

Astrologische Analyse Körper, Geist, Seele

Elvis Presley
08.01.1935 - 04:35 Uhr CST
Tupelo

Sonnenzeichen: Steinbock
Mondzeichen: Fische
Aszendent: Schütze



Elvis Presley

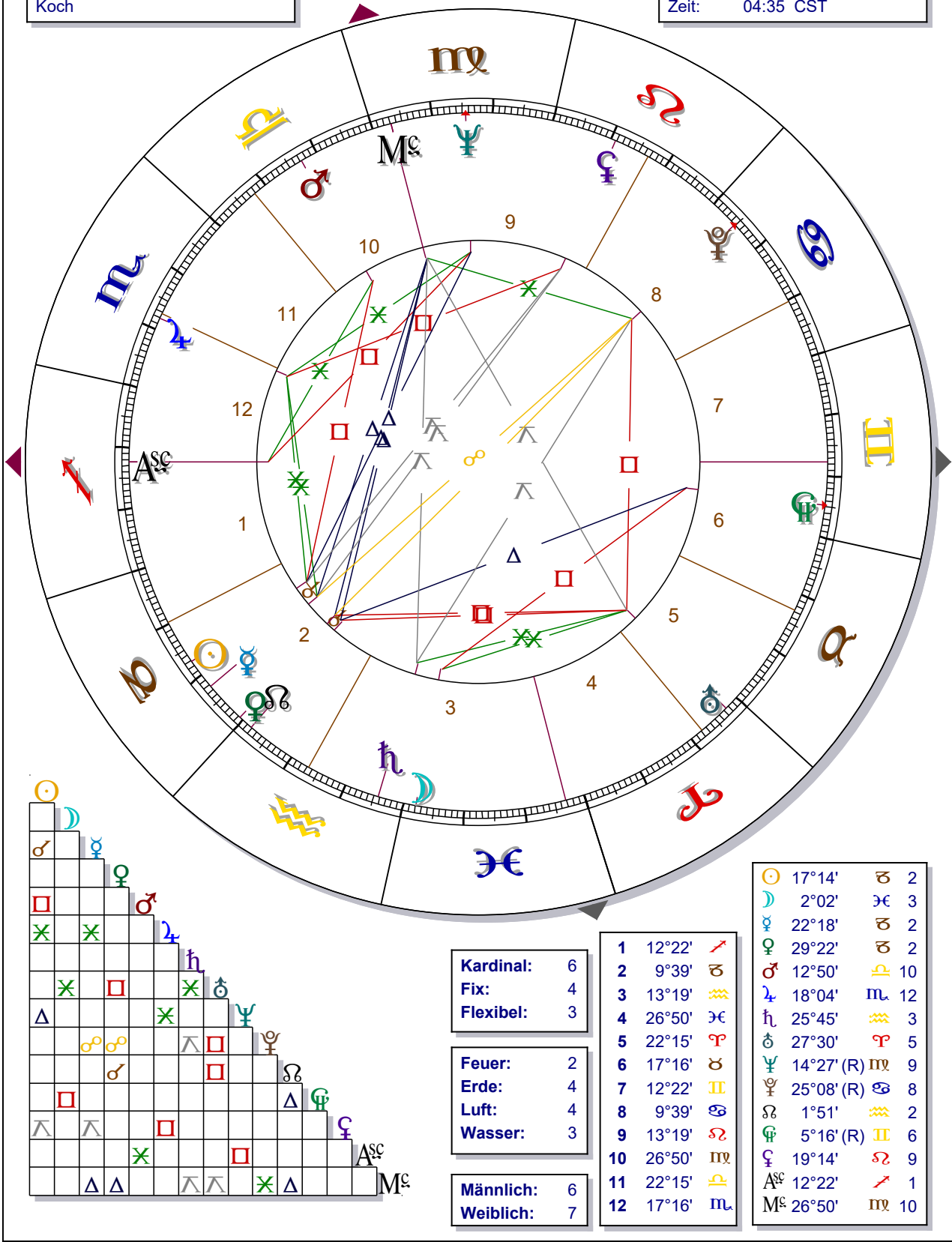
Kunst, Musik, Literatur...

Tupelo

Länge: 088°42' W Breite: 34°15' N

Radix-Horoskop
Koch

Datum: 08.01.1935
Zeit: 04:35 CST



Kardinal: 6
Fix: 4
Flexibel: 3

Feuer: 2
Erde: 4
Luft: 4
Wasser: 3

Männlich: 6
Weiblich: 7

1	12°22'	♈
2	9°39'	♉
3	13°19'	♊
4	26°50'	♋
5	22°15'	♌
6	17°16'	♍
7	12°22'	♎
8	9°39'	♏
9	13°19'	♐
10	26°50'	♑
11	22°15'	♒
12	17°16'	♓

☉	17°14'	♈	2
☾	2°02'	♋	3
♀	22°18'	♈	2
♂	29°22'	♈	2
♃	12°50'	♉	10
♄	18°04'	♊	12
♅	25°45'	♋	3
♆	27°30'	♌	5
♇	14°27' (R)	♍	9
♈	25°08' (R)	♎	8
♉	1°51'	♏	2
♊	5°16' (R)	♐	6
♋	19°14'	♑	9
♌	12°22'	♒	1
♍	26°50'	♓	10

Elvis Presley

Kunst, Musik, Literatur...

Tupelo

Länge: 088°42' W Breite: 34°15' N

Radix-Horoskop
Koch

Datum: 08.01.1935
Zeit: 04:35 CST

Planeten-Stellungen

☉ Sonne	17°14'	♏ Steinbock	Haus 2
☾ Mond	2°02'	♋ Fische	Haus 3
☿ Merkur	22°18'	♏ Steinbock	Haus 2
♀ Venus	29°22'	♏ Steinbock	Haus 2
♂ Mars	12°50'	♎ Waage	Haus 10
♃ Jupiter	18°04'	♏ Skorpion	Haus 12
♄ Saturn	25°45'	♊ Wassermann	Haus 3
♅ Uranus	27°30'	♈ Widder	Haus 5
♆ Neptun	14°27' (R)	♏ Jungfrau	Haus 9
♇ Pluto	25°08' (R)	♋ Krebs	Haus 8
♁ mKnoten	1°51'	♊ Wassermann	Haus 2
♃♄ Chiron	5°16' (R)	♏ Zwilling	Haus 6
♀ Liliith	19°14'	♌ Löwe	Haus 9
♈♁ Ascendent	12°22'	♏ Schütze	Haus 1
♏♁ Medium Coeli	26°50'	♏ Jungfrau	Haus 10

Häuser-Stellungen

1	12°22'	♏	Schütze
2	9°39'	♏	Steinbock
3	13°19'	♊	Wassermann
4	26°50'	♋	Fische
5	22°15'	♈	Widder
6	17°16'	♉	Stier
7	12°22'	♏	Zwilling
8	9°39'	♋	Krebs
9	13°19'	♌	Löwe
10	26°50'	♏	Jungfrau
11	22°15'	♎	Waage
12	17°16'	♏	Skorpion

Aspekte

♂ ✕ ♁ +0°28'	♃ ♁ ♀ +0°37'	♁ ♁ ♁ +0°40'
☉ ✕ ♃ +0°50'	♃ ♁ ♁ +1°06'	♃ ♁ ♀ +1°10'
♀ ✕ ♁ +1°42'	♃ ✕ ♁ +1°45'	♀ ♁ ♁ +1°52'
☉ ♁ ♀ +1°60'	♀ ♁ ♁ +2°05'	♁ ♁ ♀ +2°22'
♀ ♁ ♁ +2°30'	♀ ♁ ♁ +2°32'	☉ ♁ ♀ +2°47'
♀ ♁ ♀ +2°50'	♀ ♁ ♀ +3°05'	☾ ♁ ♁ +3°14'
♁ ♁ ♁ +3°24'	♃ ✕ ♀ +3°37'	♀ ♁ ♀ +4°14'
♀ ✕ ♃ +4°14'	♁ ♁ ♁ +4°22'	☉ ♁ ♀ +4°24'
♀ ♁ ♁ +4°32'	☾ ✕ ♁ +4°32'	♁ ♁ ♁ +5°01'
☉ ♁ ♀ +5°04'		

Quadranten

Quadrant 1	6	☉ ☾ ♀ ♀ ♃ ♁
Quadrant 2	2	♁ ♁ ♁
Quadrant 3	3	♀ ♀ ♀
Quadrant 4	2	♂ ♃

Elemente

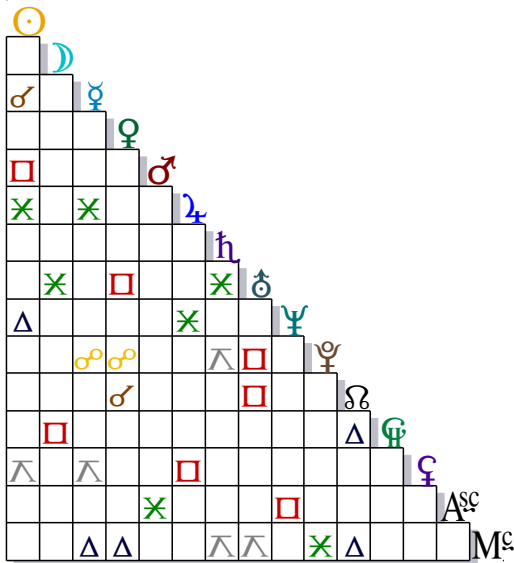
Feuer	2	♁ ♀
Erde	4	☉ ♀ ♀ ♀
Luft	4	♂ ♃ ♁ ♁
Wasser	3	☾ ♃ ♀

Qualitäten

Kardinal	6	☉ ♀ ♀ ♀ ♁ ♀
Fix	4	♃ ♃ ♁ ♁
Flexibel	3	☾ ♀ ♁

Männlich / Weiblich

Männlich	6	♂ ♃ ♁ ♁ ♁ ♀
Weiblich	7	☉ ☾ ♀ ♀ ♃ ♀ ♀



Legende

- ♂ Konjunktion
- ∨ Halbsextil
- ∠ Halbquadrat
- ✕ Sextil
- ∩ Quintil
- Quadrat
- Δ Trigon
- ♁ Sesquiquadrat
- β Biquintil
- ♁ Quincunx
- ∩ Opposition

- ☉ Sonne
- ☾ Mond
- ☿ Merkur
- ♀ Venus
- ♂ Mars
- ♃ Jupiter
- ♄ Saturn
- ♅ Uranus
- ♆ Neptun
- ♇ Pluto
- ♁ mKnoten
- ♃♄ Chiron
- ♀ Liliith
- ♈♁ Ascendent
- ♏♁ Medium Coeli

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

Ihre gesundheitliche Konstitution

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

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

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

Ihr Vorbildsbezogener Umgang mit Ihrer Gesundheit (Aszendent im Schützen)

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

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

Sie haben die Fähigkeit, im erforderlichen Moment alle Ihre Energiereserven zu mobilisieren und auf ein Ziel zu konzentrieren. Auf körperlicher Ebene entsprechen diese psychischen Abläufe der Energieproduktion und -speicherung. Die Leber baut Stärke als Energiespender auf und wandelt Kohlenhydrate in Fett um, das dann in den Fettpölsterchen im Körper gespeichert wird. Außerdem baut die Leber aus den aufgenommenen Nahrungsbestandteilen Traubenzucker als Energielieferant auf.

Störungen des Fettstoffwechsels und krankhafte Fetteinlagerungen könnten verdeutlichen, dass Ihnen das ideelle Ziel oder die Hoffnung entglitten ist, auf die Sie Ihre Energien bisher gerichtet haben. Körpereigene und auch fremde Gifte werden in der Leber deaktiviert und dann über die Galle ausgeschieden. Ärger, den Sie in sich hineinfressen, kann bei Ihnen Gallenbeschwerden auslösen. Für Sie ist es besser, wenn Sie "Gift und Galle spucken", um sich zu entladen. Doch meistens steckt hinter einer Gallenblasenreizung eine tiefe Enttäuschung, durch die Ihr Vertrauen einem Menschen gegenüber erschüttert wurde.

Manchmal schieben Sie einen Arztbesuch lange hinaus. Dann ahnen Sie, dass der Arzt Sie dazu auffordern wird, Ihren Lebenswandel und eingeschliffene Gewohnheiten radikal zu verändern. In väterlichen, erfahrenen ärztlichen Händen fühlen Sie sich am wohlsten. Vor allem sollte sich der behandelnde Arzt genügend Zeit für Sie nehmen und Ihre bisherigen Bemühungen, wieder gesund zu werden, loben. Denn das Wichtigste für Ihre Genesung scheint guter Zuspruch zu sein, der Sie wieder hoffen lässt. Pillen sind Ihnen wahrscheinlich verhasst. Als wirkungsvoller betrachten Sie die therapeutische Verabreichung von Schwingungen in Form von Wärmebestrahlungen, Akupunktur, Bachblüten und auch von homöopathischen Mitteln.

Mit Ihrem nervösen, auftreibenden Temperament sind Sie sehr begeisterungsfähig - besonders fürs Essen. Als Gourmet sollten Sie auf fettarme Speisen wie Fisch übergehen. Eiweißhaltige Gemüsesorten wie Auberginen und Mais bekommen Ihnen bestimmt gut. Fruchtzuckerhaltige Obstsorten wie Weintrauben, Ananas, Birnen, Pfirsich und Rhabarber dienen Ihnen als Energielieferanten. Ginseng-Extrakte fördern die Durchblutung, auch des Gehirns. Sie sollten aber nicht ohne Wissen des Arztes eingenommen werden. Eine bessere Durchblutung fördert Ihren Optimismus und motiviert Sie zu höheren Taten.

Aktivsein stärkt Körper und Psyche (Aszendent Sextil Mars)

Sie halten sich fit, wenn Sie sich regelmäßig körperlich verausgaben. Aktivität tut Ihnen gut und stärkt Ihre körperlichen Abwehrkräfte. Dabei ist es unwesentlich, ob Sie sich sportlich profilieren oder den Garten umgraben. Vor allem sollten Sie sich viel an der frischen Luft bewegen, gerade dann, wenn Sie

etwas ärgert oder Sie nicht so recht wissen, was Sie mit Ihrer Kraft anfangen sollen. Sie fühlen sich gesund, solange Sie Ihre Selbstständigkeit weitgehend beibehalten können. Krankheiten, die entzündlich, fieberhaft oder akut verlaufen, könnten anzeigen, dass Sie sich in Ihrem Alltagsbereich gegen Bevormundungen und Einschränkungen zur Wehr setzen sollten. Zahnprobleme oder Kopfschmerzen können auf eine Gereiztheit hindeuten, die dann entsteht, wenn Sie sich in Ihrem Tatendrang chronisch blockiert fühlen.

Im Fluss bleiben (Aszendent Quadrat Neptun)

Wenn Sie hauptsächlich dazu neigen, sich hinter Pflicht, Realität und Pragmatismus zu stellen, spielt Ihnen Ihr Körper gelegentlich einen Streich. Wahrscheinlich erkranken Sie in diesem Fall gerade dann, wenn Sie es sich aus Ihrem Verantwortungsgefühl heraus eigentlich nicht erlauben können. Ihre körperliche Verfassung ist labil, wenn Sie Ihre Sensibilität nicht wahrhaben wollen. Dann könnten Kreislaufprobleme verdeutlichen, dass Sie härter vorgehen, als es Ihrem Gefühl entspricht. Folglich macht Ihr Körper das, was eigentlich Sie gerne täten: Sich vom Beschwerenden zu befreien. Wahrscheinlich sind Sie als Patient oft verschleimt, fiebrig matt - und nach einer Erkrankung brauchen Sie viel Zeit, sich wieder fit zu fühlen. In so einem schlappen Zustand berühren die Ereignisse im Außen Sie recht wenig. Dadurch ist es Ihnen ermöglicht, sich auf sich selbst zu konzentrieren, um zur Ruhe zu kommen.

Je besser es Ihnen gelingt, sich von den Sorgen und Nöten zwar berühren, aber nicht einfangen zu lassen, desto besser wird auch Ihr körperliches Abwehrsystem funktionieren. Sie unterstützen Ihr Immunsystem, indem Sie Ihre Körperflüssigkeiten, also Lymphe, Blut und Körpersäfte, im Fluss halten. Das gelingt Ihnen, wenn Sie sich jeden Tag einmal so richtig schwungvoll bewegen. Radfahren, zügig Spazieren gehen oder Schwimmen halten Ihren Kreislauf in Schwung. Unser Körper kann uns vor Eindringendem schützen. Bewegung kann uns unsere körperlichen Begrenzungen bewusst machen, über die wir auch auf unsere Neins im Inneren aufmerksam werden. Außerdem sollten Sie möglichst viel barfuß gehen und Ihre Füße regelmäßig massieren. Das regt die Funktion aller Organe an und hält Sie gesund.

Heilungsweg: Die eigene Dynamik leben (Sonne Konjunktion Merkur)

Sie sind kontaktfreudig, humorvoll und lebhaft. Sie legen Wert darauf, sich unkompliziert und locker zu verhalten. Im Kern sind Sie ein rastloser Mensch, dem Geduld mit sich selbst schwer fällt. Das merken Sie vor allem daran, dass Sie die Langsamkeit anderer Mitmenschen kaum aushalten können.

Vermutlich haben Sie als Kind schon früh gelernt, Ihre Gefühlswallungen und kleineren Zornesausbrüche im Zaume zu halten. Sie erlernten eine rationale Art: Sie können zwar Ihre Nöte aussprechen, doch die dahintersteckende Vehemenz Ihrer Worte nicht mehr nachempfinden. Atmung und Gefühlsfluss stehen in einem engen Kontakt zueinander. Wahrscheinlich werden Sie in Zeiten, in denen Sie besonders bemüht sind, Ihre Emotionen zurückzuhalten, feststellen, dass Sie ganz flach in die Brust hineinatmen und tiefe Bauchatmung Ihnen eher schwer fällt. Selbstbeobachtung ist ein Weg, die Verspannungen und Knoten auch körperlich zu registrieren, um sie wieder zu lösen. Versuchen Sie einfach, mehrmals am Tag bewusst und tief in den Bauch hineinzuatmen, so, dass sich Ihre Bauchdecke merklich hebt und senkt. Denken Sie sich dabei, dass Ihre Wirbelsäule eine hohle Röhre ist, durch die der Atem durch den Mund bis tief in den Bauch hineinströmen kann. Hierbei bemerken Sie vermutlich eine enge Stelle in Höhe des Kehlkopfes. Dieser so genannte Kloß im Hals soll verhindern, dass Gefühle unkontrolliert ans Tageslicht kommen. Sicherlich haben Sie schon beobachtet, dass Sie manchmal besonders hektisch und fahrig reagieren. Sie benehmen sich rastlos, wenn Sie psychisch angespannt sind. In diesen Fällen beruhigt eine tiefe Bauchatmung, weil Ihre vitalen Kräfte dadurch in der Körpermitte zentriert werden. Aus diesem Kraftzentrum können unsere Energien wieder gezielt eingesetzt werden. Sportarten, die eine tiefe Bauchatmung fördern, wie etwa Jogging oder Joga, sind hierbei sehr hilfreich.

Herzrhythmusstörungen, vor allem Extrasystolen, bei denen einem für Sekunden das Herz bis zum Halse klopft, mögen als Hinweis gelten, dass Sie sich von Ihrem ganz persönlichen Lebensrhythmus immer wieder abbringen lassen. Wahrscheinlich lassen Sie sich von beleseneren oder scheinbar erfahreneren Leuten zu Entscheidungen hinleiten, die jene für praktikabler oder vernünftiger halten. So handeln Sie des Öfteren gegen Ihr inneres Wissen, das Ihnen einen ganz speziellen Lebensweg vorzeichnen würde.

Den allerdings werden Sie wohl kaum mit logischen Argumenten vertreten können. Ihre innere Unzufriedenheit wirft jedoch immer wieder Zweifel auf, ob der so vernunftorientierte Weg auch der Richtige ist. Sie fühlen sich irgendwie verunsichert oder desorientiert. Das kann durch Schwindelgefühle, die durch Kreislaufstörungen bedingt sind, veranschaulicht werden. Möglicherweise fangen Sie viele Dinge mit innerer Ziellosigkeit an und führen nur wenige zu Ende. Ihr Lebenskonzept führt Sie hingegen an viele Lebensschauplätze, die für Ihre persönliche Entfaltung wesentliche Erfahrungsbeiträge liefern und in einem höheren Zusammenhang stehen. Haben Sie deshalb Mut, der inneren Stimme zu folgen, die sich bei Ihnen durch Neugierde und Wissensdurst bemerkbar macht. So fühlen Sie sich inspiriert! Das ist Lebensfreude, die Sie gesund hält!

Vermutlich merken Sie oft gar nicht, wie oft Sie sich von äußeren Faktoren leiten lassen - von Faktoren, die Ihre innere Stimme schnell überstimmen. Wenn Sie immer bewusster Ihren Alltag reflektieren, wenn Sie regelmäßig Tagebuch führen, werden Sie Mechanismen aufdecken, die Unzufriedenheit, Nervosität und Konzentrationsschwäche verursachen. Indem Sie den Tag Revue passieren lassen, werden Sie auch herausfinden, welche übernommenen Grundsätze zwar Ihr Leben bestimmen, Ihre Lebensfreude jedoch stark dämpfen. Nur im Innehalten kommt eine Stille auf, die die Dinge in all dem Alltagsgeraune wieder klärt. Nehmen Sie sich mehrmals am Tage 10 Minuten vor, in denen Sie sich sammeln. Entweder trinken Sie währenddessen eine Tasse Tee, ohne dabei zu lesen, zu telefonieren oder zu reden. Wenn es Ihnen dann auch noch gelingt, alle Muskeln zu entspannen und ein wenig Bauchatmung zu üben, werden Sie von einer inneren Klarheit erfüllt, die das beste Mittel gegen Stress ist. So finden Sie wieder zu Ihrer Dynamik - eine Dynamik, die Sie zwar aktiv, aber nicht hektisch sein lässt.

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen verhelfen Ihnen, stärker auf Ihre innere Stimme zu hören. Die Bachblüte "Cerato" unterstützt den Wunsch nach Individualität und verhindert, dass Sie sich sympathiebezogen nach anderen Meinungen richten. Die Bachblüte "Chestnut Bud" unterstützt unsere geistige Reifung, indem sie die Aufmerksamkeit - nicht nur für sachbezogenes Wissen - schärft. Sie hilft, unser Bewusstsein in der Weise zu erweitern, dass wir fähig werden, unsere Umwelt mehrschichtiger in uns aufzunehmen.

Heilungsweg: Die wahren Feindbilder erkennen (Sonne Quadrat Mars)

Sie fühlen sich herausgefordert, sich - vor allem Männern gegenüber - zu beweisen. Rivalitätskämpfe sind Ihr tägliches Brot - und machen ebenso ungemein Spaß. Sie haben sich vorgenommen, sich nichts mehr gefallen zu lassen. Genau aus dem Grunde fühlen Sie sich besonders verletzt, wenn Ihnen einer einmal zuvorgekommen ist und Ihnen eins ausgewischt hat. Humor könnte in so manchen Fällen Stress und Ärgernisse in einem anderen Licht erscheinen lassen. Sie sind aufgrund Ihrer Kämpfernatur auf Angriff eingestellt. Sie hoffen damit, so manchen Widersachern zuvorzukommen. Dadurch stehen Sie jedoch fortwährend unter Strom - was Sie wohl kaum zur Ruhe kommen lässt.

Vermutlich haben Sie Ihren Vater als aufbrausend und unerbittlich erlebt, vor allem dann, wenn er seinen eigenen Willen kundtat und für Ihre kindlichen Belange nur wenig Verständnis aufbrachte. Als junger Mensch haben Sie von ihm gelernt, dass man sich stets unerschrocken zeigen soll. Er hat Ihnen wohl vermittelt, dass Gefühle einen Menschen schwach und angreifbar machen. Deshalb haben Sie sich schon frühzeitig in den Kampf des Lebens gestürzt - und dabei vielleicht so manche Liebe oder Sympathie aufs Spiel gesetzt. Frühzeitige Glatzenbildung mag vor allem bei Männern ein Hinweis darauf sein, dass man sich mit "wichtigen" Aufgaben überlastet, um sich - im Endeffekt immer noch dem Vater gegenüber - als jemand zu beweisen, der es im Leben zu etwas gebracht hat. Sie befinden sich aber in einem Dauerstress, wenn Ihr Selbstvertrauen untergraben ist. Dann glauben Sie, das, was Ihnen zusteht, wohl nur mit einem selbst inszenierten Kahlschlag erreichen zu können. Psychische Anspannungen agieren Sie möglicherweise auch in einer Art Arbeitssucht aus. Gallenblasenreizungen und Magenschleimhautentzündungen können ein Ausdruck dafür sein, dass Sie sich in einen Kompetenzkampf verwickelt haben, dem Sie sich psychisch allerdings nicht gewachsen fühlen. Unter Stress steigt Ihr Adrenalin Spiegel - das kann Ihnen auch ruhelose Nächte bereiten. Regelmäßige sportliche Betätigung kann Ihnen zu einem zumindest momentanen Spannungsabbau beitragen. Ihnen tut es bestimmt gut, sich öfters mal auszupowern - dadurch senkt sich Ihr Adrenalin Spiegel im Körper. Stress durch

Autoritätskämpfe kann mittels Boxen auf einen Sandsack oder durch Aerobic-Dance abreagiert werden. Danach fühlt man sich sowohl ausgeglichen als auch körperlich gestärkt. Die Ursachen der übermäßigen Leistungsanspannung können damit allerdings nicht behoben werden!

Solange Sie sich noch nicht darüber im Klaren sind, welches Ihre Herzensziele im Leben sein sollen, geht es Ihnen vor allem um Selbstbestätigung. Für Anerkennung brechen Sie so manches übers Knie. Ihr Wille bedeutet Ihnen sehr viel. Nachgeben ist für Sie manchmal wie das Eingeständnis einer Niederlage. So gehen Sie lieber mit dem Kopf durch die Wand. In solchen Fällen werden Sie unsensibel gegenüber sich selbst und sind verletzungsgefährdet. So stoßen Sie sich leicht an vermeintlichen Hindernissen, die Sie in Ihrer Hast übersehen haben. In der Regel haben Sie aber das Glück, mit Hautschürfungen und harmloseren Schnittwunden davonzukommen. Akute fiebrige Erkrankungen könnten dann auftreten, wenn Ihre verborgene Angst zu versagen, aktiviert ist. Von ärztlicher Seite sollte die Möglichkeit, dass sich eine bakterielle Infektion auf den Herzmuskel übertragen könnte, gegebenenfalls geklärt werden.

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

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

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

Heilungsweg: Im Leben eine Mission finden (Sonne Sextil Jupiter)

Sie sind dem Leben gegenüber optimistisch eingestellt, denn Sie glauben, dass sich das Gute stets durchsetzen wird. Als sozial eingestellter Mensch sind Sie ein Vertreter der Menschenrechte. Im Glauben, dass jeder Mensch ein Anrecht auf einen rechtmäßigen Platz in der Welt hat, an dem es ihm gut geht, setzen Sie sich für andere ein. Sie verhalten sich großzügig und möchten die Fülle des Lebens und die Hoffnung auf eine bessere Welt mit anderen teilen.

Manchmal werden Sie jedoch in Ihrem grenzenlosen Vertrauen auf das Glück überschwänglich. Dann leben Sie über Ihre Verhältnisse, weil Sie zu viel essen oder vielleicht auch zu viel Alkohol zu sich nehmen. Falls Sie hier das rechte Maß verloren haben, mag Ihnen Ihr Arzt aufgrund Ihrer überhöhten Leber- oder Blutfettwerte einen "schlechten Lebenswandel" bescheinigen. Die Leber hat u. a. die Aufgabe, die aufgenommenen Stoffe im Körper zu beurteilen - was hier im übertragenen Sinne gemeint ist: In der Leber werden nämlich Schadstoffe wasserlöslich gemacht, damit sie über die Niere ausgeschieden werden können. Wenn der Mensch die Beziehung zu dem verloren hat, was ihm gut tut, lebt er auf zu großem

Fuße, was ihm auf die Dauer schadet. Eine kranke Leber entsteht dann, wenn der Mensch zu viel von etwas in sich aufnimmt und sein Körper das in solchen Mengen eindeutig nicht verträgt. So einem Verhalten liegen meist Maßlosigkeit, überzogene Wünsche und weit hergeholte Ideale zu Grunde. Die Entgiftungsfunktion der Leber reicht dann nicht mehr aus, das Zuviel auszugleichen. Solchen Fehleinschätzungen und Übertreibungen folgt in der Regel eine tiefe Enttäuschung über das Leben. Daher sind Lebererkrankungen nicht selten ein körperlicher Ausdruck für Depressivität und Desillusion - sie zeigen, dass Erwartungen und Realität nicht mehr zusammenpassen. Sie helfen sich selbst, wenn Sie entweder Ihre Ansprüche überdenken oder ausdrücklicher verfolgen.

Sie sind gutmütig und haben ein weites Herz. Das ist Ihr Potenzial und das sollten Sie auch für Menschen und Projekte, die Ihnen ans Herz gewachsen sind, einsetzen. Herzbeschwerden können ein Hinweis darauf sein, dass Sie Ihre Herzensdinge entweder noch nicht gefunden oder vielleicht auch wieder verloren haben. Bei diesem Aspekt kann der eigentliche Sinn Ihrer persönlichen Ziele nicht in einer egoistischen und narzisstischen Bereicherung liegen. Nur, wenn Sie erkennen, dass Ihr Herz nach höheren Werten, nach einem Ideal strebt, mit dem Sie Ihre Menschenliebe ausdrücken, können Sie das, was Ihnen am Herzen liegt, auch nicht mehr verlieren. Sie neigen in Ihrer Überschwänglichkeit dazu, viel Energie zu verschleudern, die an anderer Stelle nicht mehr zurückkommt. Herzensfreude ist der Lohn Ihres Energieeinsatzes und bestätigt Sie darin, sich auf den richtigen Weg zur Selbstverwirklichung aufgemacht zu haben. Wenn Sie sich in einer Lebensphase befinden, in der Ihre Kräfte blockiert sind und Sie sich wie gelähmt fühlen, können Stauungsbeschwerden oder Krampfadern jenen Zustand verkörpern. Erweiterte Venen führen dann das Blut nicht ausreichend zum Herzen zurück: Es wird gestaut und belastet Herz- und Kreislauf. Ihr Arzt wird Ihnen empfehlen, mit Bewegung Ihren Blutkreislauf in Schwung zu bringen. Psychisch erhalten Sie wieder Schwung, wenn Sie sich einer Herzensaufgabe widmen, von deren gutem Zweck Sie überzeugt sind.

Sie finden wieder zu Ihrer Kraft, wenn Sie nicht von Normen, sondern von Ihren Idealen zu Ihren Zielen getrieben werden. Wahre Selbsteinschätzung ist die Basis für Ihr Lebensglück. Dazu gehört, dass Sie all Ihre Schwächen und niederen Beweggründe zu Ihrem Menschsein addieren. Trotz Ihrer Vorbildfunktion sollten Sie sich immer wieder als Mensch zu erkennen geben, der wie alle anderen mit Problemen behaftet ist. Sie heilen sich selbst, wenn Sie bereit werden, anderen in ihrer Hilflosigkeit tätig zur Seite zu stehen. Das können Sie auch als ehrenamtlicher Helfer oder durch die Unterstützung einer Hilfsorganisation angehen.

Falls Sie phasenweise nicht mehr wissen, was Ihnen überhaupt sinnvoll erscheint, werden Bachblütenessenzen Sie in Ihrer Entwicklung unterstützen können. Über einige Wochen hinweg eingenommen kann beispielsweise die Schwingung der Blütenessenz "Wild Oat" dazu verhelfen, Sinn- und Lebenskrisen so zu nutzen, dass Sie Klarheit für Ihren Weg und Ihre Selbstverwirklichung bekommen. Die Blütenessenz "Walnut" bereitet uns innerlich auf ein neues Lebenskonzept vor. Das beinhaltet im Allgemeinen, dass wir uns von nicht mehr zu uns passenden Lebensgewohnheiten befreien. Ihre Selbstheilungskräfte fließen dann aus der Zuversicht, dass sich alles zum Besten entwickeln wird.

Heilungsweg: Fantasien wahr werden lassen (Sonne Trigon Neptun)

Sie haben eine bilderreiche Fantasie, die Ihnen hilft, Ideen kreativ in die Tat umzusetzen. Sie lassen sich von den Sorgen und Nöten Ihrer Mitmenschen berühren, finden aber im Rückzug und im kreativen Prozess die Möglichkeit, sich von negativen Einflüssen wieder zu erholen. Sie sehnen sich aber auch danach, in einem sozialen Netz aufgefangen zu werden. Ihre Sehnsucht treibt Sie an, sich um das Schicksal Ihrer Mitmenschen zu kümmern. Durch Ihr Mitgefühl kann es Ihnen passieren, dass Sie zu selten Grenzen ziehen und es versäumen, "Nein" zu sagen. Weil Sie selbst nicht gerne alleine sind, muten Sie dies auch anderen nicht gerne zu. So stellen Sie sich manchmal als Zeitvertreib für andere zur Verfügung und vernachlässigen dabei Ihre persönliche Entfaltung. So gesehen missachten Sie Ihre Bedürfnisse nach Rückzug - ein Rückzug, der Ihnen ermöglichen würde, sich abgeschieden von der Außenwelt regenerieren zu können. Folglich fehlen Ihnen die Pausen, um Eindrücke zu verarbeiten.

Manche Menschen suchen im Alkohol und in anderen Drogen oder Schlafmitteln Entspannung. Auch durch Schmerzmittel werden Symptome weggewischt, die uns eigentlich daran erinnern sollen, dass es nun an der Zeit wäre, wieder mehr an sich selbst zu denken. Sollten Sie Alkohol oder andere bewusstseinsverändernde Mittel zu sich nehmen, um sich besser zu fühlen, sind Sie suchtfährdet! Suchen Sie in so einem Falle Trost und Rat in einer Selbsthilfegruppe.

Unbewusst verschaffen Sie sich die nötige Ruhe vor unliebsamen Alltagsaufgaben, indem Sie sich kraftlos, müde und abgespannt fühlen. Möglicherweise treten Kreislaufstörungen auf, die mit Schwindelgefühl einhergehen. Wenn Sie an einer chronischen Nasennebenhöhlenentzündung leiden, dann ähnelt das dem Bild einer Schnecke, die sich mittels Schleimverdickung vor Stress und unangenehmen Umwelteinflüssen verschließt. In diesem Fall sollten Sie sich unbedingt mehr Zeit für eine Erholungspause nehmen, in der Sie einem Hobby nachgehen, das Ihnen Zufriedenheit schenkt.

Es ist anzunehmen, dass Sie besonders krankheitsanfällig sind, wenn andere allzu leicht über Sie verfügen können. Durch Kranksein können Sie dann endlich zum Ausdruck bringen, dass Sie nicht verfügbar sind. Vermutlich brauchen Sie hin und wieder Rückzugsmöglichkeiten, um zu spüren, was nur Sie selbst wollen. Im Alleinsein regenerieren Sie sich, weil Sie tun und lassen können, was Ihnen selbst gerade so in den Sinn kommt. Sie nehmen bestimmt wahr, wie Ihre Lebenskräfte wieder zurückströmen, wenn Sie sich Ihren Gedanken oder Tagträumen einfach so hingeben. Um dabei aber nicht in Lethargie zu verfallen, sollten Sie Ihrer Fantasie auch noch eine aktive Ausdrucksmöglichkeit geben, wie z.B.: Malen, Tanzen, Musizieren oder auch durch das Schreiben von Geschichten oder Gedichten. Nach einem schweren Arbeitstag ist es bestimmt nicht leicht, sich noch einmal zu einer kreativen Tätigkeit aufzuraffen. Vielleicht macht es Ihnen dann mehr Spaß, sich im Rahmen einer Veranstaltung der Volkshochschule etwa zum kreativen Tanz oder zum pantomimischen Theater bewegen zu lassen.

Vermutlich spüren Sie in sich einen Drang, sich mit Ihrem Höheren Selbst zu verbinden. Das geschieht in Gebeten und auch in Meditationen. Wichtig bleibt aber, dass Sie sich vor jeder Reise in eine Welt, die neben der bewussten Wirklichkeit liegt, in der hiesigen Welt verankern sollten. Damit garantieren Sie sich die Rückkehr aus anderen Zuständen. Wenn das nicht geschieht, begeben Sie sich in die Gefahr, an der beengenden Wirklichkeit, in die Sie zwangsläufig zurückkehren müssen, zu zerbrechen. So eine Erdung

kann durch kräftiges Massieren der Fußsohlen geschehen. Ebenso verbinden Sie sich mit Ihrem Persönlichkeitszentrum - Ihrem Selbst - wenn Sie die Atemübung durchführen, die bei Ihrem Sonnenzeichen beschrieben wurde.

Bachblütenessenzen können einen psychischen Entwicklungsprozess unterstützen. Wenn Sie sich nach mehr Lebensfreude sehnen, sich aber verschlossen und introvertiert fühlen, kann die Blütenessenz "Clematis" dazu verhelfen, Illusion und Wirklichkeit einander etwas näher zu bringen. Nach einer kräftezehrenden Krankheit oder wenn Sie sich antriebslos und apathisch fühlen, kann die Blütenessenz "Wild Rose" Ihren Widerstand gegen Resignation und Abgestumpftsein stärken. Die Blütenessenz "Centauray" kann eingesetzt werden, wenn es Ihnen schwer fällt, "Nein" zu sagen - und Sie dadurch immer mehr auf Ihre kreative Selbstentfaltung verzichten.

Bedürfnis und Vergeistigung (Mond Sextil Uranus)

Zeitweise tut es Ihnen besonders gut, mit ein paar interessierten Freunden ungebunden in Urlaub zu fahren. Ein Wochenende außerhalb Familie oder Partnerschaft, an dem Sie Ihren Interessen nachgehen, verschafft Ihnen optimale Erholung. Sie haben spontane Einfälle, die Sie auch verwirklichen sollten - selbst wenn Sie zunächst einmal etwas verrückt klingen. Um sich wieder Ihren geliebten Mitmenschen widmen zu können, brauchen Sie zwischendurch die Möglichkeit, tun und lassen zu können, was Sie wollen. In Zeiten, in denen Sie sich beziehungsmäßig sehr vereinnahmt fühlen, schaffen Sie sich durch übersteigerte Aktivität einen Freiraum. In solchen Phasen drehen Sie sich wie ein Wirbelwind, um ja nicht greifbar zu sein. Je bedrohlicher Ihnen die Vereinnahmung erscheint, desto dynamischer werden Sie. Das Ganze kann sich überdrehen und mit einem plötzlichen Zusammenbruch zum Stoppen kommen. Dann finden Sie Ruhe im Krankbett! Um das zu vermeiden, sollten Sie alle 2 Stunden eine kleine Pause von 5 Minuten einlegen, in denen Sie ruhig durchatmen und kurz einmal nachspüren, wie angespannt Sie sind. Durch regelmäßiges Innehalten werden Sie ruhiger werden und so manche Aktion in einem langsameren Tempo fortfahren.

Aufgrund Ihrer inneren Angespanntheit ist es nicht verwunderlich, wenn Sie einen sehr empfindlichen Magen haben, der des Öfteren übersäuert ist. So vertragen Sie Stoffe schlecht, die die Magenschleimhäute reizen - wie etwa Kaffee oder Nikotin. Vermutlich leiden Sie in regelmäßigen Abständen an einem verdorbenen Magen. Das tritt z.B. dann auf, wenn Sie sich gerade besonders vereinnahmt oder bedrängt fühlen. Nichts macht Sie nervöser als das Gefühl, für jemanden verfügbar zu sein. Schon als Kind haben Sie wohl erfahren, dass die Nähe und Zuneigung anderer um den Preis Ihrer Selbstständigkeit geschieht. Diesen Eindruck tragen Sie auch heute noch mit sich herum. Deshalb achten Sie mit äußerster Sensibilität auf Ihre Unabhängigkeit. Und das entfremdet Sie zeitweilig auch wieder Ihren lieb gewonnenen Gewohnheiten und Partnerschaften. Wenn Sie sich durch ein "Ich muss" fremdbestimmt fühlen, neigen Sie auf körperlicher Ebene zu Abwehrreaktionen. Die machen sich beispielsweise als harmlose Hautausschläge bemerkbar - Hautausschläge, die dann wieder verschwinden, wenn Sie sich von Ihrem psychischen Stress erlöst haben. In vermeintlich unveränderbaren Situationen, in denen Sie sich von anderen bevormundet oder verpflichtet fühlen, können Herzrhythmusstörungen Ihre innere Beengtheit anzeigen. Sie streben zwischendurch nun mal einen eigenen Rhythmus an - denn sie setzen das mit Unabhängigkeit in Verbindung und drücken diese damit auch aus.

Sie brauchen im Alltag Ihre persönlichen Freiräume, die Sie sich garantieren sollten. Vielleicht möchten Sie erst einmal in Ruhe gelassen werden, um sich von Arbeit auf Partnerschaft oder Familie umstellen zu können. Ein Spaziergang an der frischen Luft mag ebenfalls eine befreiende Wirkung haben. Nach Phasen der Extrovertiertheit brauchen Sie eine Rückzugsmöglichkeit, um sich wieder zu sammeln. Daher sollten Sie in Ihrem Zusammenleben bestimmte Gepflogenheiten einführen, die Ihnen die Möglichkeit zur Entspannung verschaffen. Erholung finden Sie wohl weniger bei einem Mittagsschläfchen als vielmehr durch eine interessante Ablenkung. So brauchen Sie Zeit, in der Sie sich sicher sein können, nicht von anderen mit deren Belangen überfallen zu werden.

Die Schwingungen gewisser Bachblütenessenzen können Ihnen dabei behilflich sein, Ihr individuelles Nähe-Distanz-Verhältnis zu Ihren Mitmenschen aufzubauen. Die Bachblüte "Water Violet" hilft Ihnen z.B., sich den nötigen Rückzug zu gestatten, bei dem Sie die Eindrücke verarbeiten können, um dann wieder für den Kontakt mit anderen bereit zu sein. Die Bachblüte "Cherry Plum" hilft Gefühle und Bedürfnisse zu äußern, wenn eine innere Anspannung zu explodieren droht - eine Anspannung, die dadurch entstanden ist, dass aufgrund von Vernunft oder Angst Emotionen zurückgehalten wurden.

Bewahrungswille und Veränderungswunsch (Saturn Sextil Uranus)

Sie haben die Fähigkeit, neue Trends in Ihr bisheriges Leben und in Ihre traditionellen Werte harmonisch zu integrieren. Vermutlich treten Sie oft als Vermittler zwischen Generationen oder zwischen alten Zöpfen und modernen Einstellungen auf. Diese Fähigkeit entstammt Ihrem feinen Gespür, notwendige Veränderungen zu erkennen und bewährte Traditionen nicht überstürzt aus den Angeln zu heben. Manchmal werden Sie sich trotz diplomatischen Geschicks in einer Zwickmühle aufhalten, in der Ihnen von außen ein Entweder-oder aufgehalst wird. Dann fühlen Sie sich gelähmt, zu klarer Entscheidung unfähig und können sich kaum mit Ihrem inneren Gefühl abstimmen. Wenn sich die innere Bedrängnis noch steigert, löst in Ihnen so ein Konflikt starke Unruhe aus. Der versuchen Sie entweder mit Verzögerungstaktiken und betont ruhigem Handeln beizukommen - oder Sie finden in einer bei Ihnen nicht gewohnten cholерischen Eruption ein Ventil. Wenn Ihnen das Problem unlösbar scheint, kann sich Ihr psychischer Stress auf den Körper ausweiten. Periodisch auftretende, juckende Hautausschläge, aber auch Knochenhaut- und Gelenkentzündungen, ebenso plötzlich eintretende Wirbelsäulenschädigungen oder Hexenschuss sind dann mögliche Ausdrucksformen des unterbewussten Wunschs, endlich den Konflikt zu bereinigen.

Dieser unlösbare Kampf ist manchmal aber die Verinnerlichung eines schon lange bestehenden Generationenkonfliktes in Ihrer Familie. Dem müssen nun auch Sie sich stellen, denn Ihre persönliche Lösung trägt dazu bei, dass nicht nur im familiären Kreis, sondern im Denken Ihrer Zeit eine Veränderung eintritt. Wenn eingefahrene Gewohnheiten Neues und Befreiendes verhindern, fühlen Sie sich allerdings einer Zerreißprobe ausgesetzt. Solange Sie zwischen alten Werten und neuen Möglichkeiten noch keine Verbindung geschaffen haben, können Sie sogar unsensibel gegen sich selbst werden. Dann sabotieren Sie Ihren Drang zur Veränderung durch Zerrungen, Überstreckungen oder gar durch Knochenbrüche. Ein gutartiges Überbein kann zeigen, dass Sie sich an etwas festhalten, das schon längst in Ihnen weitergewachsen ist. Solche körperlichen Erscheinungen könnten Sie zum Anlass nehmen, alte Verhaltensmuster neu zu überdenken. Wenn Sie hektisch sind oder wenn Ihnen unter den Händen so manches zu Bruch geht, sollten Sie sich erst mal ruhig hinsetzen: Atmen Sie tief durch und überlegen Sie, was trotz aller Hektik wohl der wichtigste und nächste Schritt ist. Auf den sollten Sie dann all Ihre Aktivitäten konzentrieren.

Sie werden feststellen, dass alte Heil- und Hausmittel, die in der modernen westlichen Medizin wieder zur Anwendung kommen - wie z.B. Homöopathie oder Akupunktur - bei Ihnen guten Heilerfolg erzielen. Altes Heilwissen, modern angewandt, spricht Sie an. Ihre innere Stimme macht Sie geistig wach, wenn es darum geht, fachmännischen Rat oder alternative Heilmethoden zu entdecken, die zu Ihrer körperlich-spirituellen Konstitution passen. Mit Ihrer Intuition werden Sie sich bestimmt nicht als Versuchskaninchen den neuesten Heilpraktiken ausliefern, denn Ihr Gefühl sagt Ihnen, dass das nicht erfolgsversprechend wäre.

Sie haben die Kraft und Fähigkeit, Ihren Mitmenschen mit unkonventionellen Einfällen, Fantasie und Erfindergeist Anstöße für grundlegende Veränderungen zu geben. Ihre Ideen enthalten kreative, praktische oder unkomplizierte Vorschläge Probleme zu lösen. Sie heilen sich selbst, wenn Sie neue Wege finden, die das Alte zwar verändern, jedoch nicht zerstören. Sie fühlen sich bestimmt viel wohler in der Rolle des Reformators als in der Rolle des Rebells. So verändern Sie langsam aber stetig Missstände in Ihren Lebensumfeld.

Die Schwingungen von Bachblüten können Entwicklungskonflikte positiv ausgleichen. Die Bachblüte "Vervain" hilft, die Einstellungen anderer zwar zu respektieren, sich dabei aber nicht von Ihnen überströmen zu lassen. Mit "Vervain" kann man die eigene Wahrheit finden, da man sich von fremden Idealen und Werturteilen lösen kann. Die Bachblütenessenz "Rock Water" befreit von dogmatischer Selbstdisziplin und öffnet uns mehr für die eigenen Gefühle. Damit wirkt sie Verkrampfungen und Verhärtungen entgegen. Mit der Bachblüte "Wild Oat" werden wir für die Zeichen der Zeit, für unsere Träume und Empfindungen wieder sensibilisiert. Dadurch erkennen wir, was für uns selbst richtig ist.

Liebe und persönliche Freiheiten (Venus Quadrat Uranus)

Durch Beziehungspartner werden Sie immer wieder angehalten, Ihr Leben von Grund auf zu verändern. Zuneigung und Liebe hat daher für Sie den negativen Beigeschmack, entwurzelt zu werden. Weil Sie spüren, wie sehr Sie dem Reiz des Neuen und erotischen Abenteuern ausgeliefert sind, versuchen Sie in einem Nähe-Distanz-Spiel, sich vor neuen Aufregungen zu bewahren. Ihre Nerven sind bis aufs Äußerste angespannt, weil Sie sehr darauf aufpassen, einen Menschen nicht zu nahe an sich herankommen zu lassen. Andererseits soll er Ihnen aber auch nicht entgleiten. Irgendwie versuchen Sie Ihre innere Verunsicherung der Liebe gegenüber mit der Notwendigkeit Ihrer Freiräume zu rechtfertigen.

Sobald jedoch Ihr Partner auf Ihre Freiheitsforderungen eingeht und für sich die gleichen Rechte in Anspruch nimmt, geraten Sie aus dem Gleichgewicht. Das zeigt Ihnen Ihr Körper mit einer Störung seines physiologischen Gleichgewichtes an. Bei Frauen führen hormonelle Dysregulationen zu Zyklusstörungen. So eine Hormonstörung hat nicht selten den Hintergrund, dass sie sich allzu sehr Ihrem Beziehungspartner verspricht, obwohl sie manchmal auch sexuell von ihm unabhängig sein möchte. Sie geht aber ihren eigenen Impulsen nicht nach, weil sie befürchtet, von ihrem Partner zukünftig ignoriert zu werden. Nieren- und Blasenentzündungen treten auf, wenn man sich in seinem individuellen Rhythmus von einem anderen Menschen blockiert oder zu stark eingenommen fühlt.

Ihr Anspruch auf persönlichen Freiraum kollidiert immer wieder mit Ihrem Wunsch nach Nähe und Beziehung. Wenn Sie sich zum Anpassen zwingen und auf Eigenes verzichten, machen sich Beziehungskrisen breit. Ohne Vorwarnung neigen Sie dann zu cholерischen Wutausbrüchen, aber auch zu allergischen Reaktionen oder Hautrötungen und Nervosität. Ausbruchversuche sind entweder eine Dienstreise oder eine Erkrankung, durch die Ihnen Sonderrechte in der Beziehung eingeräumt werden müssen. Ebenso könnte ein plötzlich auftretender rötender Ausschlag zum Absagen einer lästigen Verabredung führen. Besser wäre es, wenn Sie ohne Vorwand Ihren Hobbys und Kontakten nachgehen könnten - und Sie selbst bleiben könnten, trotz Beziehung. Als Übung hierfür können Sie einen Zentrierungstanz tanzen: Breiten Sie Ihre Arme aus und beginnen Sie, sich langsam um Ihre eigene Achse zu drehen. Je sicherer Sie sich fühlen, desto schneller dürfen Sie kreiseln und den Raum im Wirbelsturm erobern. Allerdings sollten Sie mit den Augen einen Punkt an der Wand fixieren, zu dem Sie nach jeder Drehung wieder zurückfinden. Das hält Sie im Gleichgewicht.

Phasenweise würden Sie sich am liebsten aus allem Bestehenden und Beständigen befreien. Gefahrloser können Sie sich Abwechslung verschaffen, wenn Sie beispielsweise mit Freunden einen Maskenball inszenieren. Jeder darf in die Rolle schlüpfen, in der er sich frei und ungebunden fühlt. Neben Spaß gewinnen Sie mit so einer Inszenierung auch den Mut, sich nicht um das Urteil anderer zu scheren.

Bachblütenessenzen unterstützen Ihre inneren Antriebe, eigene Lebenskonzepte zu realisieren. Die Bachblüte "Walnut" bekräftigt Sie in Ihrem Unabhängigkeitsstreben, sodass Sie sich von alten Beziehungsmustern lösen können. Die Bachblüte "Water Violet" öffnet Sie wieder für andere, wenn Sie sich in eine Isolation verkrochen haben, um nicht weiter beeinflusst zu werden.

Abwechslung und Neuwerdung (Uranus Quadrat Pluto)

Sie wollen beachtet werden! Nichts stachelt Sie so sehr zum Kampf auf wie die Ignoranz gewisser Leute. Mit Herausforderungen halten Sie jene Autoritäten in Schach, von denen Sie in Ihrem Selbstwertgefühl bedroht werden. Obwohl Sie sich nach außen hin aufgeplustert haben, fühlen Sie sich insgeheim unterlegen. Ihren Angstschweiß schwitzt Ihr Körper in Form von Herpesbläschen heraus. Alle Formen

von Herpes deuten an, dass Ängste in uns brodeln, die wir in unserem Beziehungsverhalten nicht zeigen dürfen, weil wir dann eine vernichtende Reaktion des Gegenübers befürchten. Je "cooler" Sie sich nach außen hin geben, desto deutlicher zeigt Ihnen Ihr Körper Ihre Angst, von anderen kaltgestellt zu werden. Entzündungen des Mastdarms oder des Afterschließmuskels, ebenso Schilddrüsenstörungen oder hormongesteuerte Störungen in den Sexualorganen deuten eine stetige Verkrampfung an, die verhindern soll, dass Sie zusammenbrechen. Möglicherweise dienen Krankheiten dazu, in der Position des Sonderlings mit Sonderrechten wieder mehr Aufmerksamkeit zu bekommen.

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

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

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

Lebenswandel und Sehnsucht (Jupiter Sextil Neptun)

Sie geben die Hoffnung auf Besserung so lange nicht auf, wie Sie hinter einem Problem einen Sinn erkennen können. Ihr Vertrauen, dass alles wieder gut werden wird, wirkt wie ein Wunderheilmittel. Positives Denken, wie es von Dale Carnegie in seinem Buch "Freu' dich des Lebens" vermittelt wird, baut Sie rundum wieder auf. Enttäuschungen aber kompensieren Sie mit einer Neigung zu Exzessen: im Essen, im Trinken und im Rauchen. Folgen sind Gewichtszunahme, Leberbeschwerden aufgrund zu hoher Fettwerte und der Zuführung gesundheitsschädigender Stoffe wie Alkohol oder Psychopharmaka. Übertriebener Zuckergenuss kann Verdauungsprobleme oder Blähungen verursachen. Im enttäuschten Zustand sind Sie ein guter Kostverwerter. Das sieht man an Fetteinlagerungen in Körperorganen oder an einer Neigung zur Zellulitis.

Mit Fastenkuren erzielen Sie kaum dauerhafte Erfolge, solange Sie sich unerfüllt und sinn-entleert fühlen. Ernährungsfehler, Gewichtsprobleme und Krankheiten bekommen Sie viel leichter in den Griff, wenn Sie sich nicht nur mit Ihrem Körper, sondern auch mit Ihren Lebenseinstellungen befassen. Besonders gut wirken bei Ihnen Heilmittel, die von einem guten Geist beseelt sind: etwa Bachblüten, homöopathische Mittel oder Hildegardmedizin. Die Auffassung von der Natur aus anthroposophischer Sicht kann Sie Ihrem Körper näher bringen. Einen Zugang dazu verschafft Ihnen Rudolf Steiner mit seinen Werken "Naturgrundlagen der Ernährung" oder "Vom Lebenslauf des Menschen".

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen erwecken in uns positive Einstellungen. Die Bachblüte "White Chestnut" befreit uns von zwanghaft negativen Gedanken, die auftauchen, wenn wir ein Problem seelisch noch nicht verarbeiten können. Die Bachblüte "Vervain" lässt uns wieder Zugeständnisse machen, wenn wir zu prophetisch oder rechthaberisch geworden sind.

Lebendigkeit durch Genährtwerden (Pluto im Krebs)

Ihre plutonische Kraft treibt Sie dazu an, sich immer wieder von Menschen zu verabschieden, die Sie womöglich viele Jahre lang treu begleitet haben. Sie ahnen nur allzu gut, dass Gewohnheiten zu Besitzrechten werden, von denen Sie sich vornehmlich befreien wollen. Sie fühlen sich zu einer Aufgabe berufen, in der Sie andere Menschen unterstützen können. Das hat natürlich zur Folge, dass Sie sich von denjenigen - manchmal sogar in dramatischer Weise - distanzieren müssen, die Sie an Ihrem Wunsch, in die Welt hinauszublicken, hindern.

Möglicherweise erschrecken Sie manchmal selbst vor Ihrem inneren Drang, alles Vertraute hinter sich zu lassen. Das kann nämlich auch eine Entscheidung für ein karges Leben mit spärlicher Gefühlsnahrung sein. Sie spüren aber nur allzu deutlich, wie es Sie aus dem Nest der Geborgenheit hinausweht. Da Sie sich fast mehr hinausgetrieben fühlen, als dass Sie den Eindruck hätten, voller Freude gegangen zu sein, sehnen Sie sich besonders nach einem Zuhause. Weil Sie nicht mehr allein sein möchten, glauben Sie, dort Liebe zu erhalten, wo Sie eine Zuflucht finden oder wo Ihre Fürsorge gebraucht wird.

Krankheiten können daher unvermeidbaren Lösungsprozessen vorausgehen, aber auch ein Mittel sein, den anderen - wenn auch unbewusst - an sich zu binden. Kranksein hat für Sie etwas mit Hilflosigkeit und Schwäche zu tun. In Ihren Beziehungen haben Sie sich entweder in die Rolle des Beschützens und Organisators oder in die Rolle des Zu-Beschützens begeben. Als Beschützer werden Sie wohl selten bettlägerig sein, dazu müssten Sie schon ernsthaft, etwa durch einen Knochenbruch, gezwungen werden. In dieser Rolle nehmen Sie Ihre kleinen Wehwehchen nicht ernst, denn Sie fühlen sich unabhkömmlich, solange andere von Ihnen betreut und versorgt werden müssen. Krankheitsanfällig werden Sie wohl

dann, wenn Ihre Schützlinge aus dem Haus gehen und Sie sich nutzlos fühlen. In der Rolle des Zu-Beschützenden kränkeln Sie wohl dann, wenn Sie insgeheim befürchten, dass geliebte Personen sich zu wenig um Sie kümmern. Sehr häufig schlägt man sich mit Magenleiden oder Augenkrankheiten herum, wenn Zuwendung in einer Partnerschaft zu kurz kommt. In beiden Rollen sehnen Sie sich eigentlich nach mehr Gefühlsnähe mit den Menschen, mit denen Sie zusammenleben. Die verhindern Sie aber oft selbst, weil Sie sich scheuen, Ihr Bedürfnis nach Schutz und Zärtlichkeit zu vermitteln.

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

Beweglichkeit und Wandelbarkeit (Merkur Opposition Pluto)

Sie legen Wert auf Wahrhaftigkeit. Mitmenschen gegenüber werden Sie misstrauisch, wenn Sie Widersprüchlichkeiten zwischen dem Gesagtem und dem Wahrgenommenen feststellen. Das erweckt Ihre Skepsis, die sich zum tiefem Misstrauen entwickeln kann. Dahinter verbirgt sich allerdings die Angst, nicht genügend beachtet zu werden. Neurodermitische Hautausschläge, häufig wiederkehrende Herpesbläschen und Pilzkrankungen an den Gliedmaßen oder der Darmflora verdeutlichen die Befürchtung, vergessen zu werden. Mit Sicherheit können Sie Ihr Leben in Phasen einteilen - wobei die eine oder andere Phase sogar mit einer Erkrankung eingeleitet wurde. Durch Krankheiten wurden umwälzende Prozesse vor allem in Ihren zwischenmenschlichen Beziehungen erwirkt. Erkrankungen der Bronchien, asthmatische Anfälle oder körperlich bedingte Beklemmungen zeigen an, dass Sie sich unfrei oder unterdrückt fühlen. Wenn Sie enttäuscht feststellen, in entscheidenden Dingen kein Mitspracherecht zu haben, treten womöglich Warzen auf. Ein Überbein ist der Auswuchs einer vergeblichen Kraftanstrengung, um von einer Autorität ernst genommen zu werden. Bei Kindern sind Entwicklungsschübe nicht selten von sprachlichen Einschränkungen begleitet: etwa von auffälligem Stottern oder von auftretenden Infektionen der Sprachorgane.

Das, was Sie tief bewegt, teilen Sie nur selten jemandem mit. Wenn Sie sich insgeheim verlassen fühlen, sind sie verspannt und verkrampft. Nach innen gekehrt fehlt Ihnen jedoch die Aufmerksamkeit für das äußere Geschehen. Das ist der Grund, warum Sie sich dann häufig verletzen. Mithilfe Ihrer Stimme können Sie Ihre Verkrampfung lösen. Schreien Sie lauthals - wenn nötig unter einer Autobahnbrücke. So eine stimmhafte Befreiung macht es Ihnen leichter, Ihre Gefühle anderen mitzuteilen. Deren Verständnisbereitschaft wird Sie trösten.

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen helfen bei der persönlichen Wahrheitssuche. Die Bachblüte "Chestnut Bud" richtet die Aufmerksamkeit auf Hintergründiges und hilft, wenn Sie sich immer wieder von denselben Problemen blockiert fühlen. Die Bachblüte "Heather" richtet Ihren Blick auf die persönlichen Vorzüge und befreit Sie aus Verwicklungen, in denen Sie sich mit anderen vergleichen.

körperliche Liebe und seelische Verbundenheit (Venus Opposition Pluto)

Sie sind sehr leidenschaftlich und brauchen viel Liebe und Zuwendung! Ihre Bedürftigkeit ist Ihnen jedoch nicht ganz geheuer - denn Zurückweisungen verletzen Sie sehr. Denen wollen Sie vorbeugen. Daher passen Sie sich an und geben sich umgänglicher, als es Ihnen lieb ist. Zystenbildungen oder Fibrome in der Niere, im Hals oder in den Geschlechts- bzw. Brustdrüsen versinnbildlichen zurückgehaltene Wünsche. Weil Sie sich der Zuneigung eines anderen nicht sicher sind, sind Sie misstrauisch und eifersüchtig. Hingabe wird dann schwierig und Ihre Liebeswallungen halten Sie hinter einer Fassade aus Kühle zurück. Ihr Körper reagiert auf einen Gefühlsstau mit Gefäßverengungen und Durchflussbehinderungen in den Organen. Medizinische Maßnahmen sollen den Durchfluss wiederherstellen. Der ist aber von unseren Gefühlen nicht zu trennen.

Sie überschreiten Ihre psychischen Leistungsgrenzen, sobald Sie befürchten, dass sich ein geliebter Mensch von Ihnen entfernt. Das laugt Sie aus - und Sie fühlen sich abgeschlafft oder depressiv. Möglicherweise greifen Sie dann zu einem Aufputzmittel. Übermäßiger Genuss an Alkohol, Nikotin und auch an Zucker sollen Traurigkeit, Liebesschmerz und Verzweiflung abfangen. Doch solche Muntermacher - wozu auch Schokolade zählt - regen zwar an, stellen aber keine Zufriedenheit her.

In Ihnen liegt ein riesengroßes Potenzial zur Liebesfähigkeit. Mit einer einfachen Übung finden Sie einen Zugang zu Ihrer Liebeskraft. Stellen Sie sich vor, dass Ihr Herz von Blütenblättern umschlossen ist. Öffnen Sie in Ihrer Vorstellung ganz langsam ein Blütenblatt und der Strahl eines feinen zartrosafarbenen Lichtes strömt heraus. Öffnen Sie das nächste Blütenblatt, sofern Sie noch weiter in sich hineinschauen wollen. Nehmen Sie vor allem den austretenden Lichtstrahl wahr, der mit der Zahl der geöffneten Blütenblätter immer leuchtender von Ihrem Herzen ausstrahlt. Diese Übung versöhnt Sie so liebevoll mit sich selbst, dass Sie Ihren Wünschen mehr Gültigkeit geben können.

Die Schwingungen von Bachblütenessenzen unterstützen Sie darin, sich mit Ihrer Vergangenheit zu versöhnen. Die Bachblüte "Honeysuckle" hilft Ihnen, sich von Überholtem zu trennen, und ist ein wirksames Mittel bei Liebeskummer und in Trauerphasen. Die Bachblüte "Star of Bethlehem" ist dann angebracht, wenn Sie von einem Menschen oder von schmerzhaften Erinnerungen nicht loslassen wollen.

Ihre Heilkraft: Erfahrung und Analyse (Chiron im 6. Haus)

Persönliche Krisen schlagen sich auf Ihre Gesundheit nieder. Und da Sie um diesen Zusammenhang wissen erkennen Sie auch schnell den wunden Punkt, der unter Ihrem Chiron-Zeichen beschrieben wurde. Weil Sie spüren, wie sensibel Ihr Körper auf kleinste Störungen in Ihrem Umfeld reagiert, möchten Sie dessen Anfälligkeit in den Griff bekommen. Das ermuntert Sie zum Experimentieren und Forschen. Mit Ihrem analytischen Scharfblick und Ihrer unermüdlichen Ausdauer, immer ausgefeiltere Methoden und Handgriffe zu entwickeln, erstellen Sie ein Programm zur Selbsttherapie. Weil Sie schon so viel ausprobiert haben, um gesund zu werden, und sich im Laufe der Zeit ein umfassendes heilkundliches Wissen angeeignet haben, können Sie auch für andere ein praktischer Ratgeber bei den verschiedensten Wehwehchen sein.

Ihr wunder Punkt aber liegt stets offen da. Weil Sie das spüren, handeln Sie ein wenig übervorsichtig. Krankheiten, die Sie dazu zwingen, Ihre Ernährung oder Ihren Tagesrhythmus zu verändern, und Symptome, die Sie mehr als andere aufwühlen, sollten Sie als Spitze eines Eisberges betrachten. Unter der Oberfläche haben Sie das Gefühl, nichts falsch machen zu dürfen, weil sonst Sicherheit und Ordnung zusammenbrechen. Um Katastrophen zu vermeiden, umgeben Sie sich zeitweise mit einer steril wirkenden Ordnung. Sie spiegelt Ihren Versuch wider, durch Vernunft Emotionen unter Kontrolle zu halten.