stellen.

Beschreibung:

Drei vegetarische Kostformen lassen sich unterscheiden: „vegan“ (ganz ohne tierische Lebensmittel), „laktovegetabil“ (mit Milchprodukten) sowie „ovo-laktovegetabil“ (zusätzlicher Eiverzehr). Bei Vollwert-Küche geht es weniger streng und prinzipiell zu: Die Qualität der Lebensmittel steht nach dem Motto „so natürlich wie möglich“ an erster Stelle. Qualitätsverluste durch die Verarbeitung und Zubereitung sollen so gering wie möglich gehalten werden. Deshalb ergibt sich ein sehr hoher Rohkostanteil. Kartoffeln, Vollkornreis und -nudeln sowie Brot sind neben geringen Mengen an Fisch und Fleisch die „zu garenden“ Lebensmittel dieser Kost. Wichtig: Bei den kohlenhydratbetonten Diäten muss genügend getrunken werden – am besten Kräuter- und Früchtetees sowie Wasser und verdünnte Obstsaftsäfte. Kaffee, Schwarztee und alkoholische Getränke sind einzuschränken.

Null-Diät und Fasten

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

führt, Ihrem Bedürfnis nach wahrer Reduzierung (der Reduzierung auf das Wahre) entgegen. Daher ist der seelische Effekt dieser Diäten mindestens so hoch zu bewerten wie ihr körperlicher Effekt.

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, andererseits 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.

NICHTS BLEIBT WIE ES IST

Saturn / Uranus

Haben Sie eine erhöhte Reizbarkeit der Schleimhäute, möglicherweise besonders im Magenbereich? Dann sollten Sie generell viele über den Tag verteilte Mahlzeiten einnehmen, die leicht verdaulich und bekömmlich sind (zum Beispiel leichte Suppen). Dies kann auch Koliken vorbeugen, zu denen Sie neigen. Ihrem Magnesiummangel können Sie durch zeitweilige Zufuhr von Magnesiumpräparaten entgegenwirken – oder Sie essen ab und zu eine magnesiumreiche Banane.

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Vitamin D, Phosphor, Magnesium.

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 hetemrunter? 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.

WER NICHTS BEWEGT BEWEGT AM MEISTEN

Neptun / Mars

Haben Sie eine Stoffwechselerkrankung geerbt, die in Zusammenhang mit der Verwertung von Nahrung steht? Ihr hier beschriebenes Persönlichkeitsprofil weist in dieser Hinsicht auf eine ungünstige Erbanlage hin. Sie sollten das bei Gelegenheit überprüfen. Natürlich ist es nicht zwingend, dass Sie von einem Elternteil eine entsprechende Erkrankung vererbt bekommen haben, möglich ist es aber. Daher werden Sie an dieser Stelle darauf hingewiesen.

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Vitamin B1, B2, Niacin, Kalium, Eisen, Kupfer.

DAS GANZE SIEHT, WER DAS EINZELNE VERGISST

Neptun / Jungfraumerkur

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 kohlenhydratarmer 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 keineswegs in dem Maße statt, wie Dr. Lutz behauptet. Der Ansatz einer kohlenhydratarmer 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.

ICH WEISS ES GENAU

Pluto / Zwillingssmerkur

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

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

Nutripoint-Diät

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

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

G-Index-Diät

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

VERSUCHUNG UND LÄUTERUNG

Pluto / Mond

Es ist wahrscheinlich, dass Sie eine Anlage zu „massivem“ Fettansatz haben. Das bedeutet nicht, dass Sie fettleibig beziehungsweise übergewichtig sein müssen. Falls aber doch, sollten Sie diesen Zustand äußerst ernst nehmen und sich bei erheblichem Übergewicht in psychologisch orientierte Behandlung begeben. Generell ist es ratsam, den Fettkonsum so gut es geht „auf null“ zu redu-

zieren, auch wenn Fett nun einmal bei unserer Nahrung (leider) der Geschmacksträger Nummer eins ist. Daher sollten Sie, vor allem bei bestehendem Übergewicht, einen radikalen Schritt zu einer bewussten Essensauswahl machen. „Fettarm und schmackhaft“: gar nicht leicht, aber heutzutage mithilfe entsprechender Fachliteratur dennoch möglich!

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Vitamin A, K, B6, C, Biotin, Zink.

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

Waerland-Kur

Skandinavische „Hardcore-Diät“ für „Hungerleider“ und andere, die es auch nicht besser wissen ... Ernährungswissenschaftler Ake Waerlands Entschlackungskur garantiert zwar schnellen Gewichtsverlust, lässt dafür jedoch „Abspeckwillige“ einen hohen Preis zahlen. Natürlich muss der Körper auf die eigenen Reserven zurückgreifen, wenn die Kost auf „Minimalhappen“ und Wasser reduziert wird. So schmelzen zwar die Pfunde wie Fjord-Eis in der schwedischen Frühlingssonne – aber ebenso schnell schwindet auch die gute Laune. Die martialische Abspeckkur kann nämlich äußerst „unschöne Nebenwirkungen“ wie Durchfall, Schwächeanfälle und Gereiztheit zur Folge haben – und heftig plagenden Heißhunger.

MIT ALLEM BEGEHRLICH VERBUNDEN

Pluto / Waagevenus

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“ für Sie 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 richtet 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 Zuckersubstituten. 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 Beratenen 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

ICH SCHAFFE ES MIT EIGENER KRAFT

Saturn / Mars

Abhärtungskuren

kommen Ihrem Bedürfnis entgegen, immer das Gefühl zu haben, eine spürbare Leistung erbracht zu haben. Aber übertreiben Sie nicht!

Beschreibung:

Maßnahmen zur Abhärtung wirken vor allem auf Haut und Körper. Kältereize bewirken ein Zusammenziehen und Wärmereize eine Erweiterung der Haut und Hautgefäße. Heißes und anschließend kaltes Duschen ist dafür ein gutes „Training“. Wiederholen Sie die Wechselanwendungen dreimal. Beginnen Sie immer an den Füßen. Das bringt die Hautporen „auf Trab“. (Der Abhärtungsgrad entscheidet mit, ob man friert oder nicht. Ist es draußen kalt, müssen sich die Hautporen möglichst schnell schließen, damit die Körperwärme gespeichert bleibt. Bei Wärme öffnen sie sich wieder und die Hitze kann entweichen.) Auch Bewegung, Bürstenmassagen, Kneipp'sche Anwendungen (Güsse, Wassertreten) und Saunagänge härten ab.

Akupressur und Shiatsu

Lernen Sie dem bei den Behandlungen ausgeübten sanften Druck nachzugeben.

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.

Bioenergetik

wenn Sie motorisch sehr unter Druck stehen und "Dampf aus allen Ventilen ablassen wollen".

Beschreibung:

von dem amerikanischen Arzt und Psychotherapeuten Alexander Löwen entwickelte Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit. Energetisch betonte Übungen zur Haltung, zur Beweglichkeit, zum Ausdruck, zum Kontakt mit sich und anderen und zum Spüren von Körpersignalen werden durchgeführt und in Gesprächen reflektiert. Die Vitalität, das Selbstwertgefühl und die Wahrnehmung eigener Körpersignale sollen gestärkt werden.

Fangokuren

Der schwere Heilschlamm wirkt vorbeugend der Aktivierung Ihrer rheumatischen Anlagen entgegen.

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.

Progressive Muskelentspannung

hilft Ihnen, Ihre relativ starken, oft unbewussten Verspannungen auch in tieferen Muskelschichten aufzulösen und ist zudem einer Wohlfühlmassage vergleichbar.

Beschreibung:

leicht zu erlernende, wirkungsvolle und auch allein anzuwendende Entspannungsmethode des

amerikanischen Internisten Edmund Jacobsen. Der Wechsel zwischen aktiver Muskelanspannung- und entspannung lindert stressbedingte Beschwerden, wirkt sich positiv auf den gesamten Körper aus und macht ruhig und gelassen. Es werden nacheinander die verschiedenen Muskelgruppen des gesamten Körpers (zum Beispiel Faust-, Arm-, Bein-, Nacken-, Schulter-, Rücken-, Bauchmuskulatur) im Sitzen oder im Liegen bewusst angespannt. Die Spannung wird fünf bis zehn Sekunden gehalten und dann wieder gelöst. Die Entspannungsphase dauert dreißig Sekunden. Entscheidend ist die bewusste Wahrnehmung des Unterschieds zwischen der Anspannung und Entspannung der Muskulatur. Konzentration auf den Wechsel der Empfindungen bewirkt dies. Diese Methode wird bei Stress, Verspannungen, Nervosität, Schlafstörungen und Schmerzen angewandt.

DER LANGE WEG ZUM GLÜCK

Saturn / Zwillingenmerkur

Akupressur und Shiatsu

Vertrauen Sie darauf, dass nicht nur intellektuelle, sondern auch manuelle Arbeit einen großen Nutzen haben kann.

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.

Atemtherapie

Atmen bedeutet Austausch, Austausch bedeutet Fließen, Fließen bedeutet Fühlen. Bewussteres Atmen führt Sie behutsam in die Tiefen Ihrer Gefühle und hilft Ihnen, Ihre Gedanken hinter sich zu lassen.

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.

Autogenes Training

kann Sie unterstützen, sich leichter „gedankenlos“ zu entspannen. Lernen Sie, Ihre Gedanken einfach „ziehen zu lassen“.

Beschreibung:

klassische autosuggestive Entspannungsmethode. Man konzentriert sich im Sitzen oder Liegen auf einzelne Körperteile und sagt sich Formeln („Mein linker Arm ist/ wird schwer.“) vor. Dabei stellt man sich Empfindungen von Schwere, Wärme oder Kühle vor und entspannt sich. Sechs Grundübungen beziehen sich auf die Entspannung der Muskeln, der Atmung, des Herzens, der Leiborgane, der Blutgefäße und des Kopfes. Dadurch sollen unwillkürliche Körperfunktionen wie Puls, Atmung, Muskelspannung oder Darmtätigkeit willentlich gesteuert werden. Autogenes Training kann beim Einschlafen helfen, bei Asthma, psychischen Störungen und Schlafstörungen. Regelmäßiges Üben ist wichtig und sinnvoll.

Bewegungstherapie

folgt Ihrem Bedürfnis nach geführter, langsamer Bewegung und hilft Ihnen, sich nur auf das wenige Wesentliche anstatt auf das viele Unwesentliche zu konzentrieren. Versuchen Sie, die Übungen aus der gedanklichen Erinnerung auch allein zu machen.

Beschreibung:

gezielte, exakt dosierte Bewegungen, die auf den Trainingszustand beziehungsweise die Erkrankung zugeschnitten sind, um Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit zu trainieren. Dem Ausdauertraining kommt besondere Bedeutung zu. Die Belastung des Muskels wird so angepasst, dass er seinen Sauerstoffbedarf noch aus dem Blut decken kann, der Stoffwechsel also „aerob“ ist. Wichtig ist das Aufwärmen mit Dehnübungen. Langsam beginnen, Überanstrengung vermeiden, genügend Ruhepausen einlegen und die Bewegungen langsam ausklingen lassen. Regelmäßiges körperliches Training, drei bis viermal pro Woche, mindestens zwanzig, besser dreißig Minuten, stärkt den Kreislauf, das Herz, die Atmung und den gesamten Bewegungs- und Stützapparat. Es fördert die Anpassungsfähigkeit und erhöht die körperliche Leistungsfähigkeit. Das Koordinationstraining schützt vor Unfällen und Stürzen. Durch Ausdauertraining und gezielte Krankengymnastik wird die im Alter abnehmende Beweglichkeit und Gelenkigkeit erhöht. Die Kräftigung der die Wirbelsäule tragenden Rücken- und Bauchmuskeln durch Ausdauertraining und regelmäßige Gymnastik ist besonders wichtig bei Rückenschmerzen.

WAHRHAFT LEBEN IST ARBEIT AN SICH SELBST

Saturn / Sonne

Alexandertechnik

hilft Ihnen, Stress abzubauen und eine aufrechte und entspannte äußere und vor allem auch innere Haltung einzunehmen.

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.

Autogenes Training

hilft Ihnen ebenfalls, Stress abzubauen und kann Ihren wichtigen Entspannungsbemühungen eine besonders nützliche Tiefe verleihen.

Beschreibung:

klassische autosuggestive Entspannungsmethode. Man konzentriert sich im Sitzen oder Liegen auf einzelne Körperteile und sagt sich Formeln („Mein linker Arm ist/ wird schwer.“) vor. Dabei stellt man sich Empfindungen von Schwere, Wärme oder Kühle vor und entspannt sich. Sechs Grundübungen beziehen sich auf die Entspannung der Muskeln, der Atmung, des Herzens, der Leiborgane, der Blutgefäße und des Kopfes. Dadurch sollen unwillkürliche Körperfunktionen wie Puls, Atmung, Muskelspannung oder Darmtätigkeit willentlich gesteuert werden. Autogenes Training kann beim Einschlafen helfen, bei Asthma, psychischen Störungen und Schlafstörungen. Regelmäßiges Üben ist wichtig und sinnvoll.

Bewegungstherapie

kommt Ihrem Bedürfnis entgegen, immer etwas Sinnvolles tun zu müssen. Zudem ist konzentrierte Mitarbeit erforderlich – etwas also, was Sie einfach gut können!

Beschreibung:

gezielte, exakt dosierte Bewegungen, die auf den Trainingszustand beziehungsweise die Erkrankung zugeschnitten sind, um Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit zu trainieren. Dem Ausdauertraining kommt besondere Bedeutung zu. Die Belastung des Muskels wird so angepasst, dass er seinen Sauerstoffbedarf noch aus dem Blut decken kann, der Stoffwechsel also „aerob“ ist. Wichtig ist das Aufwärmen mit Dehnübungen. Langsam beginnen, Überanstrengung vermeiden, genügend Ruhepausen einlegen und die Bewegungen langsam ausklingen lassen. Regelmäßiges körperliches Training, drei bis viermal pro Woche, mindestens zwanzig, besser dreißig Minuten, stärkt den Kreislauf, das Herz, die Atmung und den gesamten Bewegungs- und Stützapparat. Es fördert die Anpassungsfähigkeit und erhöht die körperliche Leistungsfähigkeit. Das Koordinationstraining schützt vor Unfällen und Stürzen. Durch Ausdauertraining und gezielte Krankengymnastik wird die im Alter abnehmende Beweglichkeit und Gelenkigkeit erhöht. Die Kräftigung der die Wirbelsäule tragenden Rücken- und Bauchmuskeln durch Ausdauertraining und regelmäßige Gymnastik ist besonders wichtig bei Rückenschmerzen.

Reiki

schärft Ihre Sinne für die feinstofflichen Kräfte, denen Sie gebührend Respekt erweisen sollten. Hier geht es für Sie um nützliche Arbeit im Kleinen.

Beschreibung:

japanische Methode, die auf die Beseitigung von Energieblockaden, Stress, mentalen Problemen, funktionellen Störungen und Schmerzen abzielt und gegen Muskelverspannungen, Schlafstörungen, Rheuma und hohen Blutdruck helfen soll. Bei dieser „Regulationstherapie“ sollen beim bekleideten Patienten durch Handauflegen auf bestimmte Körperstellen die sieben Energiezentren (Chakren) stimuliert, der Energiefluss harmonisiert und die Selbstheilungskräfte aktiviert werden. Die Heilwirkungen sind wissenschaftlich bislang nicht vollkommen gesichert.

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 einzigartige „Rolfing-Be-Hand-lung“ lassen den Körper ein neues Gleichgewicht finden. Die Strukturteile des Körpers erscheinen integrierter, harmonischer zusammenpassend.

NICHTS BLEIBT WIE ES IST

Saturn / Uranus

Chirotherapie

lässt Sie am eigenen Leib – zum Beispiel an Ihren Knochen – spüren, wie Dinge, die in Unverhältnismäßigkeit zueinander stehen, „ins rechte Lot gerückt werden können“. Wenn man Sie sie konsequent angeht!

Beschreibung:

Grundlegender Gedanke der Chirotherapie ist, dass sich fast sämtliche körperlichen Beschwerden auf Fehlstellungen oder Blockaden von Gelenken zurückführen lassen. In erster Linie sehen Chiropraktiker Blockaden in den Gelenken der Wirbelsäule als Krankheitsauslöser. Die Wirkung der Gelenkblockaden wird über Nervenverbindungen erklärt, die von dem Gelenk über die Wirbelsäule zu den erkrankten Organen verlaufen. Der Chirotherapeut kann durch einen gezielten Ruck oder eine kleine Drehung die Blockade lösen. Dabei wird vermutlich der Nervenreiz für einen kurzen Moment unterbrochen, die Muskelspannung sinkt und das Gelenk wird frei. Der Therapeut übt dabei nur einen ganz minimalen Kraftimpuls auf das Gelenk aus – trotzdem kann es bei der Manipulation deutlich hörbar in den Knochenverbindungen „knacken“. Auf ähnliche Weise behandelt ein Chirotherapeut Schmerzen, die vom Knie-, Ellenbogen- oder Hüftgelenk ausstrahlen.

Zilgri

erfordert die Fähigkeit, sich selbst in den zunächst körperlich erkrankten Bereichen beobachten zu können. Sie müssen sich mit sich selbst konfrontieren und selbst herausfinden, wo das Problem liegt. Die Übungen zielen auf einen Ausgleich durch dem Schmerz entgegenwirkende Bewegungen ab. So lernen Sie auch, dass unbekannte Gegenpole hilfreich sein können. Die „andere Seite“ (Ihre zweite Seele) gehört zu Ihnen und unterstützt Sie, wenn sie gerufen wird!

Beschreibung:

Selbstbehandlungsmethode der Yogalehrerin Zillo und des Chiropraktikers und Orthopäden Greising, bei der Atemtechnik mit Körperhaltungen und -bewegungen koordiniert wird. So wird beispielsweise durch Selbstuntersuchung festgestellt, in welcher Richtung von Bewegungen

Beschwerden oder Schmerzen auftreten. Die Selbstbehandlung erfolgt, indem die Gegenposition eingenommen wird. Ziel der besonderen Atemmethode ist es, Verkrampfungen zu lösen und Fehlhaltungen zu korrigieren. Der Steifheit und verminderten Beweglichkeit der Wirbelsäule soll vorgebeugt und rheumatischen Beschwerden, Arthrose, Arthritis, Migräne, Schmerzen in den Bereichen Schultern, Nacken, Rücken, Gelenke und Becken entgegengewirkt werden.

Zen-Meditation

hilft Ihnen wirksam, inneren Frieden durch das Zusammenführen von Verschiedenartigem zu finden. Der innere Riss, der durch Ihre eigene Zwiespältigkeit entstanden ist, wird ernst genommen und bei ausreichender und dauerhaft konzentrierter Übung immer mehr gefüllt und „geheilt“.

Beschreibung:

Zen ist – kurz gesagt – das „Leben des täglichen Lebens“. Zen „lehrt“, das Leben im „Hier-und-Jetzt“ zu verwirklichen, ohne Gedanken an Vergangenheit und Zukunft, die nur Konstrukte eines „egoistischen Verstandes“ sind und den Menschen am wirklichen Leben hindern. Dazu bedient sich Zen einer Meditationsform, die „Zazen“ („Sitzen“) genannt wird. Zen ist weder eine Religion, noch eine Philosophie, es ist eine Art, den Alltag zu erfahren. Das in der Meditation Erfahrene im Alltag wiederum umzusetzen, ist ebenfalls eine wichtige Übung des Zen. Besonders in Zen-Klöstern wird dies konsequent getan. Für den Mönch bedeutet das, dass er zwischen den Meditationszeiten kocht, im Garten arbeitet, den Boden wischt oder den Hof kehrt – eben ganz alltägliche Dinge vollbringt. Zen ist die mystische Form des Buddhismus, und viele meinen, es sei die reinste Form des Buddhismus überhaupt.

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

Beschreibung:

Mit Hilfe 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“.

WER NICHTS BEWEGT BEWEGT AM MEISTEN

Neptun / Mars

Fußreflexzonen-Massage

kommt unter anderem Ihrer erhöhten „Fußsensibilität“ sehr entgegen und „erdet“ Sie auch etwas mehr. Sie können Erdung gut gebrauchen – und die Sohlen Ihrer Füße sind eben der einzige Körperbereich, der in der Regel „mit dem Boden verbunden ist“.

Beschreibung:

Die Therapie basiert darauf, dass sich auf den Fußsohlen so genannte Reflexwege befinden, die zu allen anderen Organen des Körpers führen. Durch Druckpunktmassage in den entsprechenden Zonen lassen sich eventuelle Störungen der inneren Organe beeinflussen. Der Klient liegt bei der Behandlung in der Regel auf dem Rücken. Der Therapeut beurteilt das Aussehen der Füße und tastet sie ab. Dann massiert er die Füße, besonders die belasteten Reflexzonen. Die Behandlung dauert beim ersten Mal bis zu 60 Minuten, die Folgetermine sind kürzer.

DAS GANZE SIEHT, WER DAS EINZELNE VERGISST

Neptun / Jungfraumerkur

Farbtherapie

spricht Ihre ausgeprägte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf feinstoffliche Schwingungen (wie zum Beispiel Licht) an.

Beschreibung:

In der Farbtherapie werden Licht und Farbe zum therapeutischen Medium. Je nach Gemütszustand oder körperlicher Verfassung des Behandelten wird der Behandler unterschiedliche Farben mit verschiedenen Lichtintensitäten, das heißt mit verschiedener Tiefenwirkung einsetzen. Grundwirkungen: Rot vitalisiert, Gelb inspiriert, Grün erdet und Blau beruhigt.

ICH WEISS ES GENAU

Pluto / Zwillingmerkur

Atemtherapie

Atmen bedeutet Austausch, Austausch bedeutet Fließen, Fließen bedeutet Fühlen. Bewussteres Atmen führt Sie behutsam in die Tiefen Ihrer Gefühle und hilft Ihnen, die zuweilen zwanghaften Gedanken hinter sich zu lassen.

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.

Autogenes Training

kann Sie unterstützen, sich leichter „gedankenlos“ zu entspannen. Lernen Sie, Ihre Gedanken einfach „ziehen zu lassen“.

Beschreibung:

klassische autosuggestive Entspannungsmethode. Man konzentriert sich im Sitzen oder Liegen auf einzelne Körperteile und sagt sich Formeln („Mein linker Arm ist/ wird schwer.“) vor. Dabei stellt man sich Empfindungen von Schwere, Wärme oder Kühle vor und entspannt sich. Sechs Grundübungen beziehen sich auf die Entspannung der Muskeln, der Atmung, des Herzens, der Leiborgane, der Blutgefäße und des Kopfes. Dadurch sollen unwillkürliche Körperfunktionen wie Puls, Atmung, Muskelspannung oder Darmtätigkeit willentlich gesteuert werden. Autogenes Training kann beim Einschlafen helfen, bei Asthma, psychischen Störungen und Schlafstörungen. Regelmäßiges Üben ist wichtig und sinnvoll.

Bewegungstherapie

folgt Ihrem Bedürfnis nach geführter, langsamer Bewegung und hilft Ihnen, sich nur auf das wenige Wesentliche anstatt auf das viele Unwesentliche zu konzentrieren. Versuchen Sie, die Übungen aus der gedanklichen Erinnerung auch allein zu machen.

Beschreibung:

gezielte, exakt dosierte Bewegungen, die auf den Trainingszustand beziehungsweise die Erkrankung zugeschnitten sind, um Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit zu trainieren. Dem Ausdauertraining kommt besondere Bedeutung zu. Die Belastung des Muskels wird so angepasst, dass er seinen Sauerstoffbedarf noch aus dem Blut decken kann, der Stoffwechsel also „aerob“ ist. Wichtig ist das Aufwärmen mit Dehnübungen. Langsam beginnen, Überanstrengung vermeiden, genügend Ruhepausen einlegen und die Bewegungen langsam ausklingen lassen. Regelmäßiges körperliches Training, drei bis viermal pro Woche, mindestens zwanzig, besser dreißig Minuten, stärkt den Kreislauf, das Herz, die Atmung und den gesamten Bewegungs- und Stützapparat. Es fördert die Anpassungsfähigkeit und erhöht die körperliche Leistungsfähigkeit. Das Koordinationstraining schützt vor Unfällen und Stürzen. Durch Ausdauertraining und gezielte Krankengymnastik wird die im Alter abnehmende Beweglichkeit und Gelenkigkeit erhöht. Die Kräftigung der die Wirbelsäule tragenden Rücken- und Bauchmuskeln durch Ausdauertraining und regelmäßige Gymnastik ist besonders wichtig bei Rückenschmerzen.

Feldenkrais

wird Ihre Fähigkeiten zu vorstellungsbezogener Bewegung (ähnlich wie bei Pantomime) ansprechen. Die Bewusstheit, mit der hier Bewegung betrieben wird, kann in Ihrem Falle sogar als lustvoll empfunden werden.

Beschreibung:

Methode von Moshe Feldenkrais, bei der die eigenen Bewegungsabläufe bewusster wahrgenommen werden. Ziel ist, sich harmonischer und wirksamer zu bewegen (zu sitzen, zu stehen, zu liegen), Fehlhaltungen des Körpers entgegenzuwirken und das Körpergefühl zu verbessern. Durch die bewusste Wahrnehmung eigener Verhaltensmuster können Fehlhaltungen nach Feldenkrais verändert werden. Unter Anleitung eines Übungsleiters wird in Gruppen die Bewusstheit durch Bewegung eingeübt. Sanfte Bewegung und regelmäßiges Üben verfolgen das Ziel, sich von eingefahrenen Bewegungsmustern zu befreien, beweglicher zu werden und sich selbst positiv zu entwickeln.

VERSUCHUNG UND LÄUTERUNG

Pluto / Mond

Aromatherapie

wird Ihr ausgeprägtes Bedürfnis, Gutes zu riechen, in besonderer Weise ansprechen. Die Nase ist in Ihrem Falle ein sehr wichtiges, weil intensiv und „talentiert“ arbeitendes Organ.

Beschreibung:

Einsatz von Duftstoffen, nach Möglichkeit mit reinen, nicht synthetisch hergestellten ätherischen Ölen, in Form von Badezusätzen, Kompressen, Dampfbädern oder Massageölen. Ätherische Öle stimulieren das limbische System, Sitz der Gefühlsentstehung im Gehirn. Sie dienen der Regeneration und dem Wohlbefinden, können Beschwerden bei Krankheiten lindern und anregende (zum Beispiel Rosmarin) oder beruhigende (zum Beispiel Lavendel) Wirkung entfalten.

Dampfbäder

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

Beschreibung:

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

Lymphdrainage

ist vor allem deshalb sehr empfehlenswert, weil die menschlichen Körpersäfte, zu denen auch die Lymphe zählt, astrologisch eine Affinität zum Mond aufweisen. Der Mond ist das Symbol für die innerste Seele des Menschen. Also ist Lymphdrainage Seelenmassage!

Beschreibung:

entspannende, sanfte Streichmassage in großflächigen und kreisförmigen, langsamen und drucklosen Bewegungen mit den Fingerkuppen auf der Haut in Richtung der Lymphbahnen. Dadurch wird Gewebeflüssigkeit zur Körpermitte verschoben und (Gesichts- und Augen-)Schwellungen sollen abgebaut werden. Sie wird empfohlen bei Blutergüssen, Knochenbrüchen, Menstruations- und anderen Beschwerden. Durchgeführt werden sollte sie am besten von ausgebildeten Masseurinnen.

MIT ALLEM BEGEHRLICH VERBUNDEN

Pluto / Waagevenus

Imagination

spricht Ihr ausgeprägtes visuelles Empfinden an und fördert Ihre Fähigkeit, über Autosuggestion Fantasiebilder zu entwickeln. Imagination kann Ihnen auch helfen, negative und belastende Bilder zu vertreiben.

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.

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

ICH SCHAFFE ES MIT EIGENER KRAFT

Saturn / Mars

Alle sportlichen Aktivitäten, die ein hohes Maß an Energieumsatz beinhalten, sind gut für Sie geeignet. Sie müssen und sollen viel Dampf ablassen können! Geeignet sind zum Beispiel Kampfsportarten, die auch durch eine gewisse Härte gekennzeichnet sind, wie Boxen oder Karate. Außerdem sollte auch eine andauernde Motorik gefordert sein. Ansonsten ist jedes allgemeine Ausdauertraining für Sie besonders gut geeignet (zum Beispiel Laufen, Steppen, Radfahren).

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: Kniegelenke und dazugehörige Muskelgruppen. Vorsicht, trainieren Sie nicht zu viel und zu intensiv, Gefahr der Überanstrengung und des „Übertrainierens“ (zum Beispiel erkennbar an heftigem Muskelkater). Wenn Sie trainieren, dann auf maximal 70 bis 80 Prozent Ihres gefühlsmäßig höchsten Leistungslevels.

DER LANGE WEG ZUM GLÜCK

Saturn / Zwillingen/merkur

Bevorzugen Sie Sportarten, bei denen eine gleich bleibende Bewegung über lange Zeit durchgehalten wird, zum Beispiel Laufen, wenn möglich Langstreckenlauf oder auch Marathonlauf. Die Sportarten sollten an der frischen Luft ausgeübt werden, um den Sauerstofftransport Ihres Blutes zu optimieren. Auch Sportarten, bei denen es auf genaue Bewegungsabläufe ankommt, zum Beispiel Kunstschießen oder Korbball-Spiele, sind gut für Sie geeignet. Sollten Sie Schach als Sport ansehen, so spielen Sie Schach. Aber ziehen Sie sich dabei zumindest eine Trainingshose an ...

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: Schulter- und Armbereich. Vorsicht: Nicht zu hart trainieren und keine zu langen Wiederholungsraten in den einzelnen Trainingssätzen. Ausdauertraining zum Beispiel auf dem Fahrrad oder „Stepper“ ist ebenfalls sehr wichtig für Sie.

WAHRHAFT LEBEN IST ARBEIT AN SICH SELBST

Saturn / Sonne

Wählen Sie Sportarten, die Ihnen Verantwortung zumuten. Auch Ausdauer sollte erforderlich sein, am besten in Kombination mit der Möglichkeit, gesteckte Ziele konsequent und zielstrebig zu erreichen. Bergsteigen oder Climbing erfüllen zum Beispiel diese Anforderungen. Sehr wichtig ist außerdem, gut zu überlegen, wofür Sie sich – sportlich gesehen – entscheiden. Denn Sie sollten Ihre Entscheidungen nicht zu oft revidieren müssen – das wäre nicht gut für Ihr Selbstbewusstsein ...

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: Kniegelenke. Trainieren Sie nicht zu hart, stellen Sie keine unerfüllbaren Ansprüche an sich, sondern wählen Sie kleine Etappenziele. Streben Sie diese aber konsequent an. Achten Sie auf den „Spaßfaktor“, Training ist Entspannung – nicht Arbeit. Wichtig: Eventuell haben Sie einen zu hohen Blutdruck; checken Sie ihn, bevor Sie mit dem Training beginnen. Machen Sie gegebenenfalls ein spezielles „Cardio-Training“, das heute in vielen Sportstudios angeboten wird.

DEM SINN DES LEBENS AUF DER SPUR

Saturn / Jupiter

Vermeiden Sie alle sportlichen Aktivitäten, bei denen Ihr Knochengestüt 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.

NICHTS BLEIBT WIE ES IST

Saturn / Uranus

Jede Sportart, bei der viele Standortänderungen nötig sind, ist sehr gut für Sie geeignet! Beim Squashspielen zum Beispiel müssen Sie in kurzer zeitlicher Folge auf die ständigen Richtungswechsel des gespielten Balles reagieren und können sich nicht auf ein genormtes und typisches Bewegungsmuster verlassen. Auch Ballspiele wie Volleyball oder Basketball erwarten von Ihnen Bewegungen „auf und nieder“, „hin und her“, in der Waagerechten und in der Senkrechten. Wenn Sie sehr mutig sind, können Sie sich auch dem Bungee-Jumping, Freeclimbing oder Felsenspringen zuwenden. Das käme Ihrem tief verwurzelten Wunsch nach „Springen aus der Form“ und nach schneller Überwindung großer Höhenunterschiede sehr entgegen.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: alles ab den Knien abwärts. Achten Sie darauf, keine ruckartigen Bewegungen zu machen, Verletzungsgefahr! Achten Sie auch auf den unteren Rückenbereich, der ist eventuell besonders sensibel und wenig belastbar.

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 „Vereinzelnung“ 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.

WER NICHTS BEWEGT BEWEGT AM MEISTEN

Neptun / Mars

Die Zeiten, in denen man wie Hemingways „alter Mann“ das Meer befuhr und „mit riesigen Kreaturen“ ums Überleben kämpfen musste, sind für die meisten Menschen heute vorbei. Was aber manchem bleibt, ist eine tiefe Affinität zu derartigem Tun. Sie steckt auch in Ihnen. Da Sie vermutlich nicht den Drang verspüren, einmal wöchentlich mit riesigen Schwertfischen zu kämpfen, durchaus aber sportliche und kämpferische Herausforderungen zu Wasser lieben, könnten Sie zum Beispiel sporttauchen oder schwimmen oder Wasserball spielen. Die genaue Sportart spielt eigentlich keine Rolle, Hauptsache Wassersport – mit „Power“ praktiziert. „Sportangeln“, bei dem sich höchstens der Fisch tatsächlich bewegt, ist Ihnen nicht zu empfehlen ... Sie sollten sich dringend selbst bewegen, denn Sie wissen ja: Geben Sie sich nie zu lange Ihrer Antriebsschwäche hin. Sie würden sich – auch sportlich gesehen – um ein paar wunderbare Erfahrungen bringen.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie keine bestimmte Körper- oder Muskelregion trainieren, sondern prinzipiell Ganzkörpertraining anstreben. Vorsicht: Trainingsumfang und -intensität nur ganz langsam steigern, Gefahr der Überanstrengung!

DAS GANZE SIEHT, WER DAS EINZELNE VERGISST

Neptun / Jungfraumerkur

Taktiler Feingefühl sollte bei den von Ihnen bevorzugten Sportarten im Vordergrund stehen, ebenso Genauigkeit. Zudem sollte die Sportart eher eine „kleine“ sein, das heißt das Spielfeld sollte nicht einem Fußballplatz oder einer Skipiste ähneln. Beispielsweise wären Tischtennis oder Dart sehr geeignet. Da Ihre Augen möglicherweise recht lichtempfindlich sind, sollten Sie Sport nicht zu lange in praller Sonne betreiben beziehungsweise immer eine gut schützende Sonnenbrille tragen.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: Bauch- und Unterbauch sowie unterer Rücken. Vorsicht: Trainingsumfang und -intensität langsam steigern!

ICH WEISS ES GENAU

Pluto / Zwillingmerkur

Billard ist zwar nicht Sport im Sinne schweißtreibender Arbeit, doch wenn Schach als Sport gilt, dann darf Billard gewiss auch als solcher gelten ... Das entscheidende Argument für Billard als Sport in Ihrem Falle ist, dass hierbei geistiges und handwerkliches Geschick in bester Weise benötigt wird. Wenn Ihnen Billard ganz und gar nicht liegt, dann sollten Sie Sportarten bevorzugen, bei denen Bewegungsabläufe – zum Beispiel bei Vorführungen – in einem positiven Sinne „genormt“ sind.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: Schulter- und Armbereich. Vorsicht: Nicht zu hart trainieren und keine zu langen Wiederholungsraten in den einzelnen Trainingssätzen.

VERSUCHUNG UND LÄUTERUNG

Pluto / Mond

Alles was Sie tun, tun Sie mit Inbrunst. Auf sportliche Betätigung übertragen heißt dies für Sie, Sportarten mit „seelisch anspruchsvollem Faktor“ auszuwählen. Ihr „Identifikationsgrad“ mit Ihrem Sport sollte hoch sein. Wählen Sie Sportarten, bei denen auch Ihre Trainingskolleg(inn)en mit Leib und Seele dabei sind. „Sterben Sie“ für Ihren Sport (natürlich nur im übertragenen Sinne einer tief empfundenen Leidenschaft). Eine bestimmte Sportart kann nicht empfohlen werden. Das „Wie“ ist entscheidender als das „Was“.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten und Ihr Training forcieren wollen, so steigern Sie in jedem Falle nur die Intensität, niemals den Umfang Ihrer Trainingseinheit.

MIT ALLEM BEGEHRLICH VERBUNDEN

Pluto / Waagevenus

Wählen Sie auf jeden Fall Mannschaftssportarten und trainieren Sie nicht allein. Sie sind innerhalb Ihres Persönlichkeitsprofils eindeutig ein Gruppenmensch und sollten Ihre sportlichen Aktivitäten mit anderen planen. Es ist nicht so sehr das „Was“ sondern das „Mit-Wem“ entscheidend.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, schließen Sie im Sportstudio Ihres Vertrauens eher längerfristige Verträge ab, Sie brauchen längerfristige Bindungen.

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 Sport treibenden Menschen mit denen Gleichaltriger ohne körperliche Bewegung, scheinen Sport-treibende 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 Unfälleinwirkungen, 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 abzuarbeiten. 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 Passenden, 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 einen „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 Lebensthematik 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 Entwicklungstrepptchen 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 Ausprägung. Bei zu „weiten“ Zeitorben, bei denen sich Lebensthemen beziehungsweise Zeitqualitäten auch häufiger überschneiden können, können Bild und damit eventuell Verständnis der jeweiligen 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. Allerdings 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“ Geburtszeit 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 2019 bis September 2019. Ausgelöst im Quadrat 90° linksherum im Rhythmus 6 Jahre 4 Monate.

NICHTS BLEIBT WIE ES IST

Saturn / Uranus

Empfehlung (Lösungsweg)

Sie sollten die Suche nach Harmonie nicht aus Angst vor mitmenschlicher Konfrontation betreiben. Sie sind ein ungeschliffener Diamant mit kleinen „Schönheitsfehlern“, also etwas, was die Natur bereit hält, um Unterschiede zu machen. Wären alle Menschen von Natur aus „lupenrein“, dann gäbe es keinen individuellen Weg zur Individualität. Es geht also gar nicht darum, diese Schönheitsfehler „einfach loszuwerden“, sondern sie durch den jeweils „richtigen Schliff“ zu bewahren. Konfrontieren Sie sich also konsequent mit Ihren „kleinen Schönheitsfehlern“, erst dann können Sie durch den Schliff an der richtigen Stelle die individuell richtige und für Sie „gute Form“ finden.

Und noch etwas: Behalten Sie auch die „Fassung“. Versuchen Sie, einmal „eingefasste“ Lebensformen dauerhaft zu halten und „springen“ Sie nicht schon immer bei geringfügigem Anlass gleich aus der gewählten Form. Andererseits müssen Sie aber auch darauf achten, nicht zu lange in Lebensformen zu verharren, die Ihrer körperlichen, seelischen oder geistigen Gesundheit eigentlich nicht mehr zuträglich sind. Wenn eine Trennung vollzogen werden muss, dann tun Sie es. Wohl überlegt, ruhig und konsequent. Manchmal findet sich auch für einen individuell geschliffenen Diamanten erst später die wirklich richtige „Fassung“.

Ernährungstipps

Haben Sie eine erhöhte Reizbarkeit der Schleimhäute, möglicherweise besonders im Magenbereich? Dann sollten Sie generell viele über den Tag verteilte Mahlzeiten einnehmen, die leicht verdaulich und bekömmlich sind (zum Beispiel leichte Suppen). Dies kann auch Koliken vorbeugen, zu denen Sie neigen. Ihrem Magnesiummangel können Sie durch zeitweilige Zufuhr von Magnesiumpräparaten entgegenwirken – oder Sie essen ab und zu eine magnesiumreiche Banane.

Vitamin- und Mineralstoffempfehlung in diesem Zusammenhang: Vitamin D, Phosphor, Magnesium.

Wellnesstipps

Chirotherapie

lässt Sie am eigenen Leib – zum Beispiel an Ihren Knochen – spüren, wie Dinge, die in Unverhältnismäßigkeit zueinander stehen, „ins rechte Lot gerückt werden können“. Wenn man Sie sie konsequent angeht!

Beschreibung:

Grundlegender Gedanke der Chirotherapie ist, dass sich fast sämtliche körperlichen Beschwerden auf Fehlstellungen oder Blockaden von Gelenken zurückführen lassen. In erster Linie sehen Chiropraktiker Blockaden in den Gelenken der Wirbelsäule als Krankheitsauslöser. Die Wirkung der Gelenkblockaden wird über Nervenverbindungen erklärt, die von dem Gelenk über die Wirbelsäule zu den erkrankten Organen verlaufen. Der Chiroprakteur kann durch einen gezielten Ruck oder eine kleine Drehung die Blockade lösen. Dabei wird vermutlich der Nervenreiz für einen kurzen Moment unterbrochen, die Muskelspannung sinkt und das Gelenk wird frei. Der Therapeut übt dabei nur einen ganz minimalen Kraftimpuls auf das Gelenk aus – trotzdem kann es bei der Manipulation deutlich hörbar in den Knochenverbindungen „knacken“. Auf ähnliche Weise behandelt ein Chiroprakteur Schmerzen, die vom Knie-, Ellenbogen- oder Hüftgelenk ausstrahlen.

Zilgri

erfordert die Fähigkeit, sich selbst in den zunächst körperlich erkrankten Bereichen beobachten zu können. Sie müssen sich mit sich selbst konfrontieren und selbst herausfinden, wo das Problem liegt. Die Übungen zielen auf einen Ausgleich durch dem Schmerz entgegenwirkende Bewegungen ab. So lernen Sie auch, dass unbekannte Gegenpole hilfreich sein können. Die „andere Seite“ (Ihre zweite Seele) gehört zu Ihnen und unterstützt Sie, wenn sie gerufen wird!

Beschreibung:

Selbstbehandlungsmethode der Yogalehrerin Zillo und des Chiropraktikers und Orthopäden Greising, bei der Atemtechnik mit Körperhaltungen und -bewegungen koordiniert wird. So wird beispielsweise durch Selbstuntersuchung festgestellt, in welcher Richtung von Bewegungen Beschwerden oder Schmerzen auftreten. Die Selbstbehandlung erfolgt, indem die Gegenposition eingenommen wird. Ziel der besonderen Atemmethode ist es, Verkrampfungen zu lösen und Fehl-

haltungen zu korrigieren. Der Steifheit und verminderten Beweglichkeit der Wirbelsäule soll vorgebeugt und rheumatischen Beschwerden, Arthrose, Arthritis, Migräne, Schmerzen in den Bereichen Schultern, Nacken, Rücken, Gelenke und Becken entgegengewirkt werden.

Zen-Meditation

hilft Ihnen wirksam, inneren Frieden durch das Zusammenführen von Verschiedenartigem zu finden. Der innere Riss, der durch Ihre eigene Zwiespältigkeit entstanden ist, wird ernst genommen und bei ausreichender und dauerhaft konzentrierter Übung immer mehr gefüllt und „geheilt“.

Beschreibung:

Zen ist – kurz gesagt – das „Leben des täglichen Lebens“. Zen „lehrt“, das Leben im „Hier-und-Jetzt“ zu verwirklichen, ohne Gedanken an Vergangenheit und Zukunft, die nur Konstrukte eines „egoistischen Verstandes“ sind und den Menschen am wirklichen Leben hindern. Dazu bedient sich Zen einer Meditationsform, die „Zazen“ („Sitzen“) genannt wird. Zen ist weder eine Religion, noch eine Philosophie, es ist eine Art, den Alltag zu erfahren. Das in der Meditation Erfahrene im Alltag wiederum umzusetzen, ist ebenfalls eine wichtige Übung des Zen. Besonders in Zen-Klöstern wird dies konsequent getan. Für den Mönch bedeutet das, dass er zwischen den Meditationszeiten kocht, im Garten arbeitet, den Boden wischt oder den Hof kehrt – eben ganz alltägliche Dinge vollbringt. Zen ist die mystische Form des Buddhismus, und viele meinen, es sei die reinste Form des Buddhismus überhaupt.

Empfehlung zu Sportarten

Jede Sportart, bei der viele Standortänderungen nötig sind, ist sehr gut für Sie geeignet! Beim Squashspielen zum Beispiel müssen Sie in kurzer zeitlicher Folge auf die ständigen Richtungswechsel des gespielten Balles reagieren und können sich nicht auf ein genormtes und typisches Bewegungsmuster verlassen. Auch Ballspiele wie Volleyball oder Basketball erwarten von Ihnen Bewegungen „auf und nieder“, „hin und her“, in der Waagerechten und in der Senkrechten. Wenn Sie sehr mutig sind, können Sie sich auch dem Bungee-Jumping, Freeclimbing oder Felsenspringen zuwenden. Das käme Ihrem tief verwurzelten Wunsch nach „Springen aus der Form“ und nach schneller Überwindung großer Höhenunterschiede sehr entgegen.

Wenn Sie in einem Sportstudio mit Gewichten arbeiten, sollten Sie folgende Körper- beziehungsweise Muskelregionen besonders trainieren: alles ab den Knien abwärts. Achten Sie darauf, keine ruckartigen Bewegungen zu machen, Verletzungsgefahr! Achten Sie auch auf den unteren Rückenbereich, der ist eventuell besonders sensibel und wenig belastbar.

Bachblüten

Willow

Erfahrungsbild: Verzweiflungsgefühle; „aus der Form springen wollen“; Harmoniesucht. Lösung: Lernen, die Unvereinbarkeit von Gedanken und Gefühlen als gegeben hinzunehmen, Widersprüche gehören zum Leben. Konflikte nicht aus dem Weg gehen, nur um positivistisch zu sein.

Homöopathika

Homöopathika

1. Anacardium
2. Naja-tripudians
3. Causticum
4. Cicuta-virosa
5. Nitricum-acidum
6. Lac-caninum

Darstellung

Zerissenheit, zwei Seelen in der Brust, Held, Rebell, Anarchist, Revolutionär, Konfliktaversion, Suche nach Harmonie, der „einsame Wolf“, Beziehungslosigkeit, Menschenfreund und Menschenfeind, manisch-depressiv.

Repertorisation

SR 53 Widerstreit mit sich selbst

SR 1095 zwei Willen
SR 1094 widersprüchlicher Wille
SR 829 Revolutionär
SR 829 Anarchist
SR 633 Unerträglichkeit von Ungerechtigkeit
SR 572 Hochmut, über den Dingen stehen
SR 573 steif und anmaßend
SR 412 Widerwillen gegen sich selbst
SR 809 streitsüchtig mit sich selbst
SR 182 verächtlich mit sich selbst
SR 144 Einsamkeit, Abneigung, in Gesellschaft zu sein
SR 744 Misanthropie

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 Programmator 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 6,55 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.

Anhang: Erläuterungen

Lassen Sie sich überraschen und finden Sie im Anhang eine Bereicherung Ihrer ganzheitlichen Perspektive.

Die Biorhythmusanalyse und die Namensanalyse

Im Anhang der astrovitalis-Analyse finden Sie biorhythmische Auswertungen in grafischer und in Textform sowie eine Namensanalyse auf astrologisch-kabbalistischer Grundlage. Diese Auswertungen haben zwar keinen direkten Bezug zur Astrologie, können aber die astrologischen, psychologischen und medizinischen Aussagen der astrovitalis-Analyse sinnvoll unterstützen. Der Biorhythmus bildet die Befindlichkeit an bestimmten Tagen und über bestimmte Zeiträume ab – ähnlich der astrovitalis-Zeitqualitätsanalyse. Die Namensanalyse ist eine zahlensymbolische Auswertung von Namen und Geburtsdaten – nicht so umfangreich doch ähnlich einer Geburtsbildauswertung.

Anhang: Namensanalyse

Name: Max Mustermann

Geburtsdatum: 27.12.1969

Datum der Auswertung: 27.12.2018

Kreativer Träumer mit energischem Körper lebt als vernunftiges Gesamtwesen. Man sollte heute spontan empfinden.

Namens-Ziffern einzeln: 13 1 24 0 13 21 19 20 5 18 13 1 14 14

Summe aller Namens-Ziffern = 176

..... daraus Quersumme = 14

..... daraus Quersumme = 5

Namenszahl 5 > Kreativer Träumer

Summe aller Datums-Ziffern = 37

..... daraus Quersumme = 10

..... daraus Quersumme = 1

Datumzahl: 1 > mit energischem Körper

Summe Namens & Datumziffern = 213

..... daraus Quersumme = 6

Gesamtzahl 6 > lebt als vernunftiges Gesamtwesen.

Anzahl der Tage seit Geburt: 17897

..... daraus Quersumme = 32

..... daraus Quersumme = 5

Alterszahl 5 > Man sollte heute spontan empfinden.

Auch die zahlenmystische „Namensanalyse“ regt die Fantasie an. Hier geht es nicht um Religion oder mytische Erfahrung als solche, sondern um den Rückgriff auf Assoziationstechniken, durch die überraschende Beziehungen hergestellt werden können. Insofern richtet sich die Namensanalyse an aufgeschlossene Beraterinnen und Berater und Leserinnen und Leser ihrer Profile, die immer neugierig auf zusätzliche Zusammenhänge sind – wie immer sie diese dann auch nutzen werden.

Einleitung

Die astrovitalis-Namensanalyse basiert auf zahlenmystischen Überlieferungen, im Speziellen denen der jüdischen Kabbala. Es werden die individuellen Namens-, Alters-, Datums- und Gesamtzahlen berechnet. Eine Kurzinterpretation der berechneten Zahlenwerte auf der Basis astrologisch hergeleiteter Begriffe schließt sich an. Für den Erstellungstag (Systemzeit) wird das Alter ermittelt und ein Verhaltensvorschlag wird gegeben. Als Grundlage der Namensanalyse werden spezielle Wortgefüge benutzt, die aus der Kombinationen von Tierkreiszeichen, Elementen und Quadranten entwickelt wurden. In diesem Sinne ist diese Namensanalyse eine sehr besondere Auswertung, in der Kabbala und Astrologie eine harmonische Verbindung eingehen.

Hintergrund

Die Kabbala beschäftigt sich – wie die Astrologie – mit den „höheren Welten“ und mit den Wurzeln unserer Gefühle und Gedanken, die wir noch nicht richtig erfassen können. Da wir keine Kontrolle über diese Welten haben, wissen wir nicht, wie und warum unsere Gefühle und unsere Gedanken entstehen. Auch Psychologie, Gehirnphysiologie und andere Forschungsdisziplinen, die sich mit dem Sitz der Gefühle und mit dem menschlichen Verhalten beschäftigen, haben keine schlüssigen Erklärungen für ursprüngliche Verhaltensfaktoren und Gefühlsregungen.

Die Kabbala könnte man als die „Mathematik der Gefühle“ oder auch als „emotionalen Zahlenschlüssel“ bezeichnen. Sie betrachtet die Gesamtheit unserer menschlichen Gefühle und Wünsche, analysiert sie und erzeugt für jede Erscheinung, jede Nuance des Gefühls und der Wahrnehmung eine Art mathematische Formel oder Zahlencodierung, entsprechend dem jeweiligen spirituellen Niveau. Selbstverständlich gilt das auch für unsere Namen und Geburtsdaten.

Den Kabbala-Unkundigen erscheint es oft so, als habe die Kabbala nur Quersummen, Matrizen und Zeichnungen zum Gegenstand. Aber viele Aufgeschlossene betreiben bereits auch exakte Wissenschaft, ohne eigene Empfindungen und ein Gespür für mystische Wahrheiten zu verleugnen. In diesem Sinne sollte die astrovitalis-Namensanalyse gelesen und verstanden werden – mit Ruhe und einer gewissen inneren Andacht. Denn „Mystik“ ist nicht gleichbedeutend mit „Irrationalität“, „Geheimnistuerei“ oder „Unwissenschaftlichkeit“, wie oft gesagt wird. Mystik ist eine „Kunst der Kontemplation und der Entbindung des Neuen“ und stellt damit Symbolsysteme bereit, die einen interessanten und wichtigen Beitrag zur Frage nach den Bedeutungen menschlicher Lebensweisen und ihren Ursprüngen leisten.

Nutzen

Das Wort Kabbala stammt von dem hebräischen Wort "lekabel" ab, das "empfangen" bedeutet. Die Kabbala beschreibt alle Motivationen unserer Handlungen als ein „Verlangen zu empfangen“. Der Beweggrund jeder menschlichen Tat ist immer der Wunsch, die verschiedenartigsten Wonnen und Vergnügen zu erhalten. Dies ist eine Grundverfassung, die allen Menschen gemeinsam ist. Das Problem ist in der Regel nur, wie man das maximale Vergnügen mit dem minimalen Einsatz bekommt. Jeder versucht diese Frage auf seine eigene Weise zu beantworten. Deshalb wird empfohlen, sich bei der Interpretation der astrovitalis-Namensanalyse viel Zeit zu lassen. Das ist von großer Wichtigkeit! Der Nutzen zahlenmystischer beziehungsweise kabbalistischer Aussagen wirkt – auch wenn er sich normalerweise sofort einstellt – langfristig. Solcher Nutzen findet sich übrigens im modernen Wellness-Gedanken wieder, in dem die Zeit auch als ein hohes Gut betrachtet wird. Denn Zeit vergeht nicht einfach nur, Zeit hat eine Qualität, Zeit ist nötig, um werthaltige Erfahrungen zu machen. Und Zeit sollte sinnvoll genutzt werden. In diesem Sinne ist der täglich wechselnde Verhaltensvorschlag zu verstehen, der von astrovitalis auf der Grundlage der seit der Geburt vergangenen Lebenstage ermittelt wird.

Anhang: Biorhythmus (Tabellenform)

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
07.11.2018	-27	62	-91	-84	-35	
08.11.2018	0	43	-81	-92	-32	Körper in 0-Linie.
09.11.2018	27	22	-69	-97	-29	
10.11.2018	52	0	-54	-100	-26	Seele in 0-Linie.
11.11.2018	73	-22	-37	-100	-22	
12.11.2018	89	-43	-19	-97	-18	
13.11.2018	98	-62	0	-92	-14	Geist in 0-Linie.
14.11.2018	100	-78	19	-84	-11	
15.11.2018	94	-90	37	-74	-8	
16.11.2018	82	-97	54	-61	-6	
17.11.2018	63	-100	69	-48	-4	
18.11.2018	40	-98	81	-33	-2	
19.11.2018	14	-90	91	-17	0	Körper in 0-Linie.
20.11.2018	-14	-78	97	0	1	Ideel in 0-Linie.
21.11.2018	-40	-62	100	16	4	
22.11.2018	-63	-43	99	32	6	
23.11.2018	-82	-22	95	48	10	
24.11.2018	-94	0	87	61	14	Seele in 0-Linie.
25.11.2018	-100	22	76	74	18	
26.11.2018	-98	43	62	84	23	
27.11.2018	-89	62	46	92	28	
28.11.2018	-73	78	28	97	32	
29.11.2018	-52	90	10	100	37	
30.11.2018	-27	97	-9	100	40	Geist in 0-Linie.
01.12.2018	0	100	-28	97	42	Körper in 0-Linie.
02.12.2018	27	98	-46	92	43	
03.12.2018	52	90	-62	84	41	
04.12.2018	73	78	-76	74	37	
05.12.2018	89	62	-87	61	31	
06.12.2018	98	43	-94	48	24	
07.12.2018	100	22	-99	33	14	
08.12.2018	94	0	-100	17	3	Seele in 0-Linie.
09.12.2018	82	-22	-97	0	-9	
10.12.2018	63	-43	-91	-16	-22	Ideel in 0-Linie.
11.12.2018	40	-62	-81	-32	-34	
12.12.2018	14	-78	-69	-48	-45	Körper in 0-Linie.
13.12.2018	-14	-90	-54	-61	-55	
14.12.2018	-40	-97	-37	-74	-62	
15.12.2018	-63	-100	-19	-84	-66	
16.12.2018	-82	-98	0	-92	-68	Geist in 0-Linie.
17.12.2018	-94	-90	19	-97	-66	
18.12.2018	-100	-78	37	-100	-60	
19.12.2018	-98	-62	54	-100	-52	
20.12.2018	-89	-43	69	-97	-40	
21.12.2018	-73	-22	81	-92	-26	
22.12.2018	-52	0	91	-84	-11	Seele in 0-Linie.
23.12.2018	-27	22	97	-74	4	
24.12.2018	0	43	100	-61	20	Körper in 0-Linie.
25.12.2018	27	62	99	-48	35	
26.12.2018	52	78	95	-33	48	
27.12.2018	73	90	87	-17	58	
28.12.2018	89	97	76	0	66	Ideel in 0-Linie.

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
29.12.2018	98	100	62	16	69	
30.12.2018	100	98	46	32	69	
31.12.2018	94	90	28	48	65	
01.01.2019	82	78	10	61	58	
02.01.2019	63	62	-9	74	48	Geist in 0-Linie.
03.01.2019	40	43	-28	84	35	
04.01.2019	14	22	-46	92	20	Körper in 0-Linie.
05.01.2019	-14	0	-62	97	5	Seele in 0-Linie.
06.01.2019	-40	-22	-76	100	-10	
07.01.2019	-63	-43	-87	100	-23	
08.01.2019	-82	-62	-94	97	-35	
09.01.2019	-94	-78	-99	92	-45	
10.01.2019	-100	-90	-100	84	-52	
11.01.2019	-98	-97	-97	74	-54	
12.01.2019	-89	-100	-91	61	-55	
13.01.2019	-73	-98	-81	48	-51	
14.01.2019	-52	-90	-69	33	-44	
15.01.2019	-27	-78	-54	17	-36	
16.01.2019	0	-62	-37	0	-25	Körper in 0-Linie.
17.01.2019	27	-43	-19	-16	-13	Ideel in 0-Linie.
18.01.2019	52	-22	0	-32	0	Geist in 0-Linie.
19.01.2019	73	0	19	-48	11	Seele in 0-Linie.
20.01.2019	89	22	37	-61	22	
21.01.2019	98	43	54	-74	30	
22.01.2019	100	62	69	-84	37	
23.01.2019	94	78	81	-92	40	
24.01.2019	82	90	91	-97	42	
25.01.2019	63	97	97	-100	39	
26.01.2019	40	100	100	-100	35	
27.01.2019	14	98	99	-97	28	Körper in 0-Linie.
28.01.2019	-14	90	95	-92	20	
29.01.2019	-40	78	87	-84	10	
30.01.2019	-63	62	76	-74	0	
31.01.2019	-82	43	62	-61	-10	
01.02.2019	-94	22	46	-48	-18	
02.02.2019	-100	0	28	-33	-26	Seele in 0-Linie.
03.02.2019	-98	-22	10	-17	-32	
04.02.2019	-89	-43	-9	0	-35	Ideel in 0-Linie.
05.02.2019	-73	-62	-28	16	-37	
06.02.2019	-52	-78	-46	32	-36	
07.02.2019	-27	-90	-62	48	-33	
08.02.2019	0	-97	-76	61	-28	Körper in 0-Linie.
09.02.2019	27	-100	-87	74	-22	
10.02.2019	52	-98	-94	84	-14	
11.02.2019	73	-90	-99	92	-6	
12.02.2019	89	-78	-100	97	2	
13.02.2019	98	-62	-97	100	10	
14.02.2019	100	-43	-91	100	16	
15.02.2019	94	-22	-81	97	22	
16.02.2019	82	0	-69	92	26	Seele in 0-Linie.
17.02.2019	63	22	-54	84	29	
18.02.2019	40	43	-37	74	30	
19.02.2019	14	62	-19	61	30	Körper in 0-Linie.
20.02.2019	-14	78	0	48	28	Geist in 0-Linie.
21.02.2019	-40	90	19	33	26	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
22.02.2019	-63	97	37	17	22	
23.02.2019	-82	100	54	0	18	
24.02.2019	-94	98	69	-16	14	Ideel in 0-Linie.
25.02.2019	-100	90	81	-32	10	
26.02.2019	-98	78	91	-48	6	
27.02.2019	-89	62	97	-61	2	
28.02.2019	-73	43	100	-74	-1	
01.03.2019	-52	22	99	-84	-4	
02.03.2019	-27	0	95	-92	-6	Seele in 0-Linie.
03.03.2019	0	-22	87	-97	-8	Körper in 0-Linie.
04.03.2019	27	-43	76	-100	-10	
05.03.2019	52	-62	62	-100	-12	
06.03.2019	73	-78	46	-97	-14	
07.03.2019	89	-90	28	-92	-16	
08.03.2019	98	-97	10	-84	-18	
09.03.2019	100	-100	-9	-74	-21	Geist in 0-Linie.
10.03.2019	94	-98	-28	-61	-23	
11.03.2019	82	-90	-46	-48	-26	
12.03.2019	63	-78	-62	-33	-28	
13.03.2019	40	-62	-76	-17	-29	
14.03.2019	14	-43	-87	0	-29	Ideel in 0-Linie.
15.03.2019	-14	-22	-94	16	-28	
16.03.2019	-40	0	-99	32	-27	Seele in 0-Linie.
17.03.2019	-63	22	-100	48	-23	
18.03.2019	-82	43	-97	61	-19	
19.03.2019	-94	62	-91	74	-12	
20.03.2019	-100	78	-81	84	-5	
21.03.2019	-98	90	-69	92	4	
22.03.2019	-89	97	-54	97	13	
23.03.2019	-73	100	-37	100	22	
24.03.2019	-52	98	-19	100	32	
25.03.2019	-27	90	0	97	40	Geist in 0-Linie.
26.03.2019	0	78	19	92	47	Körper in 0-Linie.
27.03.2019	27	62	37	84	52	
28.03.2019	52	43	54	74	56	
29.03.2019	73	22	69	61	56	
30.03.2019	89	0	81	48	54	Seele in 0-Linie.
31.03.2019	98	-22	91	33	50	
01.04.2019	100	-43	97	17	43	
02.04.2019	94	-62	100	0	33	
03.04.2019	82	-78	99	-16	22	Ideel in 0-Linie.
04.04.2019	63	-90	95	-32	9	
05.04.2019	40	-97	87	-48	-4	
06.04.2019	14	-100	76	-61	-18	Körper in 0-Linie.
07.04.2019	-14	-98	62	-74	-31	
08.04.2019	-40	-90	46	-84	-42	
09.04.2019	-63	-78	28	-92	-51	
10.04.2019	-82	-62	10	-97	-58	
11.04.2019	-94	-43	-9	-100	-62	Geist in 0-Linie.
12.04.2019	-100	-22	-28	-100	-62	
13.04.2019	-98	0	-46	-97	-60	Seele in 0-Linie.
14.04.2019	-89	22	-62	-92	-55	
15.04.2019	-73	43	-76	-84	-48	
16.04.2019	-52	62	-87	-74	-38	
17.04.2019	-27	78	-94	-61	-26	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
18.04.2019	0	90	-99	-48	-14	Körper in 0-Linie.
19.04.2019	27	97	-100	-33	-2	
20.04.2019	52	100	-97	-17	10	
21.04.2019	73	98	-91	0	20	Ideel in 0-Linie.
22.04.2019	89	90	-81	16	28	
23.04.2019	98	78	-69	32	35	
24.04.2019	100	62	-54	48	39	
25.04.2019	94	43	-37	61	40	
26.04.2019	82	22	-19	74	40	
27.04.2019	63	0	0	84	37	Vorsicht! Seelen- und Geistkurven in 0-Linie!
28.04.2019	40	-22	19	92	32	
29.04.2019	14	-43	37	97	26	Körper in 0-Linie.
30.04.2019	-14	-62	54	100	20	
01.05.2019	-40	-78	69	100	13	
02.05.2019	-63	-90	81	97	6	
03.05.2019	-82	-97	91	92	1	
04.05.2019	-94	-100	97	84	-3	
05.05.2019	-100	-98	100	74	-6	
06.05.2019	-98	-90	99	61	-7	
07.05.2019	-89	-78	95	48	-6	
08.05.2019	-73	-62	87	33	-4	
09.05.2019	-52	-43	76	17	0	
10.05.2019	-27	-22	62	0	3	
11.05.2019	0	0	46	-16	8	Vorsicht! Körper- und Seelenkurven in 0-Linie!
12.05.2019	27	22	28	-32	11	
13.05.2019	52	43	10	-48	14	
14.05.2019	73	62	-9	-61	16	Geist in 0-Linie.
15.05.2019	89	78	-28	-74	16	
16.05.2019	98	90	-46	-84	14	
17.05.2019	100	97	-62	-92	11	
18.05.2019	94	100	-76	-97	5	
19.05.2019	82	98	-87	-100	-2	
20.05.2019	63	90	-94	-100	-10	
21.05.2019	40	78	-99	-97	-20	
22.05.2019	14	62	-100	-92	-29	Körper in 0-Linie.
23.05.2019	-14	43	-97	-84	-38	
24.05.2019	-40	22	-91	-74	-46	
25.05.2019	-63	0	-81	-61	-51	Seele in 0-Linie.
26.05.2019	-82	-22	-69	-48	-55	
27.05.2019	-94	-43	-54	-33	-56	
28.05.2019	-100	-62	-37	-17	-54	
29.05.2019	-98	-78	-19	0	-49	Ideel in 0-Linie.
30.05.2019	-89	-90	0	16	-41	Geist in 0-Linie.
31.05.2019	-73	-97	19	32	-30	
01.06.2019	-52	-100	37	48	-17	
02.06.2019	-27	-98	54	61	-2	
03.06.2019	0	-90	69	74	13	Körper in 0-Linie.
04.06.2019	27	-78	81	84	28	
05.06.2019	52	-62	91	92	43	
06.06.2019	73	-43	97	97	56	
07.06.2019	89	-22	100	100	67	
08.06.2019	98	0	99	100	74	Seele in 0-Linie.
09.06.2019	100	22	95	97	78	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
10.06.2019	94	43	87	92	79	
11.06.2019	82	62	76	84	76	
12.06.2019	63	78	62	74	69	
13.06.2019	40	90	46	61	59	
14.06.2019	14	97	28	48	47	Körper in 0-Linie.
15.06.2019	-14	100	10	33	32	
16.06.2019	-40	98	-9	17	16	Geist in 0-Linie.
17.06.2019	-63	90	-28	0	0	
18.06.2019	-82	78	-46	-16	-16	Ideel in 0-Linie.
19.06.2019	-94	62	-62	-32	-32	
20.06.2019	-100	43	-76	-48	-45	
21.06.2019	-98	22	-87	-61	-56	
22.06.2019	-89	0	-94	-74	-64	Seele in 0-Linie.
23.06.2019	-73	-22	-99	-84	-70	
24.06.2019	-52	-43	-100	-92	-72	
25.06.2019	-27	-62	-97	-97	-71	
26.06.2019	0	-78	-91	-100	-67	Körper in 0-Linie.
27.06.2019	27	-90	-81	-100	-61	
28.06.2019	52	-97	-69	-97	-53	
29.06.2019	73	-100	-54	-92	-43	
30.06.2019	89	-98	-37	-84	-32	
01.07.2019	98	-90	-19	-74	-21	
02.07.2019	100	-78	0	-61	-10	Geist in 0-Linie.
03.07.2019	94	-62	19	-48	1	
04.07.2019	82	-43	37	-33	11	
05.07.2019	63	-22	54	-17	20	
06.07.2019	40	0	69	0	27	Ideel in 0-Linie.
07.07.2019	14	22	81	16	33	Körper in 0-Linie.
08.07.2019	-14	43	91	32	38	
09.07.2019	-40	62	97	48	42	
10.07.2019	-63	78	100	61	44	
11.07.2019	-82	90	99	74	45	
12.07.2019	-94	97	95	84	46	
13.07.2019	-100	100	87	92	45	
14.07.2019	-98	98	76	97	43	
15.07.2019	-89	90	62	100	41	
16.07.2019	-73	78	46	100	38	
17.07.2019	-52	62	28	97	34	
18.07.2019	-27	43	10	92	30	
19.07.2019	0	22	-9	84	24	Vorsicht! Körper- und Geistkurven in 0-Linie!
20.07.2019	27	0	-28	74	18	Seele in 0-Linie.
21.07.2019	52	-22	-46	61	11	
22.07.2019	73	-43	-62	48	4	
23.07.2019	89	-62	-76	33	-4	
24.07.2019	98	-78	-87	17	-12	
25.07.2019	100	-90	-94	0	-21	
26.07.2019	94	-97	-99	-16	-30	Ideel in 0-Linie.
27.07.2019	82	-100	-100	-32	-38	
28.07.2019	63	-98	-97	-48	-45	
29.07.2019	40	-90	-91	-61	-50	
30.07.2019	14	-78	-81	-74	-55	Körper in 0-Linie.
31.07.2019	-14	-62	-69	-84	-57	
01.08.2019	-40	-43	-54	-92	-57	
02.08.2019	-63	-22	-37	-97	-55	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
03.08.2019	-82	0	-19	-100	-50	Seele in 0-Linie.
04.08.2019	-94	22	0	-100	-43	Geist in 0-Linie.
05.08.2019	-100	43	19	-97	-34	
06.08.2019	-98	62	37	-92	-23	
07.08.2019	-89	78	54	-84	-10	
08.08.2019	-73	90	69	-74	3	
09.08.2019	-52	97	81	-61	16	
10.08.2019	-27	100	91	-48	29	
11.08.2019	0	98	97	-33	40	Körper in 0-Linie.
12.08.2019	27	90	100	-17	50	
13.08.2019	52	78	99	0	57	Ideel in 0-Linie.
14.08.2019	73	62	95	16	62	
15.08.2019	89	43	87	32	63	
16.08.2019	98	22	76	48	61	
17.08.2019	100	0	62	61	56	Seele in 0-Linie.
18.08.2019	94	-22	46	74	48	
19.08.2019	82	-43	28	84	38	
20.08.2019	63	-62	10	92	26	
21.08.2019	40	-78	-9	97	12	Geist in 0-Linie.
22.08.2019	14	-90	-28	100	-1	Körper in 0-Linie.
23.08.2019	-14	-97	-46	100	-14	
24.08.2019	-40	-100	-62	97	-26	
25.08.2019	-63	-98	-76	92	-36	
26.08.2019	-82	-90	-87	84	-44	
27.08.2019	-94	-78	-94	74	-48	
28.08.2019	-100	-62	-99	61	-50	
29.08.2019	-98	-43	-100	48	-48	
30.08.2019	-89	-22	-97	33	-44	
31.08.2019	-73	0	-91	17	-37	Seele in 0-Linie.
01.09.2019	-52	22	-81	0	-28	
02.09.2019	-27	43	-69	-16	-17	Ideel in 0-Linie.
03.09.2019	0	62	-54	-32	-6	Körper in 0-Linie.
04.09.2019	27	78	-37	-48	5	
05.09.2019	52	90	-19	-61	16	
06.09.2019	73	97	0	-74	24	Geist in 0-Linie.
07.09.2019	89	100	19	-84	31	
08.09.2019	98	98	37	-92	35	
09.09.2019	100	90	54	-97	37	
10.09.2019	94	78	69	-100	35	
11.09.2019	82	62	81	-100	31	
12.09.2019	63	43	91	-97	25	
13.09.2019	40	22	97	-92	17	
14.09.2019	14	0	100	-84	8	Vorsicht! Körper- und Seelenkurven in 0-Linie!
15.09.2019	-14	-22	99	-74	-3	
16.09.2019	-40	-43	95	-61	-12	
17.09.2019	-63	-62	87	-48	-22	
18.09.2019	-82	-78	76	-33	-29	
19.09.2019	-94	-90	62	-17	-35	
20.09.2019	-100	-97	46	0	-38	Ideel in 0-Linie.
21.09.2019	-98	-100	28	16	-38	
22.09.2019	-89	-98	10	32	-36	
23.09.2019	-73	-90	-9	48	-31	Geist in 0-Linie.
24.09.2019	-52	-78	-28	61	-24	
25.09.2019	-27	-62	-46	74	-15	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
26.09.2019	0	-43	-62	84	-5	Körper in 0-Linie.
27.09.2019	27	-22	-76	92	5	
28.09.2019	52	0	-87	97	16	Seele in 0-Linie.
29.09.2019	73	22	-94	100	25	
30.09.2019	89	43	-99	100	33	
01.10.2019	98	62	-100	97	39	
02.10.2019	100	78	-97	92	43	
03.10.2019	94	90	-91	84	44	
04.10.2019	82	97	-81	74	43	
05.10.2019	63	100	-69	61	39	
06.10.2019	40	98	-54	48	33	
07.10.2019	14	90	-37	33	25	Körper in 0-Linie.
08.10.2019	-14	78	-19	17	16	
09.10.2019	-40	62	0	0	6	Geist in 0-Linie.
10.10.2019	-63	43	19	-16	-4	Ideel in 0-Linie.
11.10.2019	-82	22	37	-32	-14	
12.10.2019	-94	0	54	-48	-22	Seele in 0-Linie.
13.10.2019	-100	-22	69	-61	-28	
14.10.2019	-98	-43	81	-74	-34	
15.10.2019	-89	-62	91	-84	-36	
16.10.2019	-73	-78	97	-92	-36	
17.10.2019	-52	-90	100	-97	-35	
18.10.2019	-27	-97	99	-100	-31	
19.10.2019	0	-100	95	-100	-26	Körper in 0-Linie.
20.10.2019	27	-98	87	-97	-20	
21.10.2019	52	-90	76	-92	-14	
22.10.2019	73	-78	62	-84	-7	
23.10.2019	89	-62	46	-74	0	
24.10.2019	98	-43	28	-61	6	
25.10.2019	100	-22	10	-48	10	
26.10.2019	94	0	-9	-33	13	Vorsicht! Seelen- und Geistkurven in 0-Linie!
27.10.2019	82	22	-28	-17	15	
28.10.2019	63	43	-46	0	15	Ideel in 0-Linie.
29.10.2019	40	62	-62	16	14	
30.10.2019	14	78	-76	32	12	Körper in 0-Linie.
31.10.2019	-14	90	-87	48	9	
01.11.2019	-40	97	-94	61	6	
02.11.2019	-63	100	-99	74	3	
03.11.2019	-82	98	-100	84	0	
04.11.2019	-94	90	-97	92	-2	
05.11.2019	-100	78	-91	97	-4	
06.11.2019	-98	62	-81	100	-4	
07.11.2019	-89	43	-69	100	-4	
08.11.2019	-73	22	-54	97	-2	
09.11.2019	-52	0	-37	92	1	Seele in 0-Linie.
10.11.2019	-27	-22	-19	84	4	
11.11.2019	0	-43	0	74	8	Vorsicht! Körper- und Geistkurven in 0-Linie!
12.11.2019	27	-62	19	61	11	
13.11.2019	52	-78	37	48	15	
14.11.2019	73	-90	54	33	18	
15.11.2019	89	-97	69	17	20	
16.11.2019	98	-100	81	0	20	
17.11.2019	100	-98	91	-16	19	Ideel in 0-Linie.
18.11.2019	94	-90	97	-32	17	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
19.11.2019	82	-78	100	-48	14	
20.11.2019	63	-62	99	-61	10	
21.11.2019	40	-43	95	-74	4	
22.11.2019	14	-22	87	-84	-1	Körper in 0-Linie.
23.11.2019	-14	0	76	-92	-8	Seele in 0-Linie.
24.11.2019	-40	22	62	-97	-13	
25.11.2019	-63	43	46	-100	-18	
26.11.2019	-82	62	28	-100	-23	
27.11.2019	-94	78	10	-97	-26	
28.11.2019	-100	90	-9	-92	-28	Geist in 0-Linie.
29.11.2019	-98	97	-28	-84	-28	
30.11.2019	-89	100	-46	-74	-27	
01.12.2019	-73	98	-62	-61	-24	
02.12.2019	-52	90	-76	-48	-22	
03.12.2019	-27	78	-87	-33	-17	
04.12.2019	0	62	-94	-17	-12	Körper in 0-Linie.
05.12.2019	27	43	-99	0	-7	Ideel in 0-Linie.
06.12.2019	52	22	-100	16	-2	
07.12.2019	73	0	-97	32	2	Seele in 0-Linie.
08.12.2019	89	-22	-91	48	6	
09.12.2019	98	-43	-81	61	9	
10.12.2019	100	-62	-69	74	11	
11.12.2019	94	-78	-54	84	12	
12.12.2019	82	-90	-37	92	12	
13.12.2019	63	-97	-19	97	11	
14.12.2019	40	-100	0	100	10	Geist in 0-Linie.
15.12.2019	14	-98	19	100	9	Körper in 0-Linie.
16.12.2019	-14	-90	37	97	8	
17.12.2019	-40	-78	54	92	7	
18.12.2019	-63	-62	69	84	7	
19.12.2019	-82	-43	81	74	8	
20.12.2019	-94	-22	91	61	9	
21.12.2019	-100	0	97	48	11	Seele in 0-Linie.
22.12.2019	-98	22	100	33	14	
23.12.2019	-89	43	99	17	18	
24.12.2019	-73	62	95	0	21	
25.12.2019	-52	78	87	-16	24	Ideel in 0-Linie.
26.12.2019	-27	90	76	-32	27	
27.12.2019	0	97	62	-48	28	Körper in 0-Linie.
28.12.2019	27	100	46	-61	28	
29.12.2019	52	98	28	-74	26	
30.12.2019	73	90	10	-84	22	
31.12.2019	89	78	-9	-92	16	Geist in 0-Linie.
01.01.2020	98	62	-28	-97	9	
02.01.2020	100	43	-46	-100	-1	
03.01.2020	94	22	-62	-100	-12	
04.01.2020	82	0	-76	-97	-23	Seele in 0-Linie.
05.01.2020	63	-22	-87	-92	-34	
06.01.2020	40	-43	-94	-84	-45	
07.01.2020	14	-62	-99	-74	-55	Körper in 0-Linie.
08.01.2020	-14	-78	-100	-61	-63	
09.01.2020	-40	-90	-97	-48	-69	
10.01.2020	-63	-97	-91	-33	-71	
11.01.2020	-82	-100	-81	-17	-70	
12.01.2020	-94	-98	-69	0	-65	Ideel in 0-Linie.

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
13.01.2020	-100	-90	-54	16	-57	
14.01.2020	-98	-78	-37	32	-45	
15.01.2020	-89	-62	-19	48	-30	
16.01.2020	-73	-43	0	61	-14	Geist in 0-Linie.
17.01.2020	-52	-22	19	74	5	
18.01.2020	-27	0	37	84	24	Seele in 0-Linie.
19.01.2020	0	22	54	92	42	Körper in 0-Linie.
20.01.2020	27	43	69	97	59	
21.01.2020	52	62	81	100	74	
22.01.2020	73	78	91	100	86	
23.01.2020	89	90	97	97	93	
24.01.2020	98	97	100	92	97	
25.01.2020	100	100	99	84	96	
26.01.2020	94	98	95	74	90	
27.01.2020	82	90	87	61	80	
28.01.2020	63	78	76	48	66	
29.01.2020	40	62	62	33	49	
30.01.2020	14	43	46	17	30	Körper in 0-Linie.
31.01.2020	-14	22	28	0	9	
01.02.2020	-40	0	10	-16	-12	Ideel in 0-Linie.
02.02.2020	-63	-22	-9	-32	-32	Geist in 0-Linie.
03.02.2020	-82	-43	-28	-48	-50	
04.02.2020	-94	-62	-46	-61	-66	
05.02.2020	-100	-78	-62	-74	-78	
06.02.2020	-98	-90	-76	-84	-87	
07.02.2020	-89	-97	-87	-92	-91	
08.02.2020	-73	-100	-94	-97	-91	
09.02.2020	-52	-98	-99	-100	-87	
10.02.2020	-27	-90	-100	-100	-79	
11.02.2020	0	-78	-97	-97	-68	Körper in 0-Linie.
12.02.2020	27	-62	-91	-92	-54	
13.02.2020	52	-43	-81	-84	-39	
14.02.2020	73	-22	-69	-74	-23	
15.02.2020	89	0	-54	-61	-6	Seele in 0-Linie.
16.02.2020	98	22	-37	-48	9	
17.02.2020	100	43	-19	-33	23	
18.02.2020	94	62	0	-17	35	Geist in 0-Linie.
19.02.2020	82	78	19	0	45	Ideel in 0-Linie.
20.02.2020	63	90	37	16	52	
21.02.2020	40	97	54	32	56	
22.02.2020	14	100	69	48	58	Körper in 0-Linie.
23.02.2020	-14	98	81	61	56	
24.02.2020	-40	90	91	74	54	
25.02.2020	-63	78	97	84	49	
26.02.2020	-82	62	100	92	43	
27.02.2020	-94	43	99	97	36	
28.02.2020	-100	22	95	100	29	
29.02.2020	-98	0	87	100	22	Seele in 0-Linie.
01.03.2020	-89	-22	76	97	16	
02.03.2020	-73	-43	62	92	10	
03.03.2020	-52	-62	46	84	4	
04.03.2020	-27	-78	28	74	-1	
05.03.2020	0	-90	10	61	-5	Körper in 0-Linie.
06.03.2020	27	-97	-9	48	-8	Geist in 0-Linie.
07.03.2020	52	-100	-28	33	-11	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
08.03.2020	73	-98	-46	17	-14	
09.03.2020	89	-90	-62	0	-16	
10.03.2020	98	-78	-76	-16	-18	Ideel in 0-Linie.
11.03.2020	100	-62	-87	-32	-20	
12.03.2020	94	-43	-94	-48	-23	
13.03.2020	82	-22	-99	-61	-25	
14.03.2020	63	0	-100	-74	-28	Seele in 0-Linie.
15.03.2020	40	22	-97	-84	-30	
16.03.2020	14	43	-91	-92	-32	Körper in 0-Linie.
17.03.2020	-14	62	-81	-97	-32	
18.03.2020	-40	78	-69	-100	-33	
19.03.2020	-63	90	-54	-100	-32	
20.03.2020	-82	97	-37	-97	-30	
21.03.2020	-94	100	-19	-92	-26	
22.03.2020	-100	98	0	-84	-22	Geist in 0-Linie.
23.03.2020	-98	90	19	-74	-16	
24.03.2020	-89	78	37	-61	-9	
25.03.2020	-73	62	54	-48	-1	
26.03.2020	-52	43	69	-33	7	
27.03.2020	-27	22	81	-17	15	
28.03.2020	0	0	91	0	23	Vorsicht! Körper- und Seelenkurven in 0-Linie!
29.03.2020	27	-22	97	16	30	
30.03.2020	52	-43	100	32	35	
31.03.2020	73	-62	99	48	40	
01.04.2020	89	-78	95	61	42	
02.04.2020	98	-90	87	74	42	
03.04.2020	100	-97	76	84	41	
04.04.2020	94	-100	62	92	37	
05.04.2020	82	-98	46	97	32	
06.04.2020	63	-90	28	100	25	
07.04.2020	40	-78	10	100	18	
08.04.2020	14	-62	-9	97	10	Vorsicht! Körper- und Geistkurven in 0-Linie!
09.04.2020	-14	-43	-28	92	2	
10.04.2020	-40	-22	-46	84	-6	
11.04.2020	-63	0	-62	74	-13	Seele in 0-Linie.
12.04.2020	-82	22	-76	61	-19	
13.04.2020	-94	43	-87	48	-22	
14.04.2020	-100	62	-94	33	-25	
15.04.2020	-98	78	-99	17	-26	
16.04.2020	-89	90	-100	0	-25	
17.04.2020	-73	97	-97	-16	-22	Ideel in 0-Linie.
18.04.2020	-52	100	-91	-32	-19	
19.04.2020	-27	98	-81	-48	-14	
20.04.2020	0	90	-69	-61	-10	Körper in 0-Linie.
21.04.2020	27	78	-54	-74	-6	
22.04.2020	52	62	-37	-84	-2	
23.04.2020	73	43	-19	-92	1	
24.04.2020	89	22	0	-97	4	Geist in 0-Linie.
25.04.2020	98	0	19	-100	4	Seele in 0-Linie.
26.04.2020	100	-22	37	-100	4	
27.04.2020	94	-43	54	-97	2	
28.04.2020	82	-62	69	-92	-1	
29.04.2020	63	-78	81	-84	-4	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
30.04.2020	40	-90	91	-74	-8	
01.05.2020	14	-97	97	-61	-12	Körper in 0-Linie.
02.05.2020	-14	-100	100	-48	-16	
03.05.2020	-40	-98	99	-33	-18	
04.05.2020	-63	-90	95	-17	-19	
05.05.2020	-82	-78	87	0	-18	Ideel in 0-Linie.
06.05.2020	-94	-62	76	16	-16	
07.05.2020	-100	-43	62	32	-12	
08.05.2020	-98	-22	46	48	-6	
09.05.2020	-89	0	28	61	0	Seele in 0-Linie.
10.05.2020	-73	22	10	74	8	
11.05.2020	-52	43	-9	84	16	Geist in 0-Linie.
12.05.2020	-27	62	-28	92	25	
13.05.2020	0	78	-46	97	32	Körper in 0-Linie.
14.05.2020	27	90	-62	100	39	
15.05.2020	52	97	-76	100	43	
16.05.2020	73	100	-87	97	46	
17.05.2020	89	98	-94	92	46	
18.05.2020	98	90	-99	84	43	
19.05.2020	100	78	-100	74	38	
20.05.2020	94	62	-97	61	30	
21.05.2020	82	43	-91	48	20	
22.05.2020	63	22	-81	33	9	
23.05.2020	40	0	-69	17	-3	Seele in 0-Linie.
24.05.2020	14	-22	-54	0	-16	Körper in 0-Linie.
25.05.2020	-14	-43	-37	-16	-28	Ideel in 0-Linie.
26.05.2020	-40	-62	-19	-32	-38	
27.05.2020	-63	-78	0	-48	-47	Geist in 0-Linie.
28.05.2020	-82	-90	19	-61	-54	
29.05.2020	-94	-97	37	-74	-57	
30.05.2020	-100	-100	54	-84	-58	
31.05.2020	-98	-98	69	-92	-55	
01.06.2020	-89	-90	81	-97	-49	
02.06.2020	-73	-78	91	-100	-40	
03.06.2020	-52	-62	97	-100	-29	
04.06.2020	-27	-43	100	-97	-17	
05.06.2020	0	-22	99	-92	-4	Körper in 0-Linie.
06.06.2020	27	0	95	-84	10	Seele in 0-Linie.
07.06.2020	52	22	87	-74	22	
08.06.2020	73	43	76	-61	33	
09.06.2020	89	62	62	-48	41	
10.06.2020	98	78	46	-33	47	
11.06.2020	100	90	28	-17	50	
12.06.2020	94	97	10	0	50	Ideel in 0-Linie.
13.06.2020	82	100	-9	16	47	Geist in 0-Linie.
14.06.2020	63	98	-28	32	41	
15.06.2020	40	90	-46	48	33	
16.06.2020	14	78	-62	61	23	Körper in 0-Linie.
17.06.2020	-14	62	-76	74	12	
18.06.2020	-40	43	-87	84	0	
19.06.2020	-63	22	-94	92	-11	
20.06.2020	-82	0	-99	97	-21	Seele in 0-Linie.
21.06.2020	-94	-22	-100	100	-29	
22.06.2020	-100	-43	-97	100	-35	
23.06.2020	-98	-62	-91	97	-38	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
24.06.2020	-89	-78	-81	92	-39	
25.06.2020	-73	-90	-69	84	-37	
26.06.2020	-52	-97	-54	74	-32	
27.06.2020	-27	-100	-37	61	-26	
28.06.2020	0	-98	-19	48	-17	Körper in 0-Linie.
29.06.2020	27	-90	0	33	-8	Geist in 0-Linie.
30.06.2020	52	-78	19	17	2	
01.07.2020	73	-62	37	0	12	
02.07.2020	89	-43	54	-16	21	Ideel in 0-Linie.
03.07.2020	98	-22	69	-32	28	
04.07.2020	100	0	81	-48	33	Seele in 0-Linie.
05.07.2020	94	22	91	-61	36	
06.07.2020	82	43	97	-74	37	
07.07.2020	63	62	100	-84	35	
08.07.2020	40	78	99	-92	31	
09.07.2020	14	90	95	-97	26	Körper in 0-Linie.
10.07.2020	-14	97	87	-100	18	
11.07.2020	-40	100	76	-100	9	
12.07.2020	-63	98	62	-97	0	
13.07.2020	-82	90	46	-92	-10	
14.07.2020	-94	78	28	-84	-18	
15.07.2020	-100	62	10	-74	-26	
16.07.2020	-98	43	-9	-61	-31	Geist in 0-Linie.
17.07.2020	-89	22	-28	-48	-36	
18.07.2020	-73	0	-46	-33	-38	Seele in 0-Linie.
19.07.2020	-52	-22	-62	-17	-38	
20.07.2020	-27	-43	-76	0	-36	Ideel in 0-Linie.
21.07.2020	0	-62	-87	16	-33	Körper in 0-Linie.
22.07.2020	27	-78	-94	32	-28	
23.07.2020	52	-90	-99	48	-22	
24.07.2020	73	-97	-100	61	-16	
25.07.2020	89	-100	-97	74	-8	
26.07.2020	98	-98	-91	84	-2	
27.07.2020	100	-90	-82	92	5	
28.07.2020	94	-78	-69	97	11	
29.07.2020	82	-62	-54	100	16	
30.07.2020	63	-43	-37	100	21	
31.07.2020	40	-22	-19	97	24	
01.08.2020	14	0	0	92	26	GEFAHR! Die 3 Hauptkurven sind in 0-Linie!
02.08.2020	-14	22	19	84	28	
03.08.2020	-40	43	37	74	28	
04.08.2020	-63	62	54	61	28	
05.08.2020	-82	78	69	48	28	
06.08.2020	-94	90	81	33	28	
07.08.2020	-100	97	91	17	26	
08.08.2020	-98	100	97	0	25	
09.08.2020	-89	98	100	-16	23	Ideel in 0-Linie.
10.08.2020	-73	90	99	-32	21	
11.08.2020	-52	78	95	-48	18	
12.08.2020	-27	62	87	-61	15	
13.08.2020	0	43	76	-74	11	Körper in 0-Linie.
14.08.2020	27	22	62	-84	7	
15.08.2020	52	0	46	-92	2	Seele in 0-Linie.
16.08.2020	73	-22	28	-97	-4	

Datum	Körper	Seele	Geist	Ideel	Total	Kommentar
17.08.2020	89	-43	10	-100	-11	
18.08.2020	98	-62	-9	-100	-18	Geist in 0-Linie.
19.08.2020	100	-78	-28	-97	-26	
20.08.2020	94	-90	-46	-92	-34	
21.08.2020	82	-97	-62	-84	-40	
22.08.2020	63	-100	-76	-74	-47	
23.08.2020	40	-98	-87	-61	-52	
24.08.2020	14	-90	-94	-48	-54	Körper in 0-Linie.
25.08.2020	-14	-78	-99	-33	-56	
26.08.2020	-40	-62	-100	-17	-55	
27.08.2020	-63	-43	-97	0	-51	Ideel in 0-Linie.
28.08.2020	-82	-22	-91	16	-45	
29.08.2020	-94	0	-82	32	-36	Seele in 0-Linie.
30.08.2020	-100	22	-69	48	-25	
31.08.2020	-98	43	-54	61	-12	
01.09.2020	-89	62	-37	74	2	
02.09.2020	-73	78	-19	84	18	
03.09.2020	-52	90	0	92	32	Geist in 0-Linie.
04.09.2020	-27	97	19	97	46	
05.09.2020	0	100	37	100	59	Körper in 0-Linie.
06.09.2020	27	98	54	100	70	
07.09.2020	52	90	69	97	77	
08.09.2020	73	78	81	92	81	
09.09.2020	89	62	91	84	82	
10.09.2020	98	43	97	74	78	
11.09.2020	100	22	100	61	71	
12.09.2020	94	0	99	48	60	Seele in 0-Linie.
13.09.2020	82	-22	95	33	47	
14.09.2020	63	-43	87	17	31	
15.09.2020	40	-62	76	0	14	
16.09.2020	14	-78	62	-16	-4	Ideel in 0-Linie.
17.09.2020	-14	-90	46	-32	-22	
18.09.2020	-40	-97	28	-48	-39	
19.09.2020	-63	-100	10	-61	-54	
20.09.2020	-82	-98	-9	-74	-66	Geist in 0-Linie.
21.09.2020	-94	-90	-28	-84	-74	
22.09.2020	-100	-78	-46	-92	-79	
23.09.2020	-98	-62	-62	-97	-80	
24.09.2020	-89	-43	-76	-100	-77	
25.09.2020	-73	-22	-87	-100	-70	
26.09.2020	-52	0	-94	-97	-61	Seele in 0-Linie.
27.09.2020	-27	22	-99	-92	-49	
28.09.2020	0	43	-100	-84	-35	Körper in 0-Linie.
29.09.2020	27	62	-97	-74	-20	
30.09.2020	52	78	-91	-61	-6	
01.10.2020	73	90	-82	-48	8	
02.10.2020	89	97	-69	-33	21	
03.10.2020	98	100	-54	-17	32	
04.10.2020	100	98	-37	0	40	Ideel in 0-Linie.
05.10.2020	94	90	-19	16	45	
06.10.2020	82	78	0	32	48	Geist in 0-Linie.
07.10.2020	63	62	19	48	48	

Zur passenden Zeit das Richtige zu tun – in der Musik spricht man auch vom „richtigen timing“. Gibt es einen idealen Zeitpunkt? Die Antworten sind umstritten. Immerhin aber zeigen unterschiedlichste Rhythmus- und Periodenlehren ein großes Interesse für Zeitpunkte, die durch das Zusammenspiel der für Menschen wichtigen Rhythmen bezeichnerbar sind. Der „Biorhythmus“ zeigt solche Zeitpunkte auf und gibt damit wertvolle, detaillierte Zusatzinformationen zu Fragen der Zeitqualität.

Einleitung

Das Leben ist von Rhythmen durchzogen und wird von Rhythmen bestimmt. Manche dieser Rhythmen sind uns vertraut, wenngleich nicht immer bewusst (zum Beispiel Atemrhythmus oder Herzschlag), andere sind uns bewusst, doch wegen ihrer Langsamkeit nur indirekt beziehungsweise in extremer Ausprägung spürbar (zum Beispiel Blutreinigung oder Jahreszeiten). Auch Astrostrhythmen gibt es und so liegt zum Beispiel der astrovitalis-Zeitqualitätsanalyse eine spezielle Rhythmik zu Grunde. Biorhythmen im engeren Sinne sind zahlreich (zum Beispiel Menstruationsrhythmen oder die so genannte „innere Uhr“). Der als eigentlicher Biorhythmus bekannte „rhythmische Faktor“ ist im Grunde schon lange bekannt. Der Arzt Dr. Wilhelm Fließ entdeckte die 23- und 28-Tagesrhythmen („Perioden“) als Grundrhythmen, welche von der Geburt an in stetig sich wiederholenden Intervallen bis zum Lebensende laufen.

Dr. Friedrich Teltscher wies 1928 einen dritten Rhythmus mit 33-Tagesintervall nach. Damit waren die „Hauptkurven“ für Körper, Seele und Geistiges bekannt und die Wissenschaft machte sich in den nächsten Jahrzehnten weltweit daran, diese weiter zu erforschen. Prinzipiell kann inzwischen auch von einer „wissenschaftlichen Beweisbarkeit“ der Rhythmen gesprochen werden. In jüngerer Zeit arbeiten vor allem spirituell orientierte Biorhythmiker verstärkt mit der „ideellen Kurve“, welche ein Intervall von 38 Tagen hat. Dies ist die Kurve mit der längsten Periode. Ihre Interpretation ist aber nicht nur wegen der wenigen gesicherten Erkenntnisse über sie, sondern auch wegen des durch sie repräsentierten Inhaltes schwierig. Sie ist die Kurve der feinsinnigen, nicht-stofflichen, transzendenten Verfassung eines Lebewesens. Insofern ist sie von großer ideeller Bedeutung. Sie sollte aber mit Vorsicht und Neugier interpretiert werden.

Hintergrund

Wichtig wird der Biorhythmus immer dann, wenn eine oder mehrere seiner Kurven jeweils nach der Hälfte der Intervallzeit die Null-Linie schneiden. Jede Kurve steigt zunächst über die Mittellinie auf 100% an, sinkt dann auf die benannte Null-Linie („substanzperiodische Tage“ genannt) und fällt dann bis auf 100% unter Null ab, um dann wieder auf Null aufzusteigen. Genau eine solche Amplitude ist bei jeder Kurve „ein kompletter Durchlauf“ („eine Periode“). Insgesamt gibt es exakt $23 \times 28 \times 33$ Konstellationen: also 21252. Das heißt, dass der 21252. Tag im Leben eines Menschen aus biorhythmischer Sicht wieder seinem Geburtstag entspricht, da hier alle drei Hauptkurven sich erneut zusammen auf der Nullachse schneiden! Umgerechnet liegt dieser Tag in etwa um den 59. Geburtstag. Wenn der ideelle Rhythmus als vierte Kurve mitgerechnet würde, so träfen alle vier Kurven erst nach 807576 Tagen wieder auf Null zusammen! Das entspricht etwa dem 2243. Geburtstag ... Wohlgermerkt: Diese Tagesangaben beziehen sich auf das absolut exakte Zusammentreffen der drei Kurven zum exakt selben Moment auf exakt Null! Wenn man, wie in der Praxis selbstverständlich sinnvoll, einen Zeitorbis zulässt, so geschieht es bei drei Kurven vergleichsweise häufig, dass sie an einem Tag alle die Null-Linie überqueren (in Monats- oder Jahresperioden). Bei vier Kurven dauern die Nullstellen-Perioden, wenn man nicht gerade an einer besonders glücklich gewählten Zeitstelle mit der Berechnung beginnt, viele Jahrzehnte.

Nutzen

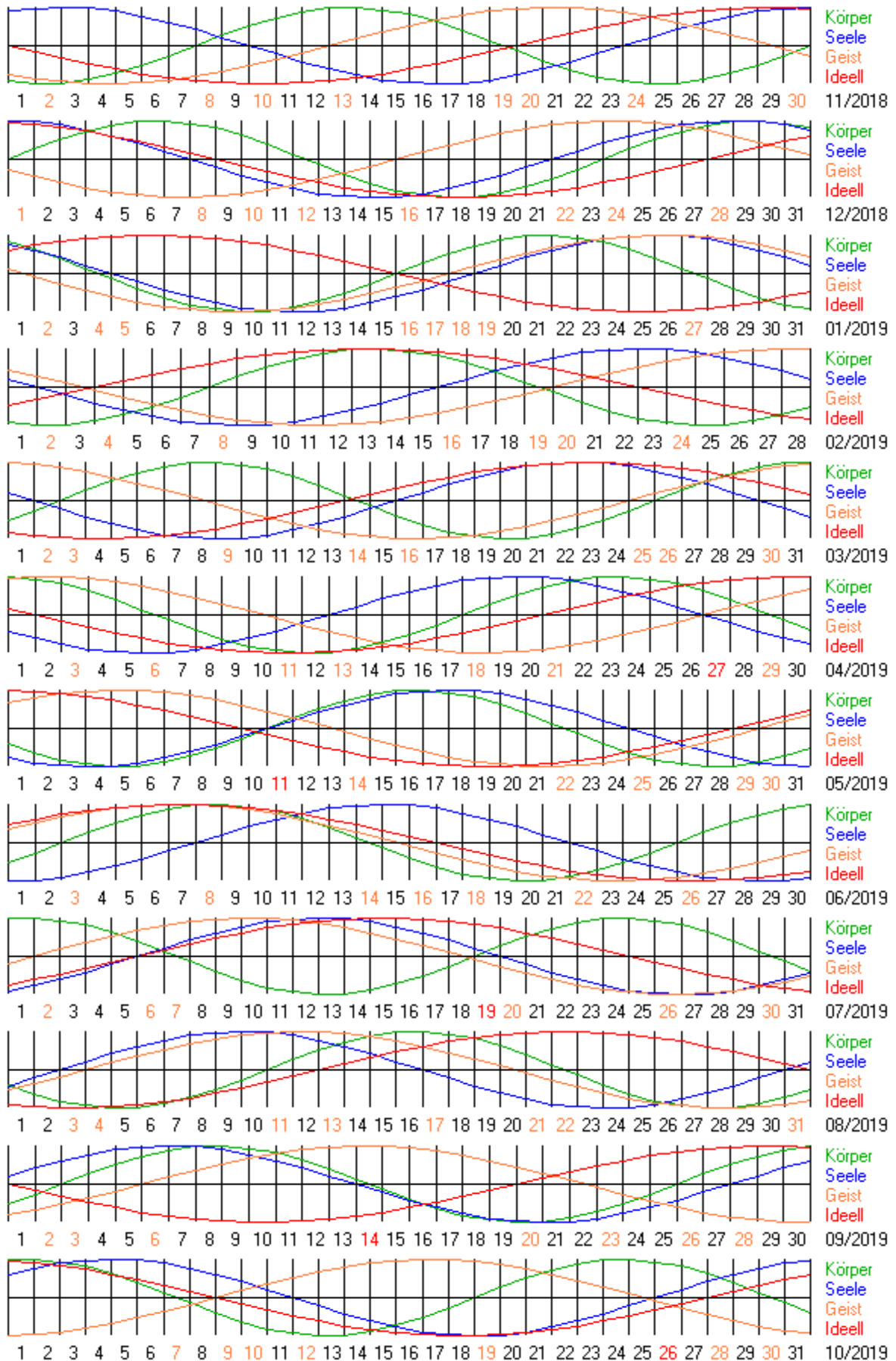
Vor allem die Beobachtung der Tage, an denen zwei oder gar drei Kurven die Null-Linie schneiden, lohnt sich. Ebenso sollten besonders lange Zeiträume Beachtung finden, in denen die Gesamtkurve über oder unter Null bleibt. In solchen Zeiten ist ein Haushalten mit den Kräften angezeigt beziehungsweise ein Überschuss an Energie für neue Initiativen vorhanden. Es ist nicht sinnvoll, gegen diese Lebensrhythmik zu arbeiten. Es ist der größte Nutzen der Biorhythmik, Hinweise darauf zu geben, wie es möglich ist, sich dem „Fluss des Lebens“ anzupassen.

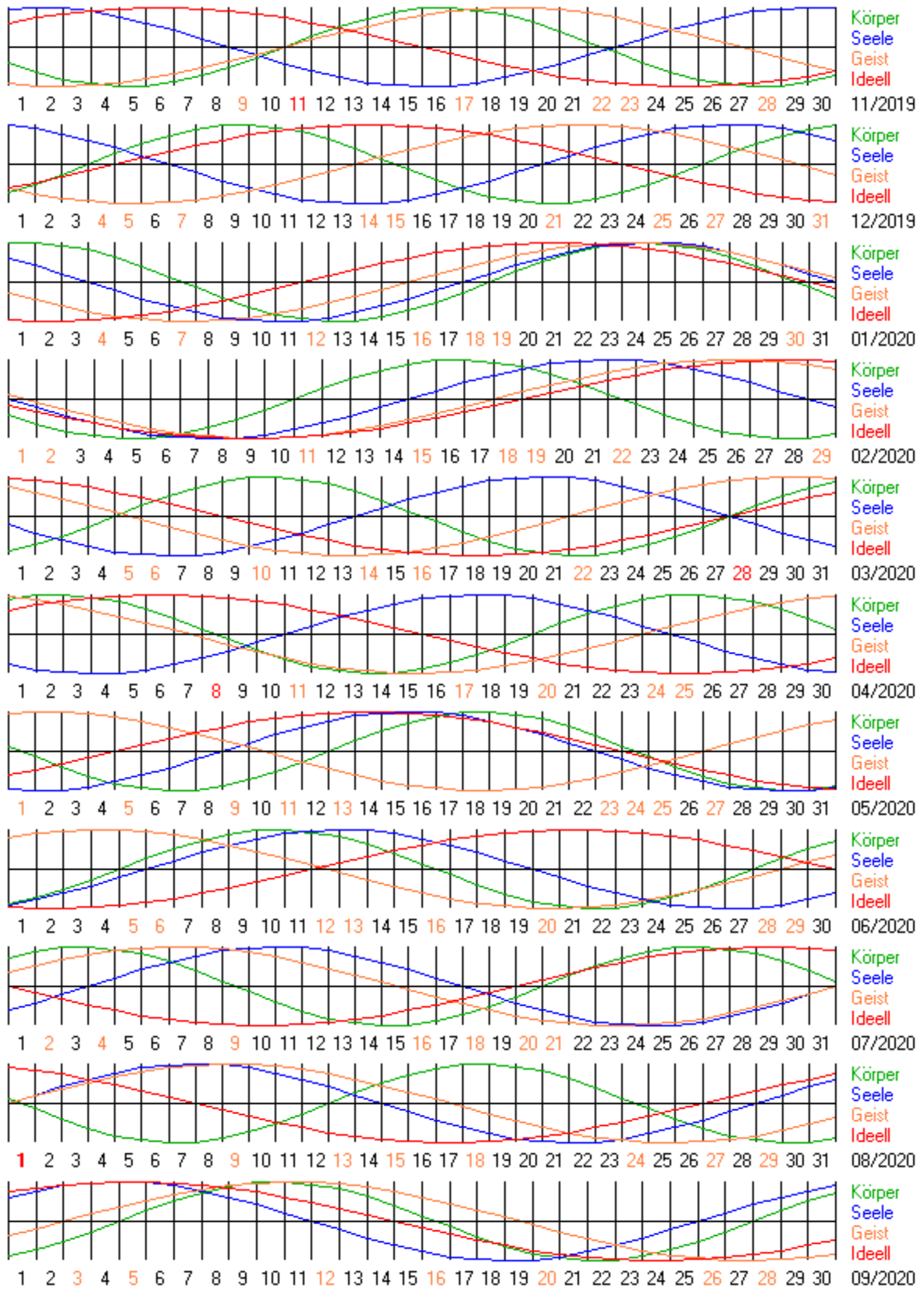
Die Bedeutung der Biorhythmuskurven im Detail:

Kurven im positiven Bereich symbolisieren prinzipiell Besseres als Kurven im negativen Bereich. Diese simple Tatsache ist der einfache Schlüssel zur Schnellinterpretation der Rhythmen. Verlaufen Kurven im Plus, sollten alle von den jeweiligen Kurven symbolisierten „Anliegen“ forciert werden, verlaufen sie im Minus, sollten die entsprechenden Anliegen eher „stagnieren“. Die Gesamtkurve stellt den Durchschnittswert aller vier Kurven dar, sie symbolisiert das Allgemeinbefinden. Auch für die Gesamtkurve gilt, dass ihrem Auftreffen auf die Null-Linie besondere Beachtung gebührt. Denn der Umdruck betrifft die Gesamtverfassung der zu analysierenden Person. Eine hoch ins Plus aufsteigende Gesamtkurve ist ein guter Index für beliebigen Erfolg, eine tief ins Minus fallende Gesamtkurve ist deutlicher Hinweis auf Ruhe und Besinnung.

Beachten Sie bitte beim Interpretieren unbedingt, dass Begriffe wie „gut“ oder „schlecht“, „Erfolg“ oder „Stagnation“ immer relativ sind. Man kann durchaus an so genannten guten Tagen krank werden, vermutlich wird die Gesundung aber durch das biorhythmische „Hoch“ oder „Plus“ wesentlich vorangetrieben. Ebenso kann Ihnen bei Tagen im biorhythmischen „Tief“ oder „Minus“ etwas sehr Wichtiges auf Anhieb gelingen – niemand aber weiß, wie gut es unter günstigeren biorhythmischen Bedingungen gelungen wäre.

Anhang: Biorhythmus (grafisch)





Zur passenden Zeit das Richtige zu tun – in der Musik spricht man auch vom „richtigen timing“. Gibt es einen idealen Zeitpunkt? Die Antworten sind umstritten. Immerhin aber zeigen unterschiedlichste Rhythmus- und Periodenlehren ein großes Interesse für Zeitpunkte, die durch das Zusammenspiel der für Menschen wichtigen Rhythmen bezeichnerbar sind. Der „Biorhythmus“ zeigt solche Zeitpunkte auf und gibt damit wertvolle, detaillierte Zusatzinformationen zu Fragen der Zeitqualität.

Einleitung

Das Leben ist von Rhythmen durchzogen und wird von Rhythmen bestimmt. Manche dieser Rhythmen sind uns vertraut, wenngleich nicht immer bewusst (zum Beispiel Atemrhythmus oder Herzschlag), andere sind uns bewusst, doch wegen ihrer Langsamkeit nur indirekt beziehungsweise in extremer Ausprägung spürbar (zum Beispiel Blutreinigung oder Jahreszeiten). Auch Astrostrhythmen gibt es und so liegt zum Beispiel der astrovitalis-Zeitqualitätsanalyse eine spezielle Rhythmik zu Grunde. Biorhythmen im engeren Sinne sind zahlreich (zum Beispiel Menstruationsrhythmen oder die so genannte „innere Uhr“). Der als eigentlicher Biorhythmus bekannte „rhythmische Faktor“ ist im Grunde schon lange bekannt. Der Arzt Dr. Wilhelm Fließ entdeckte die 23- und 28-Tagesrhythmen („Perioden“) als Grundrhythmen, welche von der Geburt an in stetig sich wiederholenden Intervallen bis zum Lebensende laufen.

Dr. Friedrich Teltscher wies 1928 einen dritten Rhythmus mit 33-Tagesintervall nach. Damit waren die „Hauptkurven“ für Körper, Seele und Geistiges bekannt und die Wissenschaft machte sich in den nächsten Jahrzehnten weltweit daran, diese weiter zu erforschen. Prinzipiell kann inzwischen auch von einer „wissenschaftlichen Beweisbarkeit“ der Rhythmen gesprochen werden. In jüngerer Zeit arbeiten vor allem spirituell orientierte Biorhythmiker verstärkt mit der „ideellen Kurve“, welche ein Intervall von 38 Tagen hat. Dies ist die Kurve mit der längsten Periode. Ihre Interpretation ist aber nicht nur wegen der wenigen gesicherten Erkenntnisse über sie, sondern auch wegen des durch sie repräsentierten Inhaltes schwierig. Sie ist die Kurve der feinsinnigen, nicht-stofflichen, transzendenten Verfassung eines Lebewesens. Insofern ist sie von großer ideeller Bedeutung. Sie sollte aber mit Vorsicht und Neugier interpretiert werden.

Hintergrund

Wichtig wird der Biorhythmus immer dann, wenn eine oder mehrere seiner Kurven jeweils nach der Hälfte der Intervallzeit die Null-Linie schneiden. Jede Kurve steigt zunächst über die Mittellinie auf 100% an, sinkt dann auf die benannte Null-Linie („substanzperiodische Tage“ genannt) und fällt dann bis auf 100% unter Null ab, um dann wieder auf Null aufzusteigen. Genau eine solche Amplitude ist bei jeder Kurve „ein kompletter Durchlauf“ („eine Periode“). Insgesamt gibt es exakt $23 \times 28 \times 33$ Konstellationen: also 21252. Das heißt, dass der 21252. Tag im Leben eines Menschen aus biorhythmischer Sicht wieder seinem Geburtstag entspricht, da hier alle drei Hauptkurven sich erneut zusammen auf der Nullachse schneiden! Umgerechnet liegt dieser Tag in etwa um den 59. Geburtstag. Wenn der ideelle Rhythmus als vierte Kurve mitgerechnet würde, so träfen alle vier Kurven erst nach 807576 Tagen wieder auf Null zusammen! Das entspricht etwa dem 2243. Geburtstag ... Wohlgermerkt: Diese Tagesangaben beziehen sich auf das absolut exakte Zusammentreffen der drei Kurven zum exakt selben Moment auf exakt Null! Wenn man, wie in der Praxis selbstverständlich sinnvoll, einen Zeitorbis zulässt, so geschieht es bei drei Kurven vergleichsweise häufig, dass sie an einem Tag alle die Null-Linie überqueren (in Monats- oder Jahresperioden). Bei vier Kurven dauern die Nullstellen-Perioden, wenn man nicht gerade an einer besonders glücklich gewählten Zeitstelle mit der Berechnung beginnt, viele Jahrzehnte.

Nutzen

Vor allem die Beobachtung der Tage, an denen zwei oder gar drei Kurven die Null-Linie schneiden, lohnt sich. Ebenso sollten besonders lange Zeiträume Beachtung finden, in denen die Gesamtkurve über oder unter Null bleibt. In solchen Zeiten ist ein Haushalten mit den Kräften angezeigt beziehungsweise ein Überschuss an Energie für neue Initiativen vorhanden. Es ist nicht sinnvoll, gegen diese Lebensrhythmik zu arbeiten. Es ist der größte Nutzen der Biorhythmik, Hinweise darauf zu geben, wie es möglich ist, sich dem „Fluss des Lebens“ anzupassen.

Die Bedeutung der Biorhythmuskurven im Detail:

Kurven im positiven Bereich symbolisieren prinzipiell Besseres als Kurven im negativen Bereich. Diese simple Tatsache ist der einfache Schlüssel zur Schnellinterpretation der Rhythmen. Verlaufen Kurven im Plus, sollten alle von den jeweiligen Kurven symbolisierten „Anliegen“ forciert werden, verlaufen sie im Minus, sollten die entsprechenden Anliegen eher „stagnieren“. Die Gesamtkurve stellt den Durchschnittswert aller vier Kurven dar, sie symbolisiert das Allgemeinbefinden. Auch für die Gesamtkurve gilt, dass ihrem Auftreffen auf die Null-Linie besondere Beachtung gebührt. Denn der Umdruck betrifft die Gesamtverfassung der zu analysierenden Person. Eine hoch ins Plus aufsteigende Gesamtkurve ist ein guter Index für beliebigen Erfolg, eine tief ins Minus fallende Gesamtkurve ist deutlicher Hinweis auf Ruhe und Besinnung.

Beachten Sie bitte beim Interpretieren unbedingt, dass Begriffe wie „gut“ oder „schlecht“, „Erfolg“ oder „Stagnation“ immer relativ sind. Man kann durchaus an so genannten guten Tagen krank werden, vermutlich wird die Gesundung aber durch das biorhythmische „Hoch“ oder „Plus“ wesentlich vorangetrieben. Ebenso kann Ihnen bei Tagen im biorhythmischen „Tief“ oder „Minus“ etwas sehr Wichtiges auf Anhieb gelingen – niemand aber weiß, wie gut es unter günstigeren biorhythmischen Bedingungen gelungen wäre.